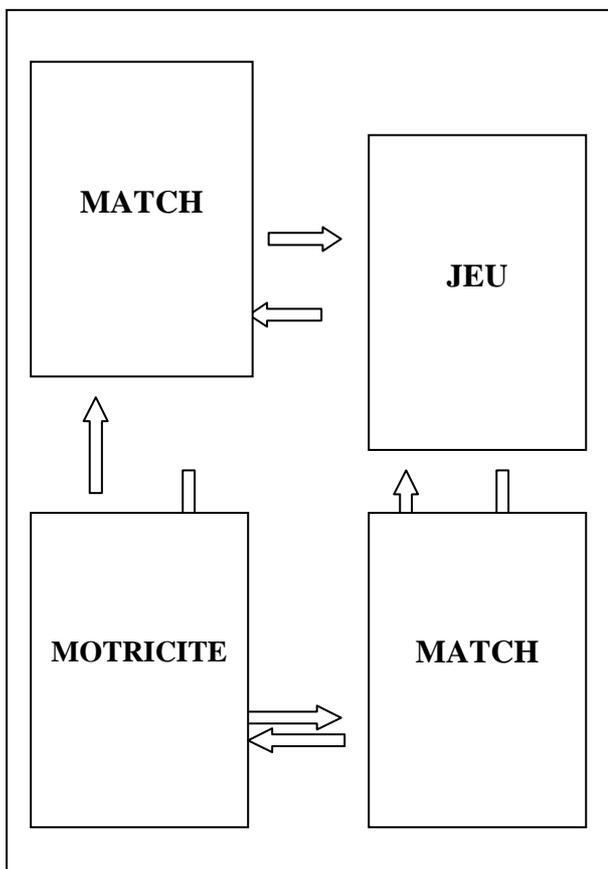


## DISTRICT DU PUY-DE-DÔME

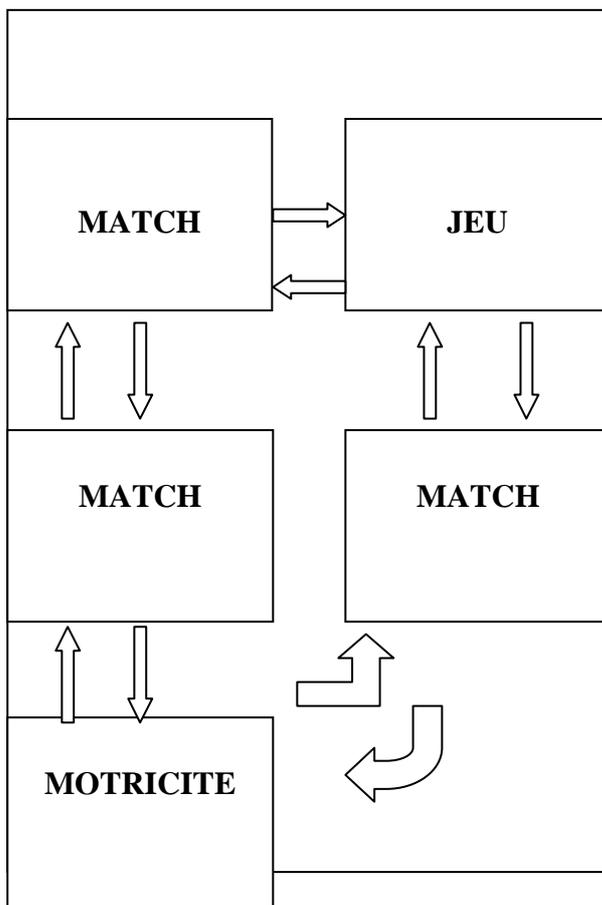
# CHALLENGE DES DÉBUTANT(E)S

## Rotations

Plateau à 8 équipes  
(4 rotations de 2x10min)



Plateau à 10 équipes  
(5 rotation de 2x8min)



### Organisation d'un plateau

Dimensions du terrain : 20m x 30m

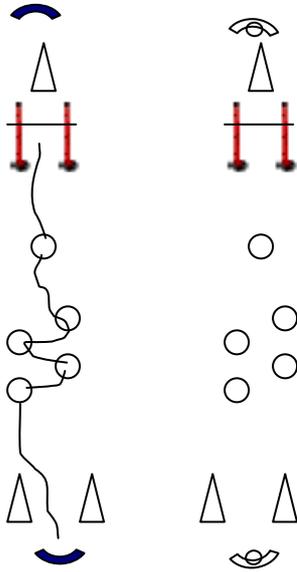
Les rotations : 1 équipe tourne dans le sens des aiguilles d'une montre et l'autre équipe dans le sens inverse.

### Caractéristiques U6 - U7

- Ne proposer que des jeux
- Bannir toutes formes de compétition et de classement
- Aimer et faire jouer sans contrainte tous les enfants
- Possibilité de faire jouer un nombre important de garçons et filles
- Préparer et organiser minutieusement les séances et les plateaux

# U6 U7 1ère journée

## Motricité 1



Départ entre 2 cônes.

Sauts alternés, pied droit pied gauche, dans les 4 cerceaux.

Saut à pieds joints dans 1 cerceau.

Franchir la haie en passant par dessus

Contourner le plot et retour identique.

Passages :

1. sans ballon
2. ballon en mains
3. ballon au pied

Dans ce 3<sup>ème</sup> cas pousser le ballon entre les cerceaux, contourner le cerceau unique, et pousser le ballon sous la haie

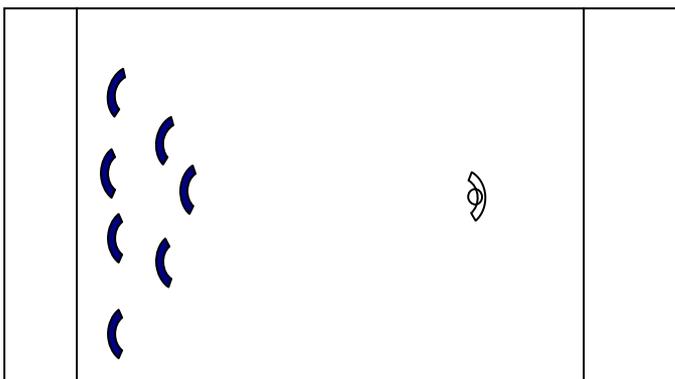
Remarques :

La haie peut être remplacée par 2 barres placées en parallèle sur le sol.

Relais simple. Peu de matériel

1 ballon par équipe ou 1 ballon par joueur.

## Épervier



Dominante : tactique

Les joueurs traversent la surface d'une base vers l'autre en essayant de ne pas se faire toucher par l'épervier et sans sortir du terrain.

Les joueurs touchés donnent la main à l'épervier. Seuls les joueurs à l'extrémité de la chaîne ont le droit de « prendre ».

Ou encore l'épervier reste libre et la chaîne des joueurs attrapés sert à arrêter simplement la course des joueurs libres que seul l'épervier peut attraper.

Durée 3' à 5'.

Objectif :

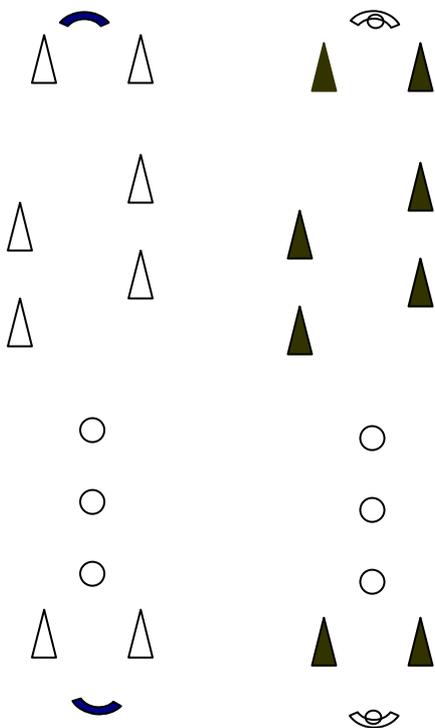
Prise de conscience d'espaces libres. Recherches des feintes (contre-pied). Vitesse. Attention.

Observation pédagogique : veiller à ce que les joueurs restent dans la zone.

