

FooBaSKILL: Leçon «FooSKILL»

Cette première leçon familiarise les élèves avec les composantes essentielles du FooSKILL: la conduite du ballon, la deuxième intention offensive et l'organisation défensive.

Conditions cadres

- Durée de la leçon: 90 minutes
- Tranche d'âge: 8-20 ans
- Degrés scolaires: primaire (dès 5H), secondaires I et II
- Niveaux de progression: débutants et avancés

Objectifs d'apprentissage

- Travailler le bas du corps de manière ludique.
- Arrêter le ballon avec la semelle.
- Comprendre et appliquer les règles du FooSKILL.

Remarques:

- Connaître le règlement et l'attribution des points au FooBaSKILL.
- Utiliser un ou plusieurs cônes ou assiettes de marquage en l'absence de SKILLGoal.
- Possibilité de réaliser cette leçon sans caisson.
- Adapter les jeux et les durées indiquées selon le niveau du groupe.

Leçon: FooSKILL (pdf)

Source: Michal Lato, Piero Quaceci et Pascal Roserens



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO