



# ▶ U7 - U9

Jeux / Situations

Avec un ballon personnalisé



86





### SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :	1
------------	---

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Béret but / avec ballon	

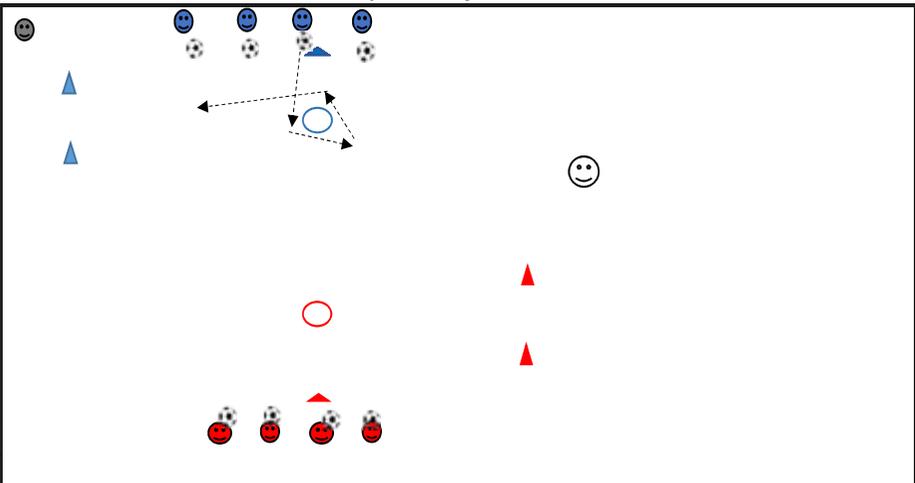
JEUX SCOLAIRES ADAPTES	X	FIT FOOT		PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL	
------------------------	---	----------	--	----------------------------	--

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	Repérer la cible et apprendre à tirer
BUT	Marquer dans le but
REGLES & CONSIGNES	Donner un numéro de 1 à 4 à chaque J de chaque équipe. A l'appel de son numéro, le J doit faire le tour du cerceau en conduite de balle et tirer dans le but. 1 point pour les J qui réussissent et 2 points pour celui qui finit premier.
CRITERES DE REUSSITE	Nombre de tirs / Nombre de points marqué



### COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)	INDIVIDUELS (VEILLER À)
Cohésion / Esprit d'équipe	Prise d'information pour repérer la cible Garder le ballon proche de soi pendant la conduite Utiliser le plat du pied pour frapper

VARIABLES
Complexifier les parcours (slalom, marche arrière...)  Agrandir ou réduire les distances  Rajouter une zone avant laquelle le J doit frapper  Agrandir ou réduire la taille du but

### 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	X

Types	Sans ballon	
	Avec ballon	X
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	30
	Larg	20

Durée	TOTALE	15
	SÉQUENCE	5 x 3'

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

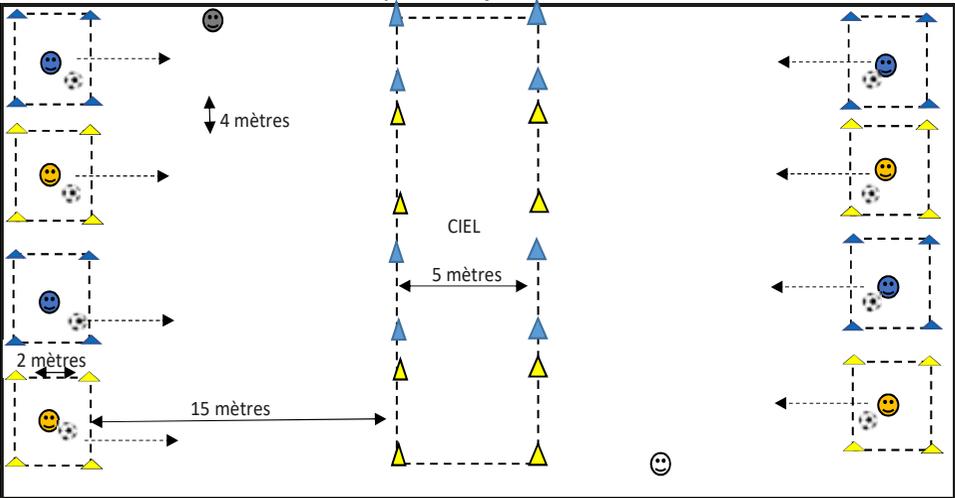
FICHE N° :	2
------------	---

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

(En jaune, les catégories concernées)



