

# À chacun son ballon



15'

Auteur(s) : Ministère de l'Éducation nationale, FFF, USEP

Compétences visées : savoir se déplacer sur le terrain et parmi les joueurs et s'arrêter en conservant le contrôle du ballon. Optimiser la coordination.

### ESPACE

Terrain de 25 m x 25 m  
1 à 3 terrains en fonction des effectifs

### EFFECTIF

10 à 12 élèves par terrain,  
divisés en 2 équipes  
 10 à 12 maillots de 2  
couleurs différentes

### MATÉRIEL PAR TERRAIN

 4 plots  
 5 à 12 ballons



### BUT

- Maîtriser le ballon dans l'espace de jeu.
- Conserver le ballon dans l'aire de jeu pour marquer 1 point.

### CONSIGNES

- Distribuer 1 ballon par joueur ou pour 2 joueurs qui alternent.
- Au signal (coup de sifflet), le joueur se déplace librement dans l'espace de jeu. Il utilise son pied droit et/ou son pied gauche pour conduire le ballon. Il ne doit pas sortir du terrain.

### L'ENSEIGNANT OBSERVE QUE :

- les joueurs gardent le contrôle du ballon et occupent un maximum d'espace ;
- les joueurs savent quitter le ballon des yeux quand ils se déplacent, pour éviter de sortir du terrain et de percuter un autre joueur.

### → Variantes

- Au signal donné par l'enseignant, le joueur arrête le ballon du pied droit, puis du pied gauche.
- Un joueur sans ballon se place devant le joueur ayant le ballon et l'oblige à modifier son trajet.

# 1, 2, 3 Soleil



Auteur(s) : Ministère de l'Éducation nationale, FFF, USEP

Compétences visées : être capable de conduire le ballon dans tout l'espace de jeu et de l'arrêter à tout moment.

### ESPACE

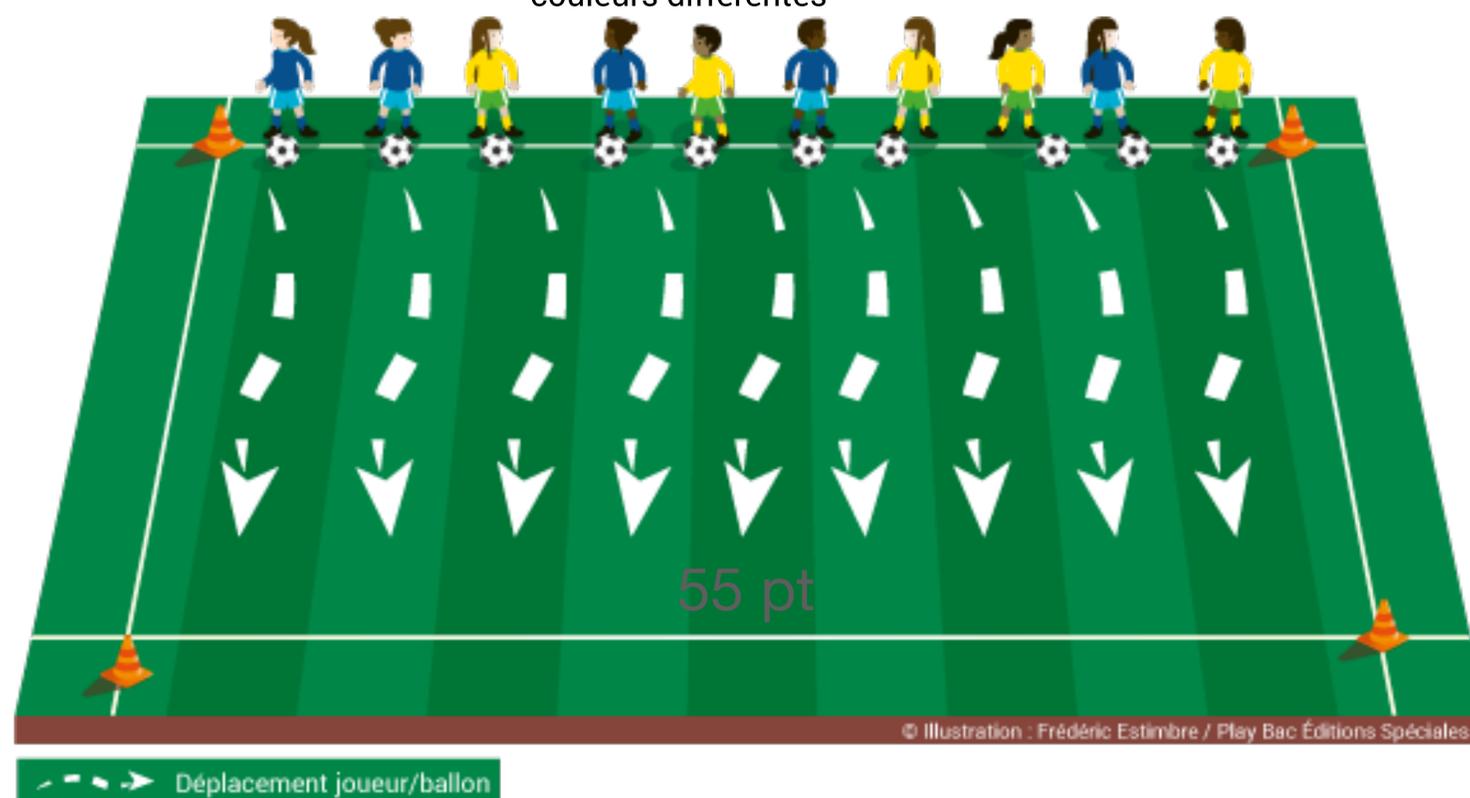
Terrain de 25 m x 25 m  
1 à 3 terrains en fonction des effectifs