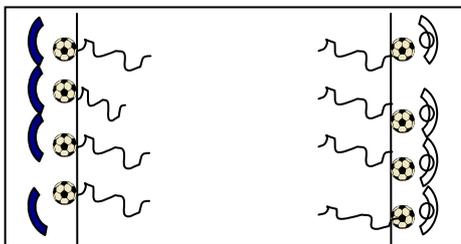
Variante avec ballon : 2 ou 3 éperviers au départ avec un ballon chacun (à la main ou au pied) doivent toucher au passage un joueur en lançant le ballon. Le joueur touché prend un ballon, etc ....

# U6 U7 2ème journée

## Motricité 2



## Traverser la rivière



Distance : 15 à 20 m

2 équipes de 5 joueurs minimum

Temps : 15 min

Au signal de l'éducateur, le joueur :

\* traverse la forêt de quilles

\* fait le tour des 3 cerceaux et tape dans la main de son partenaire qui s'engage dans l'atelier.

L'équipe qui arrive la 1<sup>ère</sup> marque 1 point

Passage 1 :

pas de compétition : les joueurs découvrent le parcours (2')

Manche 1 :

Compétition sans ballon – 6 parties

Manche 2 : compétition avec ballon – 6 parties

Conduite de balle – Se repérer dans l'espace

Surface : 20 x 30 m

1 ballon par joueur

2 équipes de 5 joueurs minimum

Temps : 15'

Au signal de l'éducateur, les joueurs de chaque équipe doivent traverser la rivière et rejoindre l'île adverse.

L'équipe qui ramène tous les ballons la 1<sup>ère</sup> remporte 1 point.

1 manche = 6 passages

Evolution 1 : (installer des quilles dans la rivière)

Faire le tour complet d'une quille correspondant à sa couleur avant de rejoindre le camp adverse.

Evolution 2 :

Passer dans une porte en arrière et en avant puis rejoindre le camp adverse

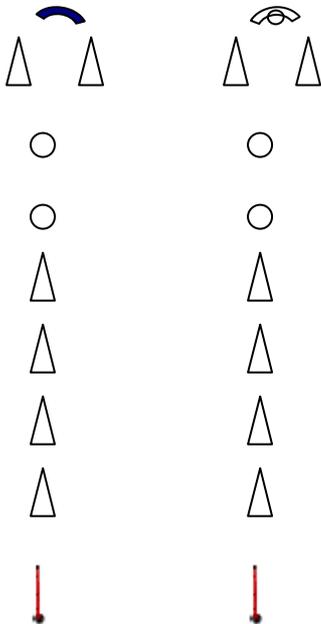
Evolution 3 :

Passer dans une porte en faisant un 8 avant de rejoindre le camp adverse.

Dans tous les cas, l'équipe qui ramène tous les ballons la 1<sup>ère</sup> remporte 1 point.

# U6 U7 3ème journée

## Motricité 3



Départ entre 2 cônes.

Sauts à pieds joints dans 2 cerceaux

Slalom autour de cônes (4/5)

Demi-tour après avoir contourné le plot

Même itinéraire au retour.

Passage sans ballon dans un 1<sup>er</sup> temps

Evolution avec un ballon ensuite.

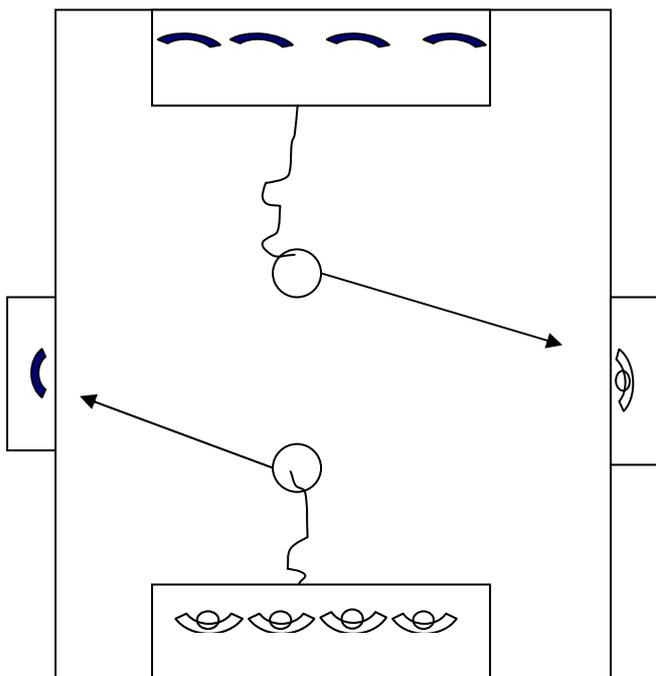
Un ballon par équipe (relais) est suffisant, mais un ballon par enfant est idéal.

