

# Football – Souple et agile: Jeux de poursuite (cat. F)

**Mathieu peut s'orienter à tout moment au cours de cet exercice et il améliore en même temps sa condition physique.**

Mathieu et ses camarades, les poules, présentent fièrement leurs parures en plumes (chasubles glissés dans le dos et coincés dans leurs survêtements). Ils courent à travers le poulailler (rectangle). Julien, Mirco et Nadia, les renards, rôdent autour de l'enclos.

Tout à coup, Julien pénètre dans le poulailler et chasse une poule pour lui voler sa parure. S'il réussit, il se pare de plumes et se transforme en poule. Mirco effraie à son tour les poules en entrant dans le poulailler. Mathieu a perdu ses plumes, il devient renard et s'apprête à récupérer son dû.



## Variantes

- Un poulailler avec des obstacles au milieu.
- Les poules roulent les ballons, les renards essaient de les intercepter.
- Les poules dribblent.
- Les poules conduisent le ballon avec le pied.

**Remarque:** Terrain d'env. 15 × 15 m. Si les poules conduisent un ballon, agrandir le terrain.

**Matériel:** Assiettes de marquage, chasubles, petits buts utilisés comme obstacles, évent. ballons

Source: Raphael Kern, responsable football des enfants ASF, Peter Knäbel, directeur technique ASF, Bruno Truffer, chef de sport J+S Football



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO