



▶ U9 - U11

Jeux / Situations

Avec un ballon personnalisé





SEANCE DE REPRISSE D'ACTIVITE

FICHE N° : 1

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Jeu "1-2-3 Soleil"

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

X

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUES

MOTRICITE / COORDINATION

GUIDE SMS - VERSION

1

CP
U7

CE1
U8

CE2
U9

CM1
U10

CM2
U11

6ème
U12

5ème
U13

4ème
U14

3ème
U15

Espace utilisé

Cour d'école

X

Enceinte sportive

X

Autres

Types

Sans ballon

Avec ballon

X

Sans puis avec ballon

Surface

Long

40m

Large

20m

Durée

TOTALE

15mn

SÉQUENCE

/

Effectifs

Educ

😊

1

GPS

😊

1

J

😊

4

😊

😊

4

😊

😊

4

😊

😊

4

OBJECTIF

Se déplacer le plus rapidement possible et s'arrêter au signal : maîtriser son déplacement

BUT

Etre le premier joueur (ou la première équipe) à atteindre le ciel

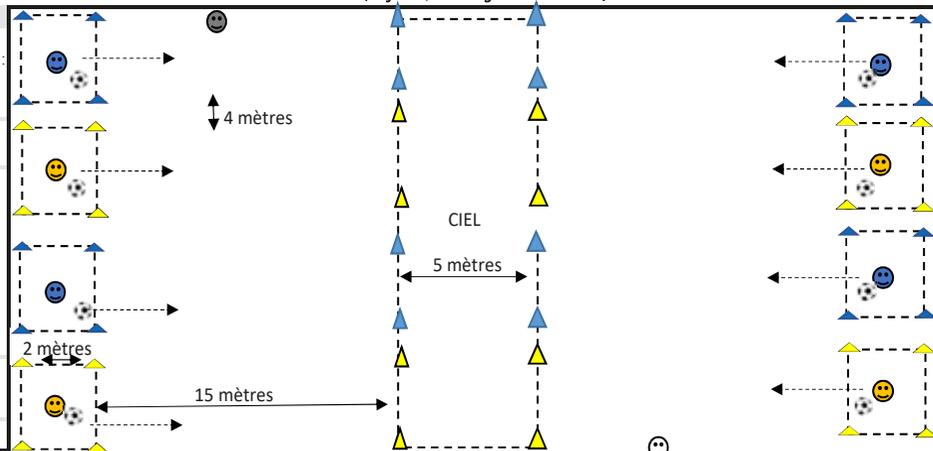
Chaque J part avec son ballon de sa maison. Les maisons sont alignées et face à face avec le ciel au milieu pour éviter tout croisement. Au signal de l'E qui compte 1-2-3 Soleil, tous les J sortent de la maison en conduite de balle et progressent vers le ciel. A l'annonce de "Soleil", tous les J doivent être statiques avec le pied sur le ballon. Si un J bouge, il retourne au départ dans sa maison. Le premier qui atteint sa porte "ciel" est le vainqueur et peut devenir animateur.

REGLES & CONSIGNES

Maîtriser sa conduite de balle (vitesse et arrêt)

CRITERES DE REUSSITE

ORGANISATION



COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)

Respecter les règles

INDIVIDUELS (VEILLER À)

Etre attentif
Maîtriser sa conduite de balle
Respecter les consignes

RAPPELS REGLES SANITAIRES

*Principes généraux:

- Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- Porter obligatoirement un masque pour l'éducateur(trice)
- Proscrire l'échange ou le partage d'effets personnels
- Se limiter impérativement à boire dans sa gourde ou sa bouteille personnelle (marquée à son nom)

- Assurer le nettoyage et la désinfection du matériel avant et après la séance mais également autant de fois que nécessaire
- Ne jamais toucher le matériel pédagogique

- Limiter au maximum le brassage des joueurs(ses)

- Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'éducateur(trice) et le groupe
- Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 joueurs(ses) lors des courses (Couloir entre deux joueurs(ses))

Conseil : Prévoir une personne Garante du Protocole Sanitaire (GPS) qui veille au respect des principes généraux et à la bonne conduite de la séance. (Adulte autorisé ou joueur(se))"



VARIABLES

Modifier le type de conduite de balle (libre, semelle, un pied...)
Imposer la position statique (un pied sur le ballon, les pieds de chaque côté...)
Faire le challenge par équipe, la première équipe à amener 3 élèves au ciel remporte la partie.