<b>ORGANISATION</b>	
<b>OBJECTIF</b>	Se déplacer le plus rapidement possible et s'arrêter au signal : maîtriser son déplacement
<b>BUT</b>	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.
<b>REGLES &amp; CONSIGNES</b>	
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Maitriser sa conduite de balle (vitesse et arrêt)

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
	SEQUENCE	/

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

COMPORTEMENTS ATTENDUS

<b>COLLECTIFS (VEILLER À)</b>	<b>INDIVIDUELS (VEILLER À)</b>
Respecter les règles	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

<b>VARIABLES</b>
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.

- ~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))"

<b>MATERIEL</b>	
Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passe/tir	
J : Joueur/Joueuse E : Educateur/Educatrice	



## SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :	3
------------	---

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Jeu "Code chiffré"	

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

### 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

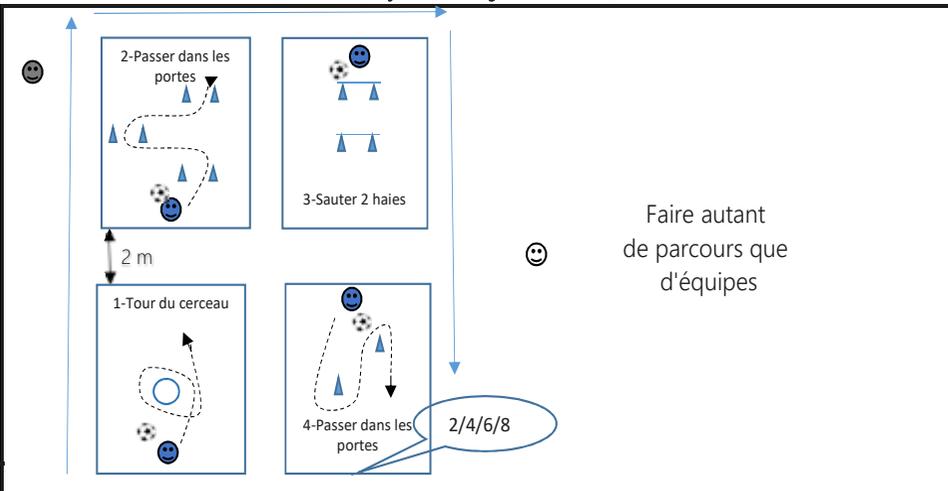
### REGLES & CONSIGNES

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

### ORGANISATION



### COMPORTEMENTS 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))"

### VARIABLES

- Varier les déplacements (course, pas chassés, marche arrière...)  
Les enfants se déplacent balle au pied
- Les chiffres sont remplacés par des lettres pour former un mot
- Les enfants changent d'atelier en marchant et au signal de l'éducateur dans les sens des aiguilles d'une montre

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

### MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passe/tir	

J : Joueur/Joueuse  
E : Educateur/Educatrice



SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :	4
------------	---

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Jeu "Le coach"	

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	
	Enceinte sportive	X
	Autres	X

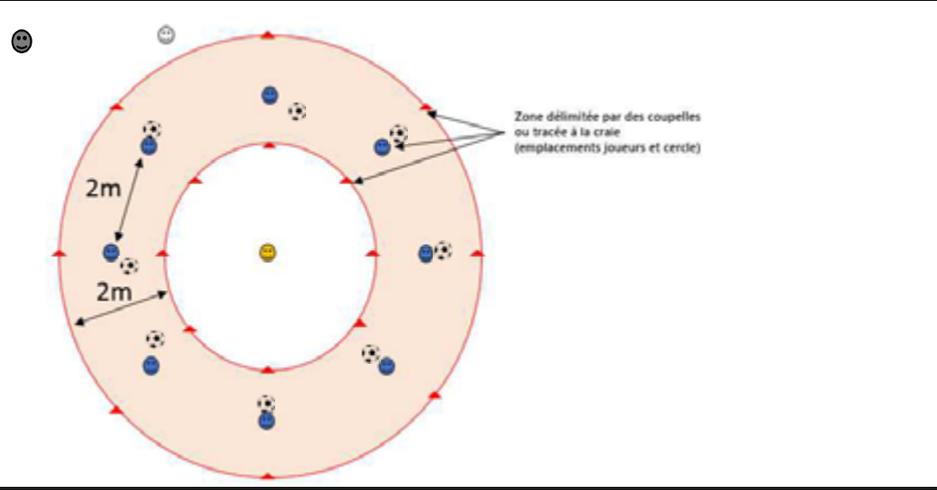
Types	Sans ballon	
	Avec ballon	X
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	10m
	Large	10m

