

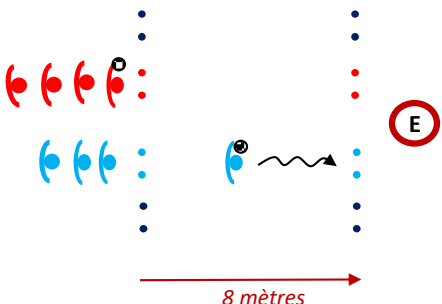
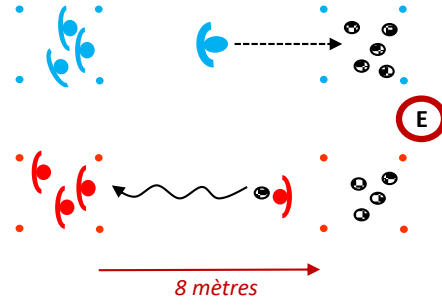
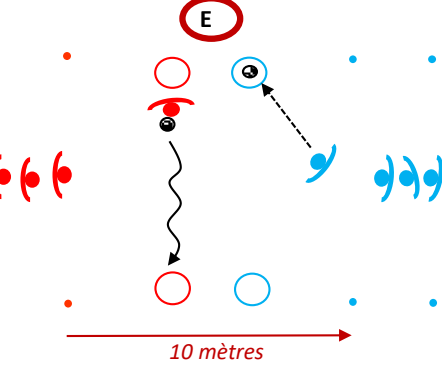
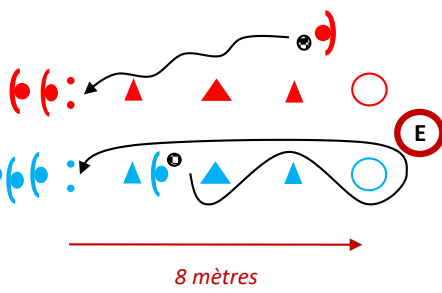
PLATEAU U7

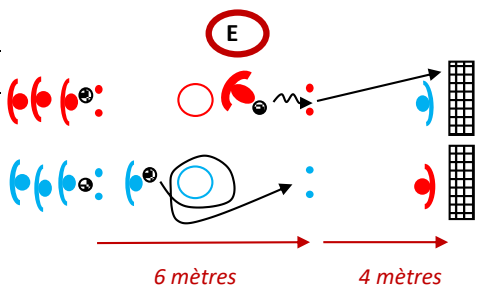
FICHE PLATEAU

Plateau N°	Thème Technique
1	Conduite de balle

Atelier PEF - Thème	
Faire son sac	Santé

MATERIEL POUR LES ATELIERS	24 ballons	32 coupelles bleues	32 coupelles rouges	8 coupelles blanches	2 mini-buts
	4 cerceaux bleus	4 cerceaux rouges			

