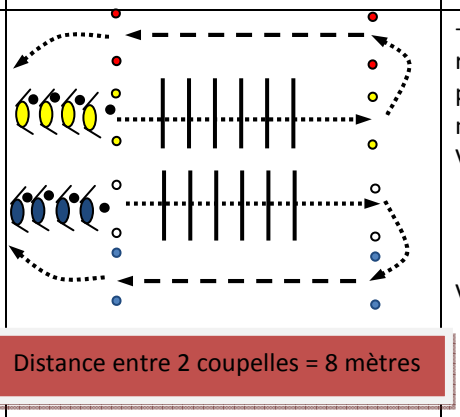
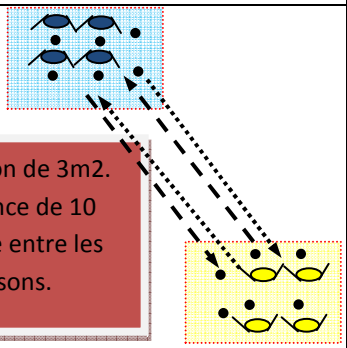
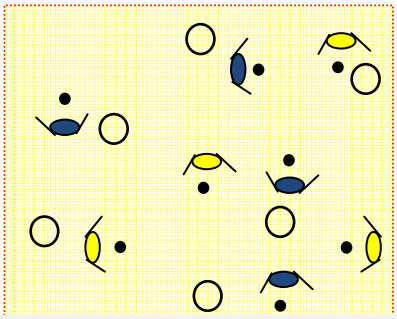
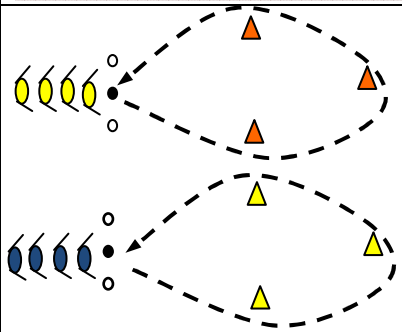
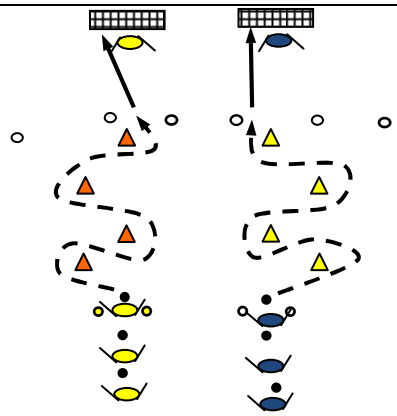
JEUX DU PLATEAUX N°2

INTITULE	SCHEMA	CONSIGNES
Motricité - Coordination 7 min **Déplacement avant/arrière** **Matériel :** Coupelles Chasubles Ballons Lattes	 Distance entre 2 coupelles = 8 mètres	-2 ateliers en parallèle. Distance de 8 mètres. Sous forme de relais. Aller ballon en main et retour en conduite de balle. Pour passer le relais : stopper le ballon sous la semelle et taper dans la main. Variante sur le trajet aller ballon en main: • course normale ou course arrière • cloche pied droit ou cloche pied gauche • pieds joints ou pas chassés entre les lattes Variante sur le retour en conduite de balle de porte à porte : • pousser – arrêter le ballon, (5 fois minimum) • toucher des 2 pieds (intérieur) puis semelle (arrêt) • semelle droite puis semelle gauche (objectif un pied au sol et un pied sur le ballon)
Jeu pré sportif 7 min **Remplir sa maison** **Matériel :** Coupelles Chasubles Ballons Plots	 Maison de 3m2. Distance de 10 mètre entre les 2 maisons.	- Compétition entre 2 équipes - Chaque joueur de chaque équipe va chercher des ballons dans la maison adverse et les ramène dans la sienne (pied sur le ballon). Un seul ballon par joueur par trajet. - Manche de 45 secondes. L'équipe qui a le plus de ballon dans sa maison au bout d'une minute gagne la manche. V1 : à la main V2 : au pied V3 : imposer le pied (droit ou gauche) pour conduire et /ou stopper le ballon V4 : ajouter 4 plots dans le terrain. Faire un tour d'un des plots avant d'aller dans le camp opposé
Jeu pré sportif 7 min **Chaise Musicales** **Matériel :** Coupelles Chasubles Ballons Cerceaux	 Terrain carré de 15 mètres.	Chaque joueur conduit son ballon dans le carré central, au signal de l'éducateur les joueurs doivent immobiliser leur ballon dans un cerceau. 2 cerceaux de moins que le nombre de joueur. - Ceux qui n'ont pas de cerceau marquent un point. Celui qui a le plus de point à la fin perd (possibilité de compter les points par équipe). V1 : imposer le pied (droit ou gauche) pour conduire et /ou stopper le ballon V2 : ajouter 4 plots au coin du terrain. Faire un tour d'un des plots avant d'aller dans un cerceau V3 : si deux joueurs de la même équipe se percutent, un point pour l'équipe.
Jeu technique 7 min **Relais en Conduite de balle** **Matériel :** Ballons Coupelles- Plots Chasubles		- 2 ateliers en parallèle. Compter les points - Relais : Faire le tour des plots par l'extérieur et revenir au départ. Imposer le sens et en changer. Pour passer le relais : stopper le ballon sous la semelle et taper dans la main V1 : ballon en main V2 : en CDB au pied V3 : imposer PD ou PG V4 : faire le tour d'un plot ou des plots durant le relais Distance de 3 mètres entre départ et plot ainsi que entre chaque plot
Jeu Technique 7 min **Slalom + tir** **Matériel :** Cerceaux Coupelles Chasubles Ballons		- 2 équipes en compétition. Compter les points. - Changer les gardiens toutes les 3 minutes. Changer de parcours à la moitié du temps. - Le joueur slalom entre les plots et enchaine par un tir à la sortie du dernier plot. Si le plot est touché, le but ne pourra pas compter (ou 1 point et but sans toucher de plot = 2 points). V1 : Faire le tour d'un des plots V2 : Imposer surface de contact ou pied pour la conduite Distance de 6 mètres par rapport au tir au but (coupelles). But de 4 mètres.