Durée	TOTALE	15min
	SÉQUENCE	3 essais par élève

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😞	1
	J	😊	8
		😞	
		😄	1
		😌	

ORGANISATION	
OBJECTIF	Etre attentif et concentrée Prise d'initiative Imitation
BUT	Le coach et les J ne doivent pas se faire repérer. Le président doit démasquer le coach Les J forment un cercle en étant écartés de 2m. Un J s'éloigne du groupe suffisamment pour ne pas voir ni entendre le reste du groupe, ce sera le président. L'E désigne alors discrètement qui sera le coach. Le président est invité à rejoindre ses J au entre du cercle. Le coach mine successivement différents gestes avec son ballon en restant sur place imité aussitôt par les autres J.
REGLES & CONSIGNES	
CRITERES DE REUSSITE	Le président gagne s'il découvre qui est le coach en 3 essais maximum.



COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)	INDIVIDUELS (VEILLER À)
Cohésion Synchronisation des gestes	Concentration Capacité de réaction Discretion

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

Le président et le coach peuvent être désigné par les J entre eux.  
**Président:** réduire le nombre de tentatives pour démasquer le coach ou rester à l'extérieur du cercle pour démasquer le coach  
**Coach:** mimer des gestes spécifiques liés à la technique (tir, passe, jonglage, dribble, volée, conduite...), l'aspect athlétique (courir, sauter, tourner sur soi, montée de genou, talon fesse, pas chassés...), fair play ( serrage de main, relever quelqu'un, applaudir), célébrations... avec le ballon à la main ou au pied  
 Varier l'intensité et la fréquence des gestes

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passé/tir	

J : Joueur/Joueuse  
E : Educateur/Educatrice



## SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° : 5

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Jeu "Terre Mer Ciel"

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	X

Types	Sans ballon	
	Avec ballon	X
	Sans puis avec ballon	

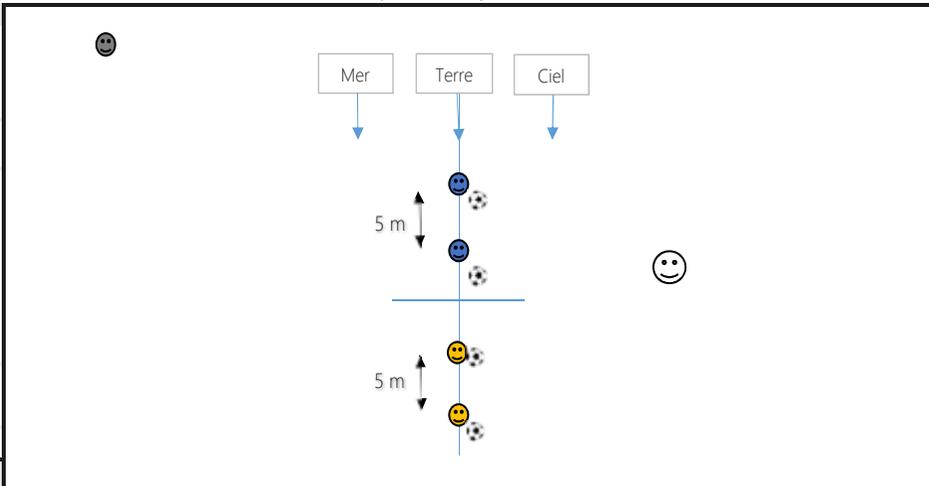
Surface	Long	
	Large	

Durée	TOTALE	16mn
	SÉQUENCE	8 x 2mn

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

### 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)
- ~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

- Garder tous les J pour jouer en éliminant ceux qui se trompent
- Accélérer le rythme
- Raconter une histoire en utilisant des mots qui s'associent aux éléments (par exemple dire poisson pour mer)
- Ballon à la main puis au pied
- 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	

