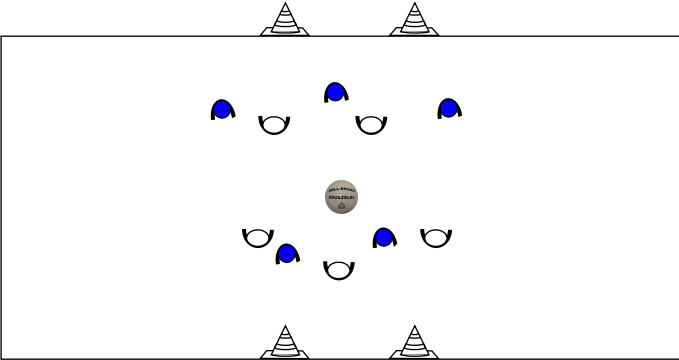
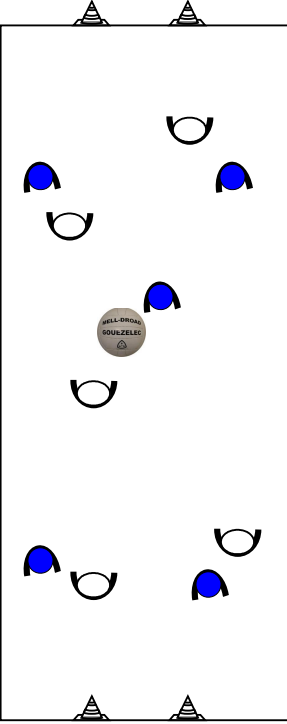
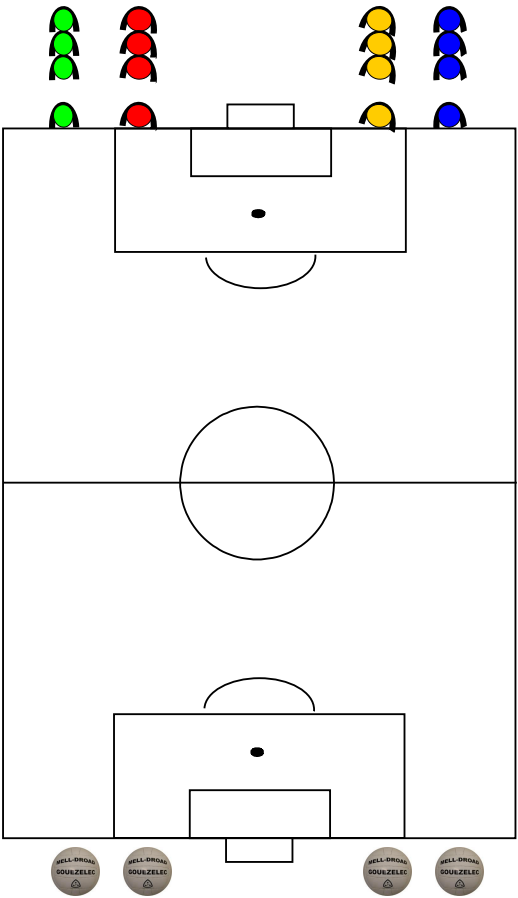
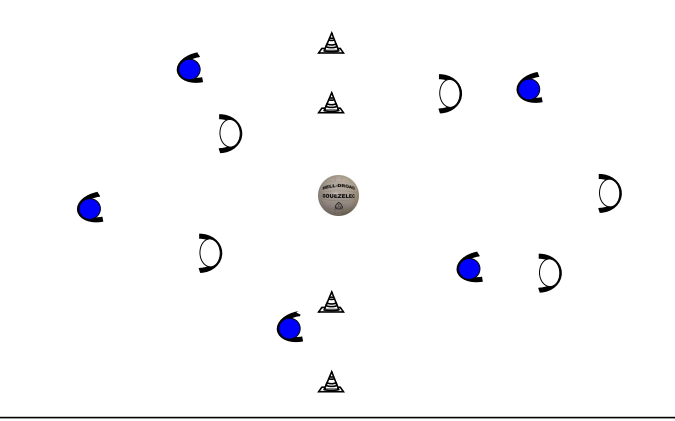


Objectifs	Terrain	Durée	But	Consignes	Variables	Bilan/ observations
<p><b>Situation 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- utiliser les espaces libres</li> <li>- se déplacer en s'écartant des adversaires</li> </ul>	<p>- terrain de 50 X 30m - buts de 8m</p> 	<p>2 X 5' + beaucoup d'étirements et bien boire si il fait chaud</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- marquer de volée (pied, tête ou main)</li> <li>- nombre de buts marqués/ nombre d'entrées en possession du ballon doit tendre vers 0,5</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 contre 4</li> <li>- passe en avant interdit, sauf de la tête ou au pied</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- mettre un gardien de but</li> <li>- interdire les prises de balle en main</li> </ul>	
<p><b>Situation 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- utiliser les espaces libres</li> <li>- se déplacer en s'écartant des adversaires</li> </ul>	<p>- terrain de 50 X 20m - buts de 8m</p> 	<p>2 X 5' + beaucoup d'étirements et bien boire si il fait chaud</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- marquer seul face au but</li> <li>- nombre de buts marqués seul face au but / nombre d'entrées en possession du ballon doit tendre vers 1</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 contre 4</li> <li>- jeu long interdit puis jeu long imposé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alterner jeu long jeu court</li> </ul>	

Objectifs	Terrain	Durée	But	Consignes	Variables	Bilan/ observations
<p><b>Situation 3</b></p> <p>- être capable de s'organiser collectivement</p>	<p>- grand terrain</p> 	<p>2 X 5' + étirements et eau</p>	<p>- marquer dans le but vide avant les autres équipes</p>	<p>- au signal: départ des 4 équipes (4 joueurs) pour récupérer un ballon de l'autre côté du terrain (4 points, 3 points, 2 points, 1 point: 1ère à 4ème place)</p> <p>- 4 passages, aucun défenseur</p>	<p>- 4 passages, possibilité de défendre (buts sur le côté ou les défenseurs peuvent marquer)</p> <p>- 4 passages, 2 équipes en même temps</p>	
<p><b>Situation 4</b></p> <p>- utiliser les espaces libres</p> <p>- fixer la défense dans une zone, jouer dans une autre</p>	<p>- terrain de foot à 7</p> 	<p>10' + étirements</p>	<p>- marquer le plus de buts possibles</p> <p>- nombre de buts marqués/ nombre d'attaques doit tendre vers 1</p>	<p>- 6 contre 6</p> <p>- portes à franchir obligatoirement sauf :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- si récupération active dans le camp adverse ;</li> <li>- si le but est marqué avant 2 échanges de balle</li> </ul> <p>- les défenseurs devant les portes sont interdits</p>	<p>- changer le sens de franchissement</p> <p>- les défenseurs devant les portes sont autorisés</p>	