

JEU D'EVEIL DU 13 avril 2019

Objectif 2ème phase : découverte de la jonglerie

Exercice : équilibre du corps / frappe du cou de pied

10 mns

créer 4 ateliers. 2 ateliers sur 1 même moitié de terrain. 1 éducateur par atelier pour animer et réguler.
Constituer 2 groupes de 4 joueurs par équipe.

2 ateliers par 1/2 terrain :

Légende :

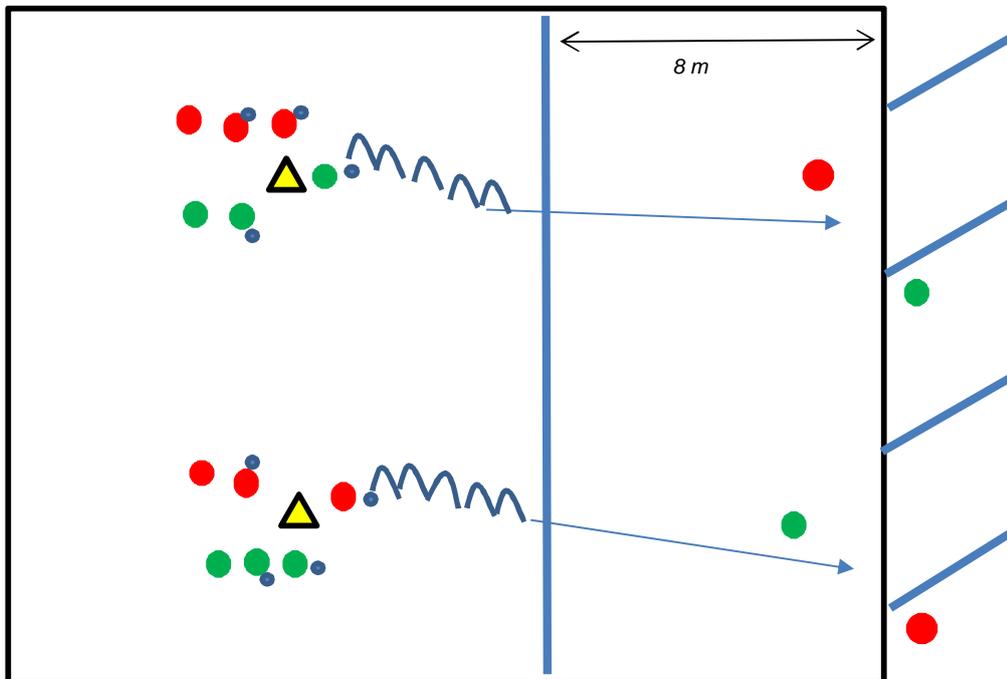

5 frappes - jonglerie


frappe au but


joueurs


plots : point de départ


ballons



Buts

Chaque but marqué après avoir réalisé 5 contacts avec le pied sans que le ballon ne tombe = 3 pt.
Chaque but marqué après avoir réalisé 5 contacts en plusieurs essais = 1 pt.
quelle équipe marquera le plus de but en 5 mns ?

Déterminer l'équipe vainqueur.

Faire la revanche.

Consignes

En alternance, 1 joueur face au gardien de l'équipe adverse ce place a hauteur du plot.
Le joueur prend le ballon à la main. Il lâche le ballon et doit réaliser 5 contacts avec le cou du pied.

Il peut effectuer les 5 contacts avec le pied de son choix (cou de pied) en 1 ou plusieurs fois.

Lorsque les 5 contacts sont réalisés, il remet le ballon au sol et peut défier le gardien de but et frapper avant la surface de réparation.

Les rotations après chaque action

Après chaque action, les joueurs en attentes se préparent pour l'action suivante.
Ne pas oublier de changer également le GB régulièrement.

Matériels

coupelles ou plots pour matérialiser point de départ et la surface de réparation.
4 à 6 ballons par atelier
8 jalons pour faire les buts.

L'éducateur doit observer et aider les enfants :

Bien être équilibré sur sa jambe d'appui avant chaque jongle.

Frapper le ballon avec le cou du pied en veillant à ce que la cheville reste bien verrouillée ("bloquée").

Un ballon bien frappé est un ballon qui monte à hauteur du buste et ne tourne pas.

L'enfant doit apprendre à doser sa frappe.

