

Thème abordé: LE FOOTBALL (passes, tirs au but)



Objectif noyau: **ORGANISER SON ACTION MOTRICE.**

Objectifs visés:

- Se mouvoir: effectuer les mouvements fondamentaux du football, passes, tirer au but avec précision.
- Participer à une action collective: coopérer avec son équipe et gérer son agressivité.
- Liste du matériel: ballons, sautoirs, caissons, cônes, cerceaux, tapis.

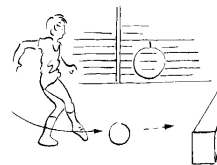
Echauffement:

Chaque élève a un ballon. Il se met à 2-3 mètres du mur et joue contre celui-ci:

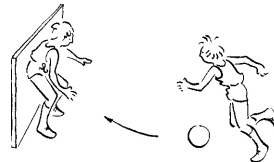
- Avec le pied gauche, le droit, alternativement.
- Avec l'intérieur puis l'extérieur du pied.
- Tirer contre le mur puis bloquer le ballon avec la semelle.
- Lancer le ballon contre le mur puis freiner le rebond du pied, de la cuisse, de la poitrine, de la tête...

Partie principale: Tirs au but

- Le jardin de tirs: De nombreux buts (tapis, cônes, cerceaux, cadres des caissons) sont disposés en dehors des limites du terrain de volley-ball. Les élèves se déplacent librement sur le terrain de volley-ball. Au coup de sifflet ils bloquent le ballon, prennent de l'élan et tirent dans un but. Chaque but atteint leur donne 1 point.



- Tirs de penaltys: Par groupes de trois. Deux élèves sont face à un gardien. Un tapis contre le mur sert de but. Les attaquants essaient de marquer des buts alternativement avec le pied droit et le pied gauche. C'est le gardien qui décide de quelle manière ils doivent tirer (intérieur, extérieur, cou-de-pied). Seconde partie: tirer directement le ballon roulé par le gardien.



- Football avec caissons: Terrain: la moitié de la salle; deux équipes avec 5 joueurs au maximum; buts: 2 éléments de caisson distants de 3 à 4 mètres; pas de gardien. Pour marquer un but, le ballon doit traverser les éléments de caisson.