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passé/tir	

J : Joueur/Joueuse
E : Educateur/Educatrice



SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

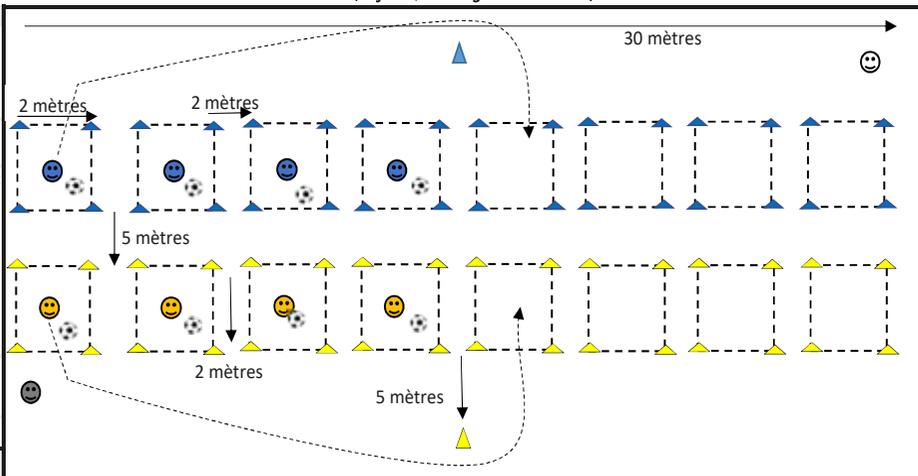
FICHE N° :	2
------------	---

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Relais "Saute Moutons"	

JEUX SCOLAIRES ADAPTES		X	FIT FOOT			PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL			
EXERCICES / DEFIS TECHNIQUES			MOTRICITE / COORDINATION			GUIDE SMS - VERSION			1

CP	CE1	CE2	CM1	CM2	6ème	5ème	4ème	3ème
U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15

(En jaune, les catégories concernées)



OBJECTIF

Se déplacer le plus rapidement possible

Astuce : à la fin de la partie, les enfants restent en place on change juste de sens !

BUT

Etre la première équipe à atteindre la dernière case

REGLES & CONSIGNES

Chaque équipe a son parcours avec un emplacement pour chaque J et à minima un emplacement libre par J. Les emplacements sont alignés (respect des distances) et chaque parcours a un plot (zone trampoline).

Au signal de l'E, le premier J sort de son emplacement contourne le plot en conduite de balle et rejoint le premier emplacement libre. Une fois qu'il est dans l'emplacement, le deuxième J s'élance...

CRITERES DE REUSSITE

Démarrer au bon moment et faire le parcours correctement

COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)

Etre solidaire
Communiquer pour le départ du suivant

INDIVIDUELS (VEILLER À)

Etre attentif
Respecter le parcours et la consigne
Maîtriser son ballon

RAPPELS REGLES SANITAIRES

***Principes généraux:**
 - Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
 - Porter obligatoirement un masque pour l'éducateur(trice)
 - Proscrire l'échange ou le partage d'effets personnels
 - Se limiter impérativement à boire dans sa gourde ou sa bouteille personnelle (marquée à son nom)

- Assurer le nettoyage et la désinfection du matériel avant et après la séance mais également autant de fois que nécessaire
 - Ne jamais toucher le matériel pédagogique

- Limiter au maximum le brassage des joueurs(ses)
- Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'éducateur(trice) et le groupe
- Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 joueurs(ses) lors des courses (Couloir entre deux joueurs(ses))

Conseil : Prévoir une personne Garante du Protocole Sanitaire (GPS) qui veille au respect des principes généraux et à la bonne conduite de la séance. (Adulte autorisé ou joueur(se))



VARIABLES

Modifier le type de déplacement (Ballon conduit librement, ballon conduit d'un seul pied...)
 2 consignes de déplacement : jusqu'au plot en conduite pied droit, puis après le plot conduite uniquement avec les semelles...
 Ajouter un tour de plot en conduite de balle avant de rejoindre l'emplacement libre

Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	
	Avec ballon	X
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	30m
	Large	20m

Durée	TOTALE	15mn
	SÉQUENCE	/

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😷	1
	J	😊	4
		😞	
		😄	4
		😬	

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passé/tir	

J : Joueur/Joueuse
 E : Educateur/Educatrice



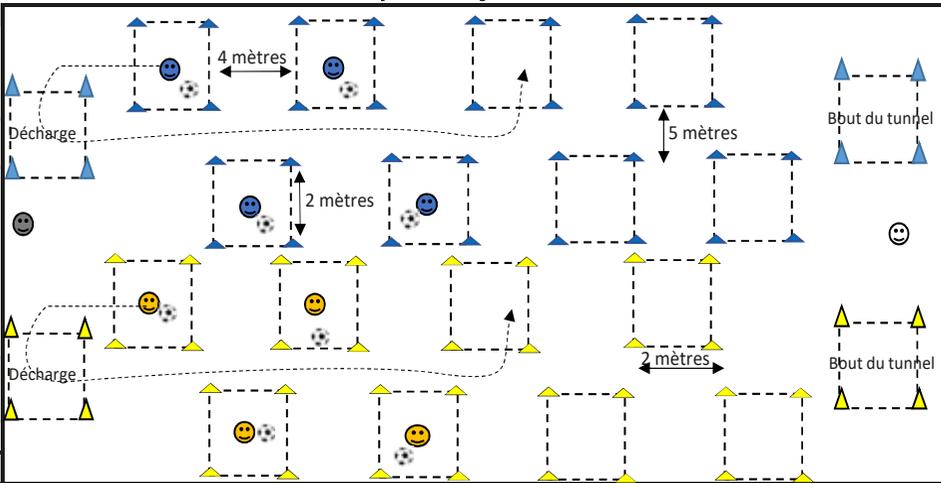
SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :	3
SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Relais "Tunnel"	

JEUX SCOLAIRES ADAPTES	X	FIT FOOT		PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL				
EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE		MOTRICITE / COORDINATION		GUIDE SMS - VERSION	1			
CP	CE1	CE2	CM1	CM2	6ème	5ème	4ème	3ème
U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15

(En jaune, les catégories concernées)

ORGANISATION	
OBJECTIF	Se déplacer le plus rapidement possible
BUT	Etre la première équipe à atteindre le bout du tunnel
REGLES & CONSIGNES	Chaque équipe a son parcours avec un emplacement pour chaque J et à minima un emplacement libre par J. Les emplacements sont en quinconce avec un couloir central (chemin du tunnelier). Au signal de l'E, le 1er J sort de son emplacement passe à la décharge, puis emprunte le couloir du tunnelier et va creuser le tunnel dans le premier emplacement vide. Une fois qu'il est dans l'emplacement, le 2ème J s'élance...
CRITERES DE REUSSITE	Démarrer au bon moment et faire le parcours correctement



Espace utilisé	Cour d'école	X	
	Enceinte sportive	X	
Types	Sans ballon		
	Avec ballon	X	
	Sans puis avec ballon		
Surface	Long	30m	
	Large	20m	
Durée	TOTALE	15mn	
	SÉQUENCE	/	
Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
	J	😊	4
		😬	4
		😬	4

COLLECTIFS (VEILLER À)	INDIVIDUELS (VEILLER À)
Etre solidaire Communiquer pour le départ du suivant	Etre attentif Respecter les consignes Maîtriser son ballon (conduite et arrêt)
VARIABLES	
<p>Modifier le type de déplacement (libre, avec un pied uniquement, avec uniquement les semelles...)</p> <p>2 consignes de déplacement : jusqu'à la décharge libre, puis dans le tunnelier avec les semelles (car étroit)...</p> <p>Varié les consignes à la décharge : passer par 2 portes ou 3 portes ou faire le tour complet avant d'aller dans le couloir du tunnelier</p>	

RAPPELS REGLES SANITAIRES

Principes généraux

- Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- Porter obligatoirement un masque pour l'éducateur(trice)
- Proscrire l'échange ou le partage d'effets personnels
- Se limiter impérativement à boire dans sa gourde ou sa bouteille personnelle (marquée à son nom)
- Assurer le nettoyage et la désinfection du matériel avant et après la séance mais également autant de fois que nécessaire
- Ne jamais toucher le matériel pédagogique
- Limiter au maximum le brassage des joueurs(ses)
- Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'éducateur(trice) et le groupe
- Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 joueurs(ses) lors des courses (Couloir entre deux joueurs(ses))

