



J+S-Kids: Introduction au football – Leçon 5

De la passe au jeu avec les coéquipiers 1: «Au pays des chiffres»

Auteur

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

Conditions cadre

Durée de la leçon 60-75 minutes
Niveau facile moyen difficile
(moyen-exigeant pour des enfants plus jeunes / facile pour les enfants plus âgés)
Age recommandé 6 à 7 ans (peut aussi être exécuté avec des enfants plus âgés)
Taille des groupes 10 (min. 8 / max. 16)
Environnement Terrain en herbe
Aspects sécurité -

Objectifs/Buts d'apprentissage

L'enfant reconnaît les comportements suivants: «lorsqu'un adversaire me gêne, j'ai la possibilité de donner la balle à un coéquipier».

Recommandations

- Technique «passer et donner la balle»: voir Document de base Football.
- Une balle pour deux enfants.

Contenu

MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Schéma	Matériel
7'	Au pays des chiffres Les enfants sont par deux. Chaque paire joue avec une balle. On trouve de nombreux buts ouverts au pays des chiffres. Les enfants expérimentent et exercent la passe à travers les buts ouverts. Conseil: L'enfant sans balle «montre» à travers quel but ouvert il faut jouer.		1 balle pour deux enfants Cônes: deux buts de plus qu'il n'y a de paires d'enfants
5'	Collectionner des points au pays des chiffres Deux enfants se font face de chaque côté d'un but ouvert. Combien de passes réussiront-ils sans faute? Variantes: - Tous les chiffres jusqu'à 6 - Tous les chiffres pairs jusqu'à 10 Exécution facile: «stopper» la balle à chaque fois. Exécution difficile: jouer la balle directement.	Idem au premier exercice	Idem au premier exercice 1 balle et 2 cônes pour 2 enfants
8'	Au pays des chiffres L'entraîneur annonce un chiffre. Tous les enfants vont au pays des chiffres et marquent le nombre correspondant de buts en réalisant ce nombre de passes. Exemple: «2!» => Les groupes doivent se faire une passe à travers 2 différents buts ouverts et retourner au départ.	Idem au premier exercice	Idem au premier exercice

PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Schéma	Matériel
7'	<p>Jeu «3 contre 3» Jeu libre. Les deux équipes jouent au football sur deux buts. Un point pour chaque but marqué. Chaque équipe compte ses points.</p> <p>Variantes: - On peut jouer avec ou sans gardien. - En cas de nombre impair d'enfants, on peut aussi jouer à 3 contre 2 ou 4 contre 3.</p>	<p>Dimensions du terrain pour 6 enfants => environ 25 x 20m</p>	<p>Balles Chasubles pour chaque équipe Buts de football pour enfants ou piquets/cônes/ etc. Matériel pour le marquage du terrain</p>
7'	<p>Passes autour du carré Deux enfants tentent de se passer la balle autour d'un carré.</p> <p>Variante: - Un tour dans le sens des aiguilles d'une montre puis dans le sens contraire.</p>		1 balle et 4 cônes pour 2 enfants
7'	<p>Jeu «3 contre 3» (idem au premier jeu)</p> <p>Variante (selon les aptitudes et la compréhension des enfants): - Si un but est marqué suite à une passe, un point supplémentaire est accordé.</p>		Idem au premier jeu
7'	<p>Passes à travers une zone avec des gardes Les paires se tiennent à gauche et à droite de la zone. Elles se passent la balle sans que le garde ne puisse l'intercepter.</p> <p>Déroulement: A joue la balle vers B. Celui-ci redonne la balle à A mais à côté de la zone gardée. Après 5 passes réussies A et B permutent leurs rôles.</p> <p>Variantes: - Jeu libre avec permutation des rôles annoncée par l'entraîneur. - Jeu avec deux gardes.</p>	<p>Une zone large et pas trop haute facilite les échanges de balle.</p>	1 balle pour 2 enfants Marquage de la zone Event. des chasubles pour les «gardes»
7'	<p>Jeu «3 contre 3» (idem au premier jeu)</p>		Idem au premier jeu

RETOUR AU CALME

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Schéma	Matériel
5'	<p>Patates chaudes Tous les enfants forment un cercle. Une balle transmise à la main passe d'un enfant à l'autre. Une deuxième balle est passée avec les pieds à travers le cercle. Les enfants réussiront-ils un tour sans faute?</p> <p>Variante facile: - Premier tour seulement avec les mains (petit cercle), deuxième tour seulement avec les pieds (grand cercle).</p>		2 balles