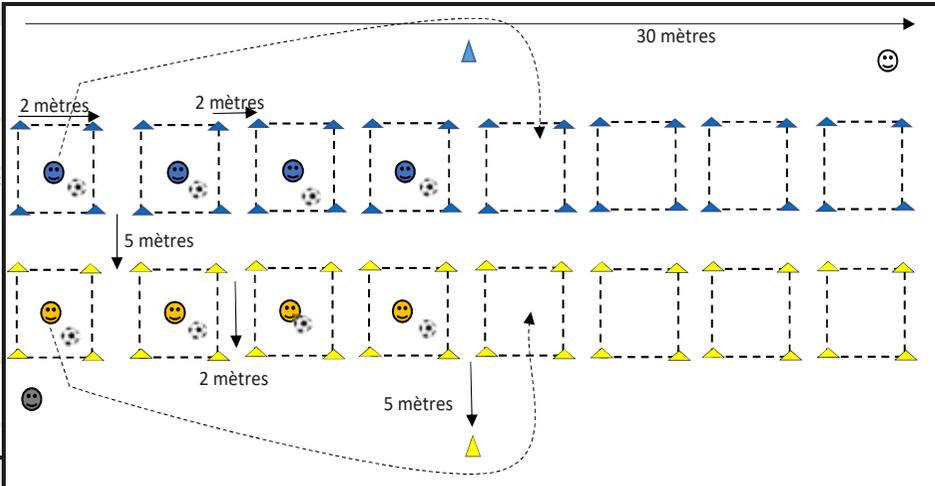
J : Joueur/Joueuse  
E : Educateur/Educatrice



SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE	
FICHE N° :	6
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)



<b>ORGANISATION</b>	Se déplacer le plus rapidement possible
<b>OBJECTIF</b>	<i>Astuce : à la fin de la partie, les enfants restent en place on change juste de sens !</i>
<b>BUT</b>	Etre la première équipe à atteindre la dernière case 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).
<b>REGLES &amp; CONSIGNES</b>	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...
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Démarrer au bon moment et faire le parcours correctement

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
		😬	

**COMPORTEMENTS ATTENDUS**

<b>COLLECTIFS (VEILLER À)</b>	<b>INDIVIDUELS (VEILLER À)</b>
Etre solidaire Communiquer pour le départ du suivant	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))"

<b>VARIABLES</b>
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

**MATERIEL**

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passer/tir	

**J : Joueur/Joueuse**  
**E : Educateur/Educatrice**



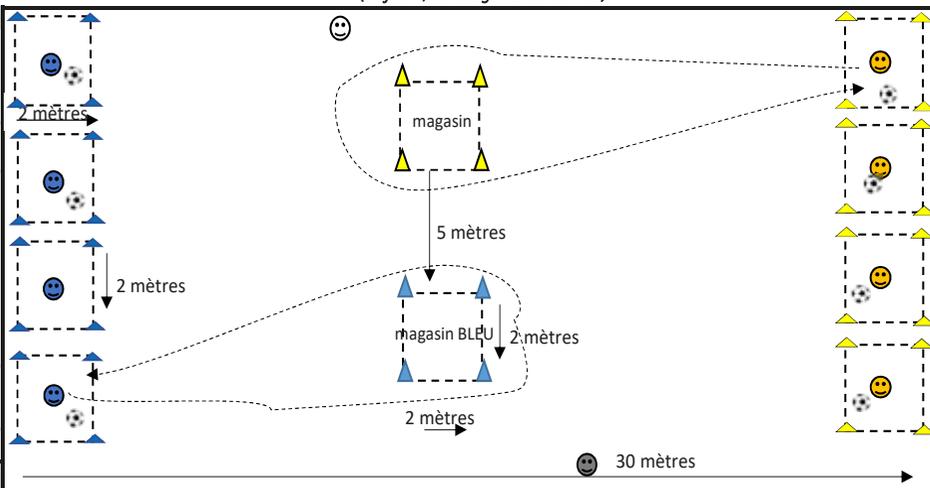
SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :	7
------------	---

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Relais "Faire ses courses"	

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

(En jaune, les catégories concernées)



<b>ORGANISATION</b>	
<b>OBJECTIF</b>	Se déplacer le plus rapidement possible en manipulant son ballon
<b>BUT</b>	Etre la première équipe dont tous les J ont fait leurs courses et sont rentrés à la maison
<b>REGLES &amp; CONSIGNES</b>	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...
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Démarrer au bon moment et faire le parcours correctement