Conseil : Prévoir une personne Garante du Protocole Sanitaire (GPS) qui veille au respect des principes généraux et à la bonne conduite de la séance. (Adulte autorisé ou joueur(se))*

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passé/tir	

J : Joueur/Joueuse
E : Educateur/Educatrice



SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :

4

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Relais "Faire ses courses"

JEUX SCOLAIRES ADAPTES



FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUES

MOTRICITE / COORDINATION

GUIDE SMS - VERSION

1

CP	CE1	CE2	CM1	CM2	6ème	5ème	4ème	3ème
U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15

(En jaune, les catégories concernées)

Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	
	Avec ballon	X
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	30m
	Larg	20m

Durée	TOTALE	15mn
	SÉQUENCE	/

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
	J	😊	4
		😬	
		😬	4
		😬	

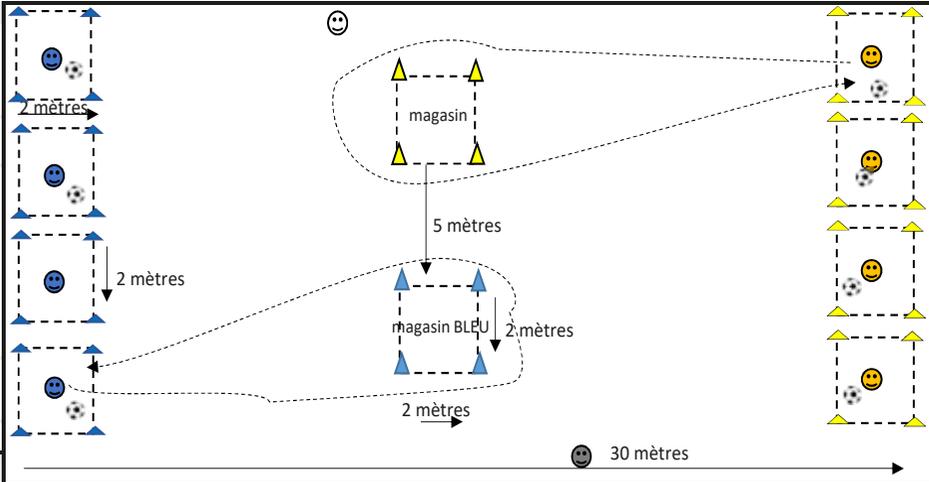
ORGANISATION

OBJECTIF Se déplacer le plus rapidement possible en manipulant son ballon

BUT Etre la première équipe dont tous les J ont fait leurs courses et sont rentrés à la maison

REGLES & CONSIGNES
Chaque équipe a son magasin et chaque J a sa maison et son ballon. Les maisons sont alignées (respect des distances)
Au signal de l'E, le premier J sort de sa maison contourne son magasin en conduite de balle et rentre dans sa maison. Une fois qu'il est rentré, le deuxième J s'élance...

CRITERES DE REUSSITE Démarrer au bon moment et faire le parcours correctement



COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)

Etre solidaire
Encourager le partenaire

INDIVIDUELS (VEILLER À)

Etre attentif
Respecter le parcours
Maîtriser son ballon

RAPPELS REGLES SANITAIRES

***Principes généraux:**

- Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- Porter obligatoirement un masque pour l'éducateur(trice)
- Proscrire l'échange ou le partage d'effets personnels
- Se limiter impérativement à boire dans sa gourde ou sa bouteille personnelle (marquée à son nom)



- Assurer le nettoyage et la désinfection du matériel avant et après la séance mais également autant de fois que nécessaire
- Ne jamais toucher le matériel pédagogique

VARIABLES

Modifier le type de conduite de balle (libre, avec un pied uniquement, avec uniquement les semelles...)
2 consignes de conduite : jusqu'au magasin libre, puis retour à la maison avec les semelles (car chargé...)
Varier les consignes au magasin : magasin fermé = tour du magasin, magasin ouvert = traverser de part en part, faire tous les rayons = passer par les 4 portes du magasin

