

J+S-Kids: Introduction au football – Leçon 8

De la passe au jeu avec les coéquipiers 3: «Beaucoup de passes»

Auteur

Patrick Bruggmann, instructeur de football ASF et enseignant d'éducation physique

Conditions cadre

Durée de la leçon	75-90 minutes		
Niveau	<input type="checkbox"/> facile	<input checked="" type="checkbox"/> moyen	<input type="checkbox"/> difficile
Age recommandé	8 à 10 ans		
Taille des groupes	12 enfants (min. 8 / max. 16)		
Environnement	Terrain en herbe de 50 x 40 mètres / 2 buts de football des enfants		
Aspects sécurité	-		

Objectifs/Buts d'apprentissage

Les enfants utilisent la technique de passe dans diverses situations. Le contenu de la leçon se base sur celui de la leçon 7. La nouveauté est la présence d'adversaires qui peuvent empêcher le jeu de passes. Ceci constitue une difficulté supplémentaire que les enfants devront maîtriser en terme d'orientation.

Recommandations

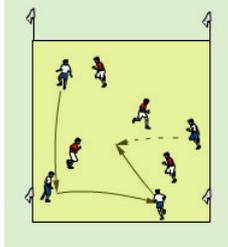
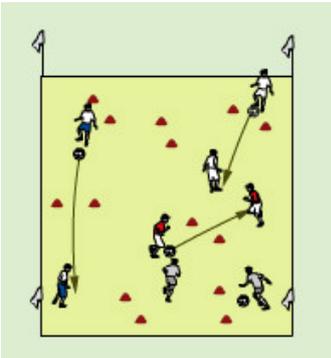
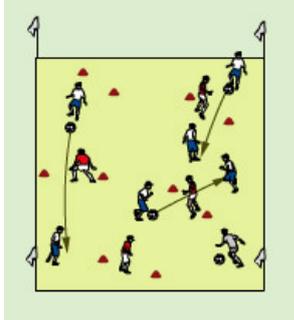
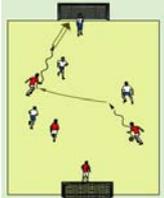
- Balles adaptées aux enfants
- Utiliser des aides optiques (chasubles, etc.)
- Donnée de départ: une balle pour deux enfants
- Optimal: une balle par enfant

Contenu

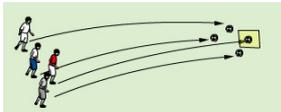
MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Schéma	Matériel
10'	<p>Nombreuses passes – appeler les passes L'équipe B se déplace dans le terrain sans la balle, l'équipe A se tient en dehors du terrain en tant que passeur (1 balle par enfant). B appelle un nom et demande la balle, il la reçoit et la redonne à A. Puis B sollicite un nouveau passeur. Permutation des rôles après 2 min.</p> <p>Variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - B reçoit la balle et la donne à un enfant A libre. - Les enfants B dans le terrain avec une balle, les A en dehors sans balle: - L'enfant A désigne du doigt un enfant B qui joue vers A (= permutation des rôles). 		8 cônes de marquage 1 balle pour 2 enfants Chasubles
5'	<p>Nombreuses passes – deux balles A et B se font face avec chacun une balle.</p> <ul style="list-style-type: none"> - A et B se roulent les balles au sol avec les mains - A roule sa balle, B la joue au pied - A et B se passent la balle avec les pieds (aide pour le rythme par la voix «gauche – droite») Permutation des rôles, travailler les deux côtés.		Idem au premier exercice
5'	<p>Etre rapide Les paires de joueurs se passent la balle dans le terrain. Au signal de l'entraîneur (de la main, de la voix, etc.) ils sprintent sans balle autour d'un cône de marquage. Celui qui revient met le pied sur une balle (1 paire de joueurs par balle).</p> <p>Variante:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lors du sprint, ôter une balle: qui n'en aura plus? (constituer de nouvelles paires) 	Terrain identique au premier exercice	Idem au premier exercice

PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Schéma	Matériel
10'	Nombreuses passes <i>(organisation comme pour l'échauffement)</i> Identique au premier exercice de la mise en train. 4 équipes jouent sur deux terrains. L'équipe A essaie de faire autant de passes que possible et les compte à voix haute. Dès que l'équipe B touche la balle, le décompte repart à zéro. Permutation des rôles après 1 minute. Quelle équipe réussira le plus de passes? A exécuter sous forme de tournoi. Durée recommandée par jeu: 4 minutes	 Pour simplifier: Chaque enfant de l'équipe B tient un ballon dans son dos ou croise les bras (= déplacement rendu plus difficile).	Idem au premier exercice
15'	Nombreuses passes – sur buts ouverts Sur le terrain (identique au premier exercice de la mise en train) se trouvent 5-7 buts ouverts. A et B se déplacent avec une balle et essaient de se faire un maximum de passes à travers les buts ouverts. On ne peut pas jouer deux fois de suite à travers le même but. Quelle paire marque le plus de points en 2 minutes? Variantes: Peut aussi être réalisé en compétition par équipes (les mêmes que lors de l'exercice précédent): - Les paires d'une même équipe additionnent leur points à la fin - 1 balle par équipe		1 balle pour 2 enfants 14 cônes ou assiettes de marquage pour les buts ouverts
15'	Nombreuses passes – sur buts gardés Comme l'exercice précédent mais une des équipes doit garder les buts. Les gardiens se tiennent dans le but et peuvent intercepter la passe du pied. Règles pour les gardiens: - On ne peut pas attaquer la balle. - Le déplacement dans un autre but ouvert est autorisé. Quelle équipe s'adjuge le plus de points (=passe à travers un but ouvert)?		1 balle pour 2 enfants 14 cônes ou assiettes de marquage pour les buts ouverts Chasubles
20'	Jeu 4:4 ou 3:3 Jeu libre 4:4 (ou 3:3) sur deux terrains. Un enfant est au but. Peut aussi se dérouler sous forme de tournoi. Attribution des points: But marqué = 2 points 5 passes successives = 1 point Durée recommandée par jeu: 4 minutes		Buts du football des enfants ou faits de piquets

RETOUR AU CALME

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Schéma	Matériel
10'	Boccia au football Equipes selon l'exercice «Jeu 4:4 ou 3:3»: Un enfant envoie sa balle à quelques mètres. Les autres enfants de l'équipe tentent d'envoyer leur balle aussi près que possible de cette balle cible. Qui touchera la balle cible en premier? A faire aussi avec le mauvais pied; chaque enfant commencera deux fois (une fois du pied droit et une fois du pied gauche).		1 balle par enfant