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

COMPORTEMENTS ATTENDUS

<b>COLLECTIFS (VEILLER À)</b>	<b>INDIVIDUELS (VEILLER À)</b>
Etre solidaire Encourager le partenaire	Etre attentif Respecter le parcours Maitriser 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))

<b>VARIABLES</b>
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

<b>MATERIEL</b>	
Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passer/tir	
J : Joueur/Joueuse E : Educateur/Educatrice	



SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° : 8

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Relais "Tunnel"

JEUX SCOLAIRES ADAPTES



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)

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
		😁	

ORGANISATION

Se déplacer le plus rapidement possible

OBJECTIF

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

BUT

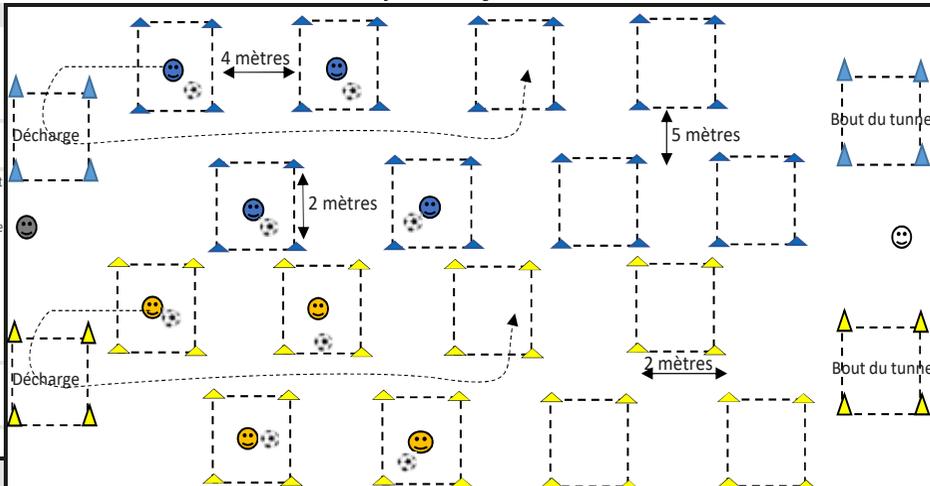
Etre la première équipe à atteindre le bout du tunnel

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



COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)

Etre solidaire  
Communiquer pour le départ du suivant

INDIVIDUELS (VEILLER À)

Etre attentif  
Respecter les consignes  
Maîtriser son ballon (conduite et arrêt)

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 (libre, avec un pied uniquement, avec uniquement les semelles...)  
2 consignes de déplacement : jusqu'à la décharge libre, puis dans le tunnelier avec les semelles (car étroit)...  
Varier 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

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passer/tirer	

J : Joueur/Joueuse  
E : Educateur/Educatrice



SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° : 9

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)

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
		😁	

ORGANISATION

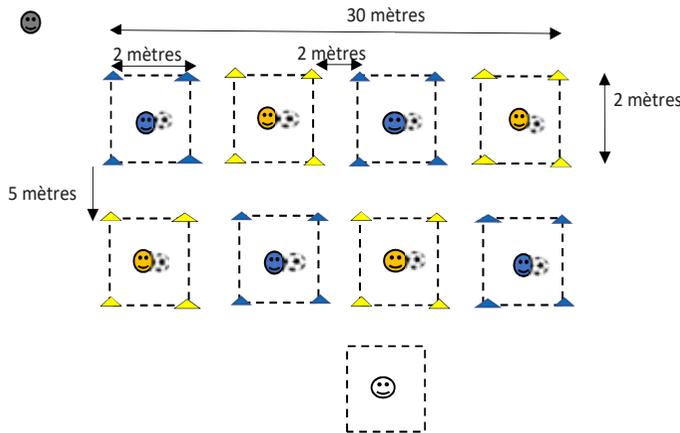
**OBJECTIF** Travail d'écoute, de concentration, de motricité et de manipulation du ballon.

**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

COLLECTIFS (VEILLER À)

Etre solidaire  
Ne pas perturber les autres

INDIVIDUELS (VEILLER À)

Etre attentif  
Etre à l'écoute  
Etre réactif

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

**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))

Challenge individuel ou collectif (ajouter les 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...)

VARIABLES

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passer/tir	

J : Joueur/Joueuse  
E : Educateur/Educatrice