- Limiter au maximum le brassage des joueurs(ses)
- Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'éducateur(trice) et le groupe
- Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 joueurs(ses) lors des courses (Couloir entre deux joueurs(ses))

Conseil : Prévoir une personne Garante du Protocole Sanitaire (GPS) qui veille au respect des principes généraux et à la bonne conduite de la séance. (Adulte autorisé ou joueur(se))*

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passé/tir	

J : Joueur/Joueuse
E : Educateur/Educatrice



SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :

5

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Jeu "Code chiffré"

JEUX SCOLAIRES ADAPTES



FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUES

MOTRICITE / COORDINATION

GUIDE SMS - VERSION

1

CP	CE1	CE2	CM1	CM2	6ème	5ème	4ème	3ème
U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15

(En jaune, les catégories concernées)

ORGANISATION

OBJECTIF

Réaliser un parcours le plus rapidement possible et donner le bon code.

BUT

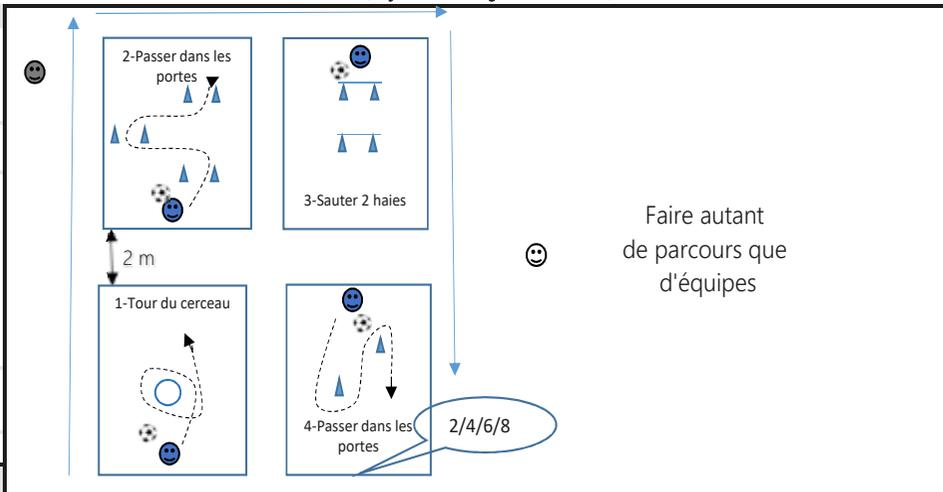
L'équipe qui termine en premier le parcours marque 1 point
Si elle donne le bon code, 1 point supplémentaire

REGLES & CONSIGNES

Chaque J se situe dans une zone délimitée. L'E donne un chiffre à chaque J qui doit le mémoriser. Le 1er J réalise son parcours dans sa zone. A la fin de son parcours il indique (avec sa main) son chiffre au J suivant qui mémorise celui-ci plus le sien, et ainsi de suite... le dernier J devra énoncer le code dans l'ordre des chiffres (le sien en dernier).

CRITERES DE REUSSITE

Adapter le nombre de parcours et les contraintes en fonction des âges



COMPOTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)

Ecoute

INDIVIDUELS (VEILLER À)

Habilitété
Mémorisation
Concentration

RAPPELS REGLES SANITAIRES

***Principes généraux:**

- ~Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- ~Porter obligatoirement un masque pour l'éducateur(trice)
- ~Proscrire l'échange ou le partage d'effets personnels
- ~Se limiter impérativement à boire dans sa gourde ou sa bouteille personnelle (marquée à son nom)

- ~Assurer le nettoyage et la désinfection du matériel avant et après la séance mais également autant de fois que nécessaire
- ~Ne jamais toucher le matériel pédagogique

- ~Limiter au maximum le brassage des joueurs(ses)
- ~Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'éducateur(trice) et le groupe
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- ~Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 joueurs(ses) lors des courses (Couloir entre deux joueurs(ses))

Conseil : Prévoir une personne Garante du Protocole Sanitaire (GPS) qui veille au respect des principes généraux et à la bonne conduite de la séance. (Adulte autorisé ou joueur(se))"



Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	
	Avec ballon	X
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	
	Larg	