Motricité Difficulté (installation, consignes) ★★★★★ Matériel 2 ballons 4 coupelles rouges 4 coupelles bleues 8 coupelles blanches		Disposition 2 ateliers en parallèle - Distance de 8 mètres Consignes Jeu sous forme de relais - Aller ballon en main - Retour en conduite Pour passer le relais : stopper le ballon avec la semelle et taper dans la main du partenaire suivant Sur le trajet aller : course normal ou course arrière, cloche pied pieds joints ou pas chassés Sur le trajet retour : pousser puis arrêter le ballon, toucher des 2 pieds, semelle droite puis semelle gauche
Faire ses courses Difficulté (installation, consignes) ★★★★★ Matériel 10 ballons 8 coupelles rouges 8 coupelles bleues		Disposition 2 ateliers en parallèle - Distance de 8 mètres entre "la maison" et "le magasin" Consignes Jeu sous forme de relais - Le premier joueur va chercher un ballon dans "le magasin" et le ramène dans "la maison" Pour passer le relais : stopper le ballon avec la semelle et taper dans la main du partenaire suivant L'équipe qui ramène la 1ère tous ses ballons gagne
Béret à 2 ballons Difficulté (installation, consignes) ★★★★★ Matériel 2 ballons 4 coupelles rouges 4 coupelles bleues 2 cerceaux rouges 2 cerceaux bleus		Disposition 2 "maisons" de 2x6m - cerceaux à 4m de la "maison" Consignes Les joueurs se mettent en file indienne dans leur maison Au signal, le joueur va chercher le ballon dans le cerceau et doit l'amener en conduite de balle dans l'autre cerceau Le 1er rapporte 1 point à son équipe Variantes 1- Jeu à la main 2- Faire le tour du 2ème cerceau et poser le ballon dans le 1er
Relais conduite Difficulté (installation, consignes) ★★★★★ Matériel 2 ballons 2 coupelles rouges 2 coupelles bleues 3 cônes rouges/bleus 1 cerceau rouge/bleu		Disposition 2 ateliers en parallèle - Distance de 8 mètres (2m en chaque objet) Consignes Jeu sous forme de relais - En conduite de balle, faire le slalom puis le tour du cerceau et revenir au point de départ Pour passer le relais : stopper le ballon avec la semelle et taper dans la main du partenaire suivant Variantes 1- Jeu à la main 2- Imposer le pied pour la conduite de balle (PD ou PG) 3- Faire également le slalom au retour

Conduite et tir		Disposition
		2 ateliers en parallèle - Distance de 10 mètres
Difficulté (installation, consignes)		Consignes
★★★★★		2 équipes en compétitions - 1 but = 1 point / cerceau touché = -1 point
Matériel		En conduite de balle, faire le tour du cerceau puis tirer une fois arrivé au niveau des coupelles Changer de gardien toutes les 2 minutes
4 ballons 4 coupelles rouges 4 coupelles bleues 1 cerceau bleu 1 cerceau rouge 2 mini-buts ou constri		Variante
		1- Imposer le sens de rotation du cerceau 2- Imposer le pied pour la conduite de balle (PD ou PG)

ATELIER "PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL"	THEME :	Santé
		Disposition
		2 ateliers en parallèle - Distance de 12 mètres
		Consignes
		Le joueur part en conduite de balle vers la "ZONE OBJETS"
		Il prend la "CARTE OBJET" de son choix et fait le slalom
		Il dépose la "CARTE OBJET" dans la zone "SAC" puis repart en conduite de balle et donne son ballon au joueur en attente
		Le joueur suivant part quand le joueur devant est sorti de la "ZONE OBJET"
		1 passage par joueur - L'educateur fait ensuite le comptage des bonnes "CARTE OBJET" pour faire son sac de foot !
		CLIQUEZ ICI

N'oubliez pas de télécharger et imprimer les CARTES OBJETS !

Un coup de main pour gérer votre plateau ?	Pierre Antoine ROLLAND 06 56 68 96 41	parolland@foot35.fff.fr
--	--	--

COMMENT ORGANISER UN PLATEAU ?

J-2
Envoyer un mail aux clubs participants pour s'assurer du nombre d'équipes
Demander confirmation aux personnes mobilisées pour encadrer le plateau (U15-U17-U19 ou même Seniors !)
Prévoir le goûter
Jour J - 1h avant le début du plateau
Imprimer une FICHE BILAN et la FICHE PLATEAU correspondante (une par équipe)
Préparer le matériel et installer les ateliers et les terrains de matchs
Accueillir les équipes et ajuster le plateau en fonction du nombre d'équipes
Jour J - Début du plateau
Autoriser un seul responsable par équipe - Le reste des personnes doivent être derrière la main courante ou à l'extérieur du terrain
Expliquer le sens des rotations
(ASTUCE : donner une chasuble aux responsables d'équipes qui tournent dans le sens des aiguilles d'une montre !)
Répartir les équipes sur les ateliers et commencer (coup de sifflet pour le début et la fin des rotations)
Jour J - Fin du plateau
Distribuer le goûter

Retourner la FICHE BILAN et les FICHES CLUB à votre responsable de secteur