Remarques :

Relais simple, nécessitant peu de matériel.

Adaptations possibles

## Marquer vite



### Conduite de balle – dribble

Au signal 1 joueur de chaque équipe va chercher son ballon dans le cerceau et le conduit jusqu'à dans le but adverse.

Le 1<sup>er</sup> joueur qui immobilise son ballon dans le but adverse marque 1 point.

#### Evolution 1 :

Mettre 1 défenseur face au but pour contraindre l'attaquant :

- l'attaquant dribble et conduit le ballon dans le but = 1 point
- le défenseur récupère le ballon et le conduit jusqu'à dans le cerceau = 1 point

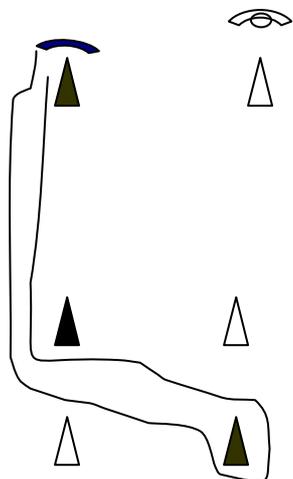
#### Evolution 2 :

Mettre 1 défenseur face au but pour contraindre l'attaquant et 1 gardien de but :

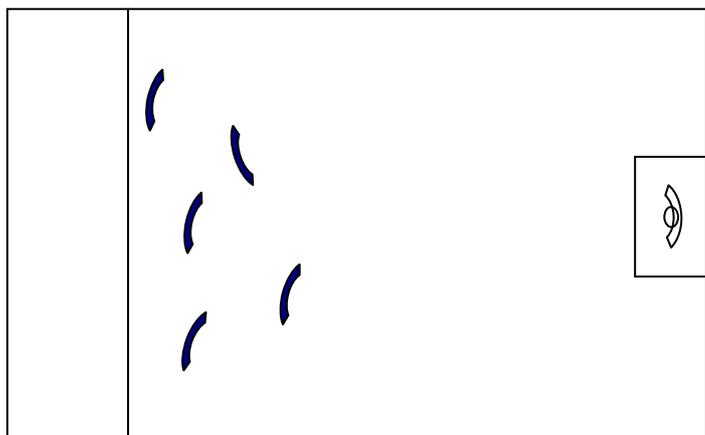
- l'attaquant dribble et frappe au but = 1 point pour 1 frappe cadrée et 2 points pour 1 but
- le défenseur récupère le ballon et le conduit dans le cerceau = 1 point.

# U6 U7 4ème journée

## Motricité 4



## Minuit dans la bergerie



Le 1<sup>er</sup> joueur de chacune des deux équipes effectue le cheminement indiqué sur le dessin. Il contourne deux plots en conduite de balle et passe le ballon à son partenaire en attente dès qu'il arrive au plot (A) ou (B). Penser à changer les équipes de côté afin que les enfants conduisent le ballon dans les 2 sens.

1/ Penser à DEMONTRER puis faire découvrir le relais plusieurs fois (4 à 5') en donnant 3 ballons à chaque équipe. (passages fréquents – ne pas attendre qu'un joueur termine pour faire partir le suivant). L'activité des enfants doit être importante dans cette période de découverte.

2/ Effectuer une compétition entre les deux équipes (1 seul ballon par équipe – règles définies plus haut). ANIMER et COMPTER les points. Proposer plusieurs manches en fonction du temps disponible.

Eveil technique : conduite – contrôle

Délimiter une aire de jeu qui comprend un refuge « la bergerie » (4 cônes) et le repère du loup (4 cônes également mais carré plus petit).

Ces 2 zones jouxtent l'aire de jeu (un carré de 20m de côté environ).