Durée	TOTALE	16mn
	SÉQUENCE	8 x 2mn

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
	J	😊	2 à 4
		😬	
		😄	2 à 4
		😁	

MATÉRIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passe/tir	

J : Joueur/Joueuse

E : Educateur/Educatrice



SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

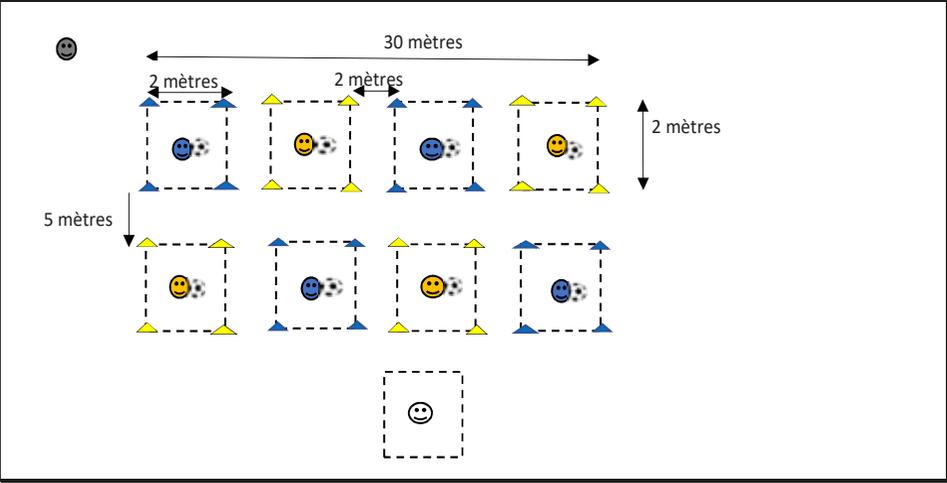
FICHE N° :	6
------------	---

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Challenge "Jacques a dit"	

JEUX SCOLAIRES ADAPTES		X	FIT FOOT			PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL			
EXERCICES / DEFIS TECHNIQUES				MOTRICITE / COORDINATION			GUIDE SMS - VERSION		1
CP	CE1	CE2	CM1	CM2	6ème	5ème	4ème	3ème	
U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	

(En jaune, les catégories concernées)

ORGANISATION	
OBJECTIF	Travail d'écoute, de concentration, de motricité et de manipulation du ballon.
BUT	Avoir le maximum de points à la fin du challenge Chaque J est muni d'un ballon et au début du jeu d'un capital de 10 points.
REGLES & CONSIGNES	L'E énonce des consignes précédées ou pas de "Jacques a dit". Si la consigne est précédée de "Jacques a dit", les J doivent réaliser la consigne et inversement. En cas de non respect de la consigne, le J perd un point.
CRITERES DE REUSSITE	Réaliser correctement les consignes au bon moment
COMPORTEMENTS ATTENDUS	



Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	
	Avec ballon	X
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	30
	Larg	10

Durée	TOTALE	15
	SÉQUENCE	

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
	J	😊	4
		😬	
		😄	4
		😬	

COLLECTIFS (VEILLER À)	INDIVIDUELS (VEILLER À)
Etre solidaire Ne pas perturber les autres	Etre attentif Etre à l'écoute Etre réactif

VARIABLES

Challenge individuel ou collectif (ajouter des points de chaque J de l'équipe)
Donner des consignes motrices (talons fesses, montées de genoux...) et manipulation du ballon (pied droit sur le ballon, genou gauche sur le ballon...)

RAPPELS REGLES SANITAIRES

- *Principes généraux:**
- Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
 - Porter obligatoirement un masque pour l'éducateur(trice)
 - Proscrire l'échange ou le partage d'effets personnels
 - Se limiter impérativement à boire dans sa gourde ou sa bouteille personnelle (marquée à son nom)
 - Assurer le nettoyage et la désinfection du matériel avant et après la séance mais également autant de fois que nécessaire
 - Ne jamais toucher le matériel pédagogique
 - Limiter au maximum le brassage des joueurs(ses)
 - Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'éducateur(trice) et le groupe
 - Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
 - Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
 - Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 joueurs(ses) lors des courses (Couloir entre deux joueurs(ses))
- Conseil :** Prévoir une personne Garante du Protocole Sanitaire (GPS) qui veille au respect des principes généraux et à la bonne conduite de la séance. (Adulte autorisé ou joueur(se))



MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passé/tir	

J : Joueur/Joueuse
E : Educateur/Educatrice



SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE		JEUX SCOLAIRES ADAPTES		X	FIT FOOT			PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL			
FICHE N° :	7	EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE			MOTRICITE / COORDINATION			GUIDE SMS - VERSION			1
SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)		CP	CE1	CE2	CM1	CM2	6ème	5ème	4ème	3ème	
"Simon"		U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	

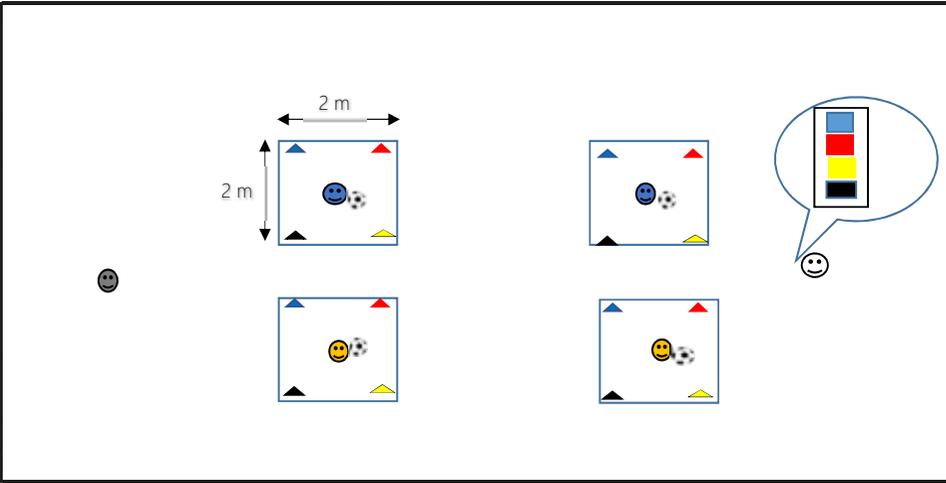
ORGANISATION

OBJECTIF Réagir vite à un signal. Concentration, coordination.

BUT Répondre rapidement à une commande donnée par l'éducateur, se repérer dans l'espace
Jeu sans et avec ballon. Chaque J (au centre d'un carré de 4 m²) dispose de 4 zones de couleurs différentes. L'E dit 1 couleur au départ, puis dit une nouvelle couleur. Le J reproduit la séquence. A la fin de la séquence, l'E rappelle de nouveau la combinaison et les J annoncent s'ils se sont trompés.

RÈGLES & CONSIGNES

CRITERES DE REUSSITE Etre capable de mémoriser et de reproduire une séquence



Espace utilisé	Cour d'école	
	Enceinte sportive	x
	Autres	

Types	Sans ballon	
	Avec ballon	x
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	
	Larg	

Durée	TOTALE	16 mn
	SÉQUENCE	8 x 2 min

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😊	1
	J	😊	2 à 9
		😞	
		😟	2 à 9
		😄	

COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)	INDIVIDUELS (VEILLER À)
Chaque joueur doit être concentré sur sa zone	Concentration Capacité de réaction Mémorisation

RAPPELS REGLES SANITAIRES

Principes généraux:
 ~Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
 ~Porter obligatoirement un masque pour l'éducateur(trice)
 ~Proscrire l'échange ou le partage d'effets personnels
 ~Se limiter impérativement à boire dans sa gourde ou sa bouteille personnelle (marquée à son nom)
 ~Assurer le nettoyage et la désinfection du matériel avant et après la séance mais également autant de fois que nécessaire
 ~Ne jamais toucher le matériel pédagogique



~Limiter au maximum le brassage des joueurs(ses)
 ~Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'éducateur(trice) et le groupe
 ~Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
 ~Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
 ~Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 joueurs(ses) lors des courses (Couloir entre deux joueurs(ses))

Conseil : Prévoir une personne Garante du Protocole Sanitaire (GPS) qui veille au respect des principes généraux et à la bonne conduite de la séance. (Adulte autorisé ou joueur(se))*