### EFFECTIF

10 à 12 élèves par terrain, divisés en 2 équipes  
10 à 12 maillots de 2 couleurs différentes

### MATÉRIEL PAR TERRAIN

4 plots  
10 à 12 ballons



### BUT

- Marquer 1 point en atteignant la ligne d'arrivée avec le ballon.

### CONSIGNES

- Transposer le jeu « 1, 2, 3 Soleil » au football. Quand l'éducateur commence à compter, les joueurs se déplacent avec le ballon vers la ligne d'arrivée. Quand le mot « soleil » est prononcé, ils doivent s'immobiliser avec le ballon sous la semelle. Si le joueur ou le ballon n'est pas arrêté, le joueur doit repartir de la ligne de départ.
- Effectuer l'exercice avec le pied droit puis le pied gauche.

### L'ENSEIGNANT OBSERVE QUE :

- le joueur garde la maîtrise du ballon en mouvement et qu'il est capable de s'arrêter quand il le faut.

### → Variantes

- Au signal, arrêter le ballon et s'asseoir dessus.
- Créer des zones à atteindre sur la ligne d'arrivée en fonction du nombre d'équipes.

# 5 contre 5



Auteur(s) : Ministère de l'Éducation nationale, FFF, USEP

Compétences visées : être capable de bien occuper le terrain, d'attaquer et de défendre en fonction de la situation, de coopérer offensivement et défensivement avec ses coéquipiers.

### ESPACE

Terrain de 30 m x 25 m divisé en 4 parties  
2 à 3 terrains en fonction des effectifs

### EFFECTIF

2 équipes de 5 joueurs (1 gardien, 2 défenseurs, 2 attaquants) plus d'éventuels remplaçants  
 2 x 5 maillots de 2 couleurs différentes

### MATÉRIEL PAR TERRAIN

 8 plots (dont 4 pour former les buts)  
 1 ballon



### BUT

- Marquer le plus de buts possible.

### CONSIGNES

- Situation de match.
- Les joueurs de l'équipe qui est en possession du ballon occupent l'espace en largeur et en profondeur.
- Les joueurs de l'équipe qui n'a pas le ballon doivent réduire les espaces et empêcher les joueurs de l'équipe adverse de progresser.

### L'ENSEIGNANT OBSERVE QUE :

- les joueurs occupent correctement l'espace de jeu. L'équipe qui a le ballon doit occuper l'espace le plus large. L'équipe qui n'a pas la balle doit réduire les espaces et tenter de récupérer le ballon.

### → Variantes

- Le même joueur ne peut marquer deux fois de suite.
- À chaque but marqué, les joueurs de chaque équipe changent de poste (gardien, défenseur, attaquant, remplaçant).