Un joueur fait office de loup et se place dans son repère. Les autres joueurs se promènent en trottinant dans l'aire de jeu hors de la bergerie. Ils demandent au loup : « Loup ! quelle heure est-il ? !! » Le loup répond l'heure qu'il veut, mais quand il dit « Minuit » il peut sortir de son repère et attraper tous les moutons qui n'auront pas de rejoint la bergerie.

Les moutons pris iront dans le repère du loup, ils ne pourront être délivrés que pendant une période où il est minuit (et ce par d'autres moutons). Quel sera le mouton le plus intelligent ?

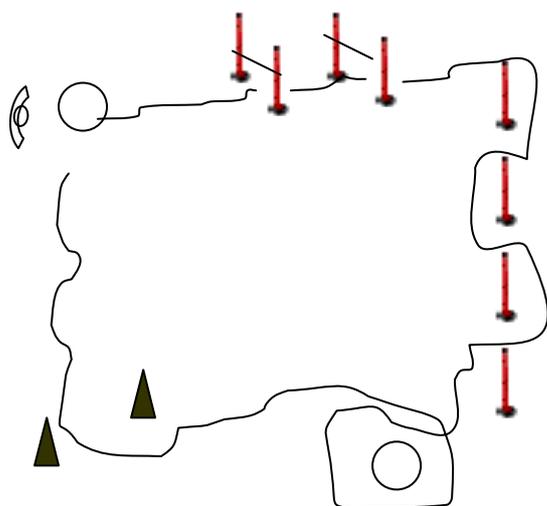
### **Adaptation au football**

Même principe, mais les moutons ont chacun un ballon et lorsque le loup dit « minuit », il doit empêcher les moutons de regagner la bergerie en leur confisquant le ballon (à la manière d'un gardien de but).

Dans les deux formes de jeu : possibilité de désigner 2 loups.

# U6 U7 5ème journée

## Motricité 5



Les joueurs effectuent plusieurs passages sur un circuit fermé.

Le départ se fait au niveau du cerceau.

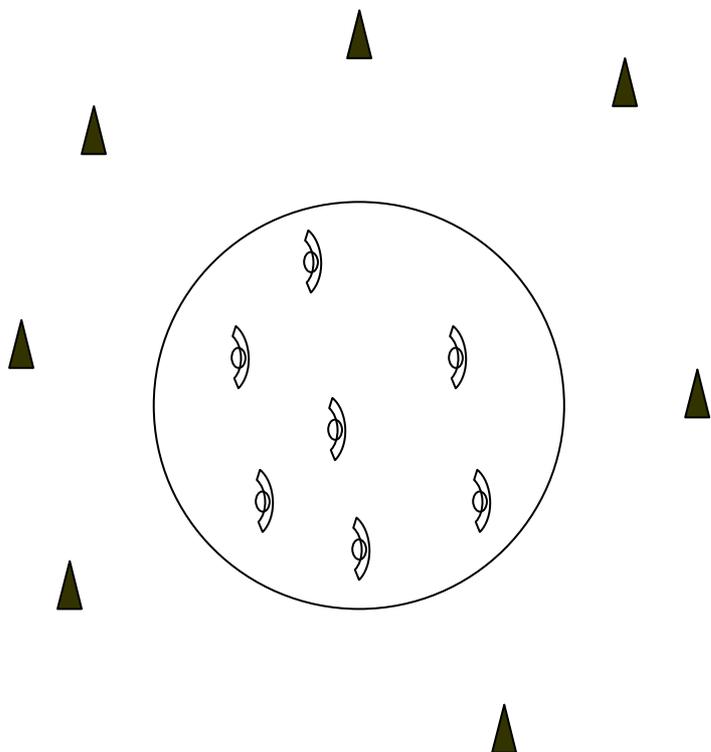
Chaque enfant conduit son ballon puis le fait passer sous la 1<sup>ère</sup> haie (le joueur lui passe par-dessus) avant de le pousser à droite ou à gauche de la 2<sup>ème</sup> haie (joueur toujours par-dessus), puis accomplit un slalom entre les 4 constri-foot.

Il poursuit en contournant le cerceau et fait passer le ballon par la porte en passant lui-même par l'extérieur.

**Importance d'une démonstration de qualité.**

Possibilité de faire partir une équipe dans un sens et l'autre équipe dans l'autre sens.

## Le cercle honteux



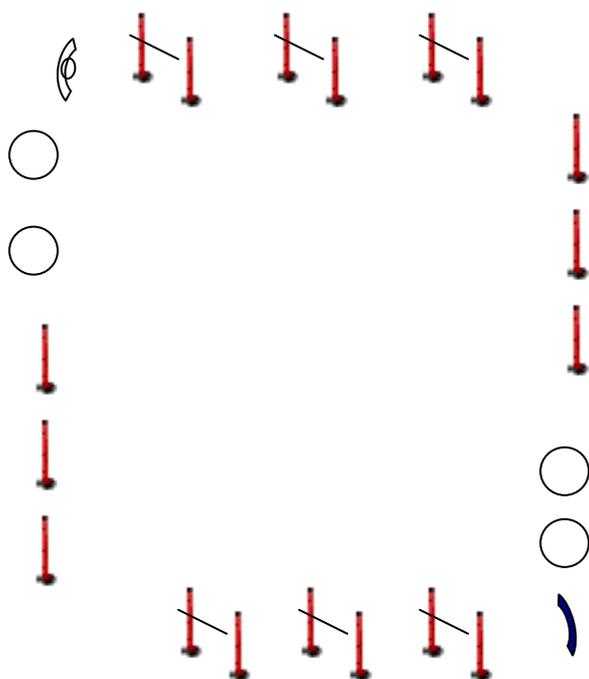
Connaissance de l'espace

8 joueurs – 7 plots.

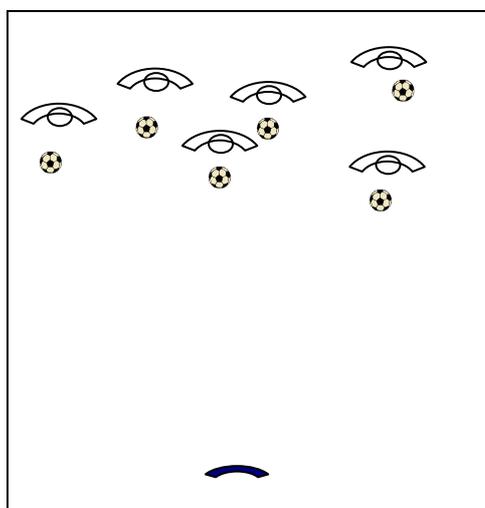
Au signal les joueurs conduisent la balle vers 1 plot

# U6 U7 6ème journée

## Motricité 6



## 1-2-3 ... soleil



Les 2 équipes partent simultanément.

- franchissement des 3 haies
- slalom entre les piquets
- sauts à pieds joints dans les cerceaux
- franchissement des 3 haies
- slalom entre les piquets
- sauts à pieds joints dans les cerceaux
- à l'arrivée de son parcours, chaque joueur tape dans la main de son partenaire qui part à son tour.

L'équipe qui a finit la 1<sup>ère</sup> remporte la 1<sup>ère</sup> manche.

Variante :

Passage 1 : sans ballon

Passage 2 : avec ballon à la main

Passage 3 : ballon au pied (dans ce 3<sup>ème</sup> cas, le ballon doit passer sous la haie et le joueur saute par-dessus ; contourner les cerceaux.

Eveil technique : contrôle – blocage

Un joueur est placé dos aux autres. Il compte très fort en tapant dans ses mains « 1,2,3 ... soleil » et se retourne. Tous les joueurs qui sont en mouvement à ce moment là doivent retourner sur la ligne de départ. Ils n'ont pour avancer que le temps plus ou moins long (selon la volonté du joueur qui compte), compris entre le moment où est annoncé « 1 » et celui où, après avoir annoncé « soleil », le joueur se retourne.

Le joueur gagnant est celui qui franchira le 1<sup>er</sup> la ligne d'arrivée. C'est alors lui qui compte « 1,2,3 ... soleil ». Les autres joueurs reviennent au départ.

**Adaptation au football :**

Même jeu, mais chaque joueur conduit un ballon. Quand le joueur qui compte se retourne, les joueurs en possession des ballons doivent s'immobiliser et maîtriser le ballon.