Adapter les variables et les contraintes en fonction de l'âge

VARIABLES

1 - L'E annonce les couleurs aléatoirement
 2 - Associer les couleurs à un club de foot
 3 - Le J a le ballon sous le pied et l'amène en conduite dans la zone correspondante

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passé/tir	

J : Joueur/Joueuse
 E : Educateur/Educatrice



SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° : 8

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Jeu "Terre Mer Ciel"

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

X

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUES

MOTRICITE / COORDINATION

GUIDE SMS - VERSION

1

CP	CE1	CE2	CM1	CM2	6ème	5ème	4ème	3ème
U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15

(En jaune, les catégories concernées)

Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	X

ORGANISATION

OBJECTIF

Réagir vite à un signal
Concentration
Coordination

BUT

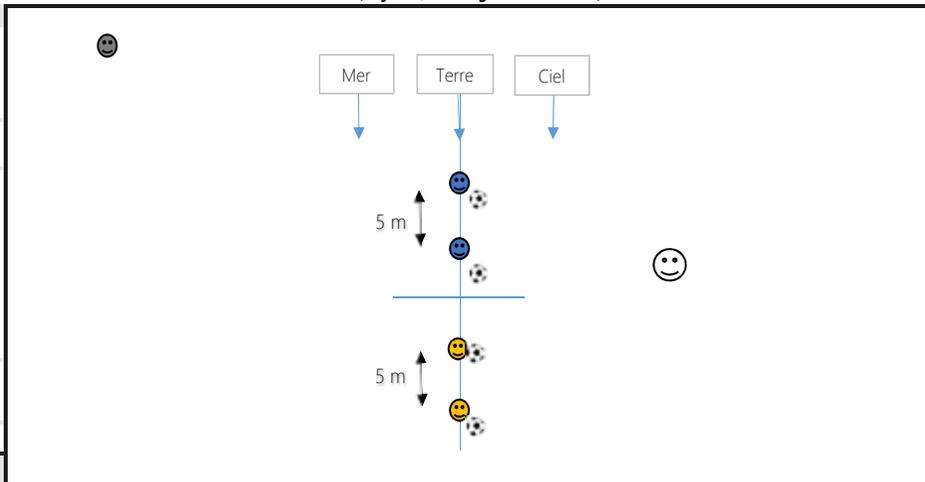
Répondre rapidement à une commande donnée par l'E, se repérer dans l'espace

REGLES & CONSIGNES

Tracer une ligne au sol (celle-ci est coupée en son milieu par une ligne permettant de séparer les équipes). Mettre tous les élèves sur la ligne en leur disant que c'est la terre puis définir quel côté sera la mer et le ciel. L'Edit "ciel" et ainsi de suite. A ce moment, les J doivent conduire le ballon dans la zone correspondante.

CRITERES DE REUSSITE

Etre capable de réagir de plus en plus vite aux commandes de l'E, être concentré notamment lors de l'histoire



COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)

Tous les J doivent se déplacer en même temps

INDIVIDUELS (VEILLER À)

Concentration
Capacité de réaction

RAPPELS REGLES SANITAIRES

*Principes généraux:

- ~Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- ~Porter obligatoirement un masque pour l'éducateur(trice)
- ~Prescrire l'échange ou le partage d'effets personnels
- ~Se limiter impérativement à boire dans sa gourde ou sa bouteille personnelle (marquée à son nom)

- ~Assurer le nettoyage et la désinfection du matériel avant et après la séance mais également autant de fois que nécessaire
- ~Ne jamais toucher le matériel pédagogique

- ~Limiter au maximum le brassage des joueurs(ses)
- ~Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'éducateur(trice) et le groupe
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les joueurs(ses) en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- ~Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 joueurs(ses) lors des courses (Couloir entre deux joueurs(ses))

Conseil : Prévoir une personne Garante du Protocole Sanitaire (GPS) qui veille au respect des principes généraux et à la bonne conduite de la séance. (Adulte autorisé ou joueur(se))



VARIABLES

Garder tous les J puis jouer en éliminant ceux qui se trompent
Accélérer le rythme
Racontar une histoire en utilisant des mots qui s'associent aux éléments (par exemple dire poisson pour mer)
Le J qui gagne devient maître du jeu

Adapter les variables et les contraintes en fonction de l'âge

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passer/tir	

J : Joueur/Joueuse
E : Educateur/Educatrice