

J+S-Kids: Introduction au football – Leçon 2

Du maniement de balle au dribble 2: «La vie des voleurs»

Auteur

Daniela Lange; experte J+S-Kids Football et maîtresse de jardin d'enfants

Conditions cadre

Durée de la leçon 60-75 minutes
 Niveau facile moyen difficile
 Age recommandé 5 à 7 ans
 Taille des groupes 10 (min. 8 / max. 14)
 Environnement Terrain en herbe
 Aspects sécurité -

Objectifs/Buts d'apprentissage

L'enfant joue la balle avec les pieds. Il conduit la balle, lui donne une direction et la maîtrise.

Recommandations

- Technique «Conduite de balle» : voir Document de base Football.
- Matériel spécial pour les «pièces d'or»: p. ex. bouchons de bouteilles en PET, assiette de marquage, Legos, etc.
- Une balle par enfant.

Contenus

MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Schéma	Matériel
7'	<p>Voleurs de pièces d'or Chaque enfant conduit sa balle selon un parcours défini. En face se trouve une malle au trésor. L'enfant prend une pièce d'or et la ramène chez lui. Puis il conduit la balle une deuxième fois selon le parcours et ainsi de suite.</p> <p>Organisation de la «malle au trésor»: Au sol 4 à 6x plus d'objets que de participants dans un groupe.</p> <p>Variantes: - L'équipe A pose les pièces d'or dérobées dans sa malle au trésor. L'équipe B en fait de même avec son or. - Au signal de l'entraîneur, le jeu s'arrête et les butins des deux groupes sont comparés.</p>	<p>Equipe A</p> <p>Equipe B</p>	1 balle par enfant Matériel de marquage (rivage) «Pièces d'or»
5'	<p>Les voleurs sont amis Tous les enfants conduisent leur balle. Au signal de l'entraîneur, la balle est immobilisée avec la semelle et chacun prend une autre balle.</p>		1 balle par enfant
8'	<p>Attention à la police! Les policiers – avec une balle dans les mains – essaient de toucher les voleurs conduisant leur balle. Ceux qui sont pris se tiennent jambes écartées et la balle dans les mains. Ils peuvent être libérés d'une tape de la main par un des voleurs encore en liberté.</p>	<p>Policier</p>	1 balle par enfant Chasubles pour les policiers

PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Schéma	Matériel
10'	<p>Les voleurs sont attentifs</p> <p>Deux policiers surveillent le trésor doré. Ils patrouillent sur la route. Les enfants conduisent la balle de l'autre côté de la route, ils volent une pièce d'or et la ramènent au départ. Celui qui est touché par un policier doit donner sa pièce d'or à l'entraîneur.</p> <p>Variante: - Un seul policier surveille l'or. - Les voleurs peuvent prendre leur balle dans les mains sur le chemin du retour.</p> <p>Conseil pour l'entraîneur: Une longue route offre davantage d'espace «sûr» pour rejoindre l'autre côté de la route.</p>		<p>1 balle par enfant</p> <p>Matériel de marquage (rivage)</p> <p>«Pièces d'or»</p> <p>Chasubles pour les policiers</p>
20' 4 x 5'	<p>Des voleurs habiles (travail par postes)</p> <p>1. Traverser le pont L'enfant conduit sa balle sur un chemin étroit.</p> <p>2. Dans la forêt L'enfant conduit sa balle autour des piquets.</p> <p>3. Autour des maisons L'enfant conduit sa balle autour d'un carré.</p> <p>4. Par dessus la barrière L'enfant glisse sa balle sous une corde et saute par dessus la corde, puis conduit sa balle jusque vers la prochaine barrière.</p> <p>Conseil pour l'entraîneur: La réduction du nombre de postes, par exemple à trois, réduit la durée de la leçon.</p>		<p>1 balle par enfant</p> <p>Matériel de marquage pour le pont</p> <p>Piquets</p> <p>4 assiettes de marquage par maison</p> <p>Piquets</p> <p>Corde</p>
15'	<p>Match de football</p> <p>Les enfants sont répartis en groupes de 2 à 3 enfants.</p> <p>- L'équipe A joue contre l'équipe B. - L'équipe C joue contre l'équipe D.</p> <p>Conseil pour l'entraîneur: Constituer des groupes de forces égales pour que tous les enfants participent activement.</p>		<p>Buts (5m de large)</p> <p>Matériel de marquage pour le terrain</p> <p>Balles</p> <p>Chasubles</p>

RETOUR AU CALME

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Schéma	Matériel
5'	<p>Les voleurs sont amis</p> <p>Chaque enfant conduit sa balle. Quand l'entraîneur annonce un nombre (ou le montre), les enfants doivent se mettre par groupes selon le nombre annoncé.</p>	Comme l'exercice «Attention à la police!»	1 balle par enfant