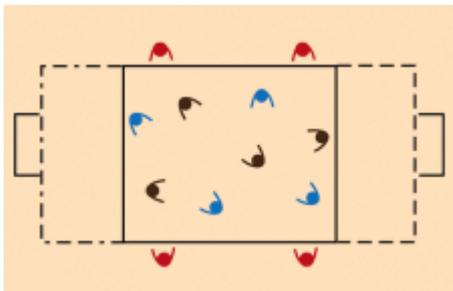


Football: Cinq sur cinq

Au cours de cet exercice, les élèves apprennent à jouer en équipe. La victoire récompensera le groupe qui a réalisé le plus de passes.



Terrain de 25 m × 25 m environ. Deux groupes de 8 apprenants, dont 4 actifs à chaque fois. Changement toutes les deux minutes. L'équipe attaquante essaie de faire le maximum de points en se passant la balle. Cinq passes valent un point. Sur les côtés nord et sud se trouvent deux jokers qui peuvent se déplacer et servir de relais.

Variante

A l'ouest et à l'est sont placés deux buts (à 5 m de la ligne de jeu), défendus par un gardien. Limiter le nombre de touches de balle et/ou les recours aux jokers.

Source: Cahier pratique «mobile» 50/2009, Reto Aebi, Bruno Truffer



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO