



PLATEAU U7 N°1 / 7 EQUIPES



TERRAIN MATCH 1	TERRAIN MATCH 2	NOM DE L'EQUIPE	
Rotation 1 : 2c5	Rotation 1 : 1c3	EQUIPE 1 (6 et 7)*	
Rotation 2 : 3c7	Rotation 2 : 2c4	EQUIPE 2 (6 et 3)	
Rotation 3 : 1c5	Rotation 3 : 4c3	EQUIPE 3 (2 et 5)	
Rotation 4 : 3c6	Rotation 4 : 7c5	EQUIPE 4 (7 et 5)	
Rotation 5 : 1c4	Rotation 5 : 7c6	EQUIPE 5 (3 et 4)	
		EQUIPE 6 (1 et 2)	
		EQUIPE 7 (1 et 4)	
		*Entre parenthèse () les équipes <u>non jouées</u> en match	
		Diviser en 2, si possible, l'équipe seule sur le jeu.	
		Prévoir 3 parcours sur le jeu pour la 5ème rotation.	
TERRAIN JEU	TERRAIN MATCH 3		
Rotation 1 : 7	Rotation 1 : 6c4		
Rotation 2 : 1	Rotation 2 : 6c5		
Rotation 3 : 6	Rotation 3 : 2c7		
Rotation 4 : 4	Rotation 4 : 1c2		
Rotation 5 : 2c3c5	Rotation 5 : Pas de match		

LES MATCHS	JEU	SCHEMA	CONSIGNES
<p><u>Effectifs</u> : 4 contre 4 (avec gardien) ou 3 contre 3 (sans gardien).</p> <p><u>Taille du terrain</u> : 30m/20m en foot à 4 ou 25m/15m en foot à 3.</p> <p><u>Taille des buts</u> : 3m avec gardien ou 2m sans gardien.</p> <p><u>Rentrée de touche</u> : Au pied par une passe ou en conduite de balle.</p> <p><u>Temps de jeu</u> : 10 min. par rotation soit 50 min. de temps de jeu effectif.</p> <p><u>Ballon</u> : Taille 3.</p>	Motricité		<p>Sous forme de duel : Faire un appui dans chaque cerceau et revenir en courant puis taper dans la main du suivant... Evolution : cloche pied, pieds joints, 2 appuis dans chaque cerceau, avec un ballon dans les mains puis revenir en conduite de balle, contourner un objet sur le retour, lancer 2 fois le ballon en l'air et le rattrapper sur le retour...</p>

ATELIER PEF

ATELIER "PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL"		THEME :	Engagement Citoyen
Le Carré magique			
Difficulté (installation, consignes)		Disposition	Carré de 20 mètres de côté - 4 "maisons" carrés de 5 mètres de côté
★★★★★		Consignes	1 ballon par joueur. Les joueurs sont en conduite de balle à l'intérieur du carré. A voix haute, l'éducateur énonce une affirmation. En fonction de la réponse, le joueur doit se diriger en conduite de balle vers la "maison" appropriée.
Matériel			Le joueur qui se trouve dans la bonne "maison" marque 1 point.
8 ballons			Variante
8 coupelles blanche			1- Imposer le pied pour la conduite de balle
16 cônes jaunes			2- Imposer le pied avec lequel il faut stopper le ballon dans la "maison"



PLATEAU U7 N°1 / 8 EQUIPES



TERRAIN MATCH 1		TERRAIN MATCH 2		NOM DE L'EQUIPE	
Rotation 1 : 2c5	*Rotation 5 : 1c2c8	Rotation 1 : 1c3	Rotation 5 : 5c6	EQUIPE 1 (4,6)*	
Rotation 2 : 1c7		Rotation 2 : 2c4		EQUIPE 2 (3,6)	
Rotation 3 : 1c5		Rotation 3 : 6c8		EQUIPE 3 (2,5)	
Rotation 4 : 3c6		Rotation 4 : 7c5		EQUIPE 4 (1,5)	
				EQUIPE 5 (3,4,8)	
				EQUIPE 6 (1,2,7)	
				EQUIPE 7 (6,8)	
				EQUIPE 8 (5,7)	
TERRAIN JEU 1 OU JEU 2 (AU CHOIX)		TERRAIN MATCH 3		*Entre parenthèse () les équipes <u>non jouées</u> en match	
Rotation 1 : 7c8		Rotation 1 : 6c4	*Rotation 5 : 3c4c7		
Rotation 2 : 6c5		Rotation 2 : 3c8			
Rotation 3 : 4c3		Rotation 3 : 2c7			
Rotation 4 : 1c2		Rotation 4 : 8c4			

JEU N°1	SCHEMA	CONSIGNES	LES MATCHS
Faire ses courses		Compétition entre 2 équipes sous forme relais, le joueur va chercher un ballon au magasin et le ramène au départ dans une zone définie. L'équipe qui ramène la 1ère tous ses ballons gagne. Evolution : aller chercher le ballon à cloche pied, pieds joints, course arrière. Revenir ballon à la main, en conduite, en contournant un objet...	<p><u>Effectifs</u> : 4 contre 4 (avec gardien) ou 3 contre 3 (sans gardien).</p> <p><u>Taille du terrain</u> : 30m/20m en foot à 4 ou 25m/15m en foot à 3.</p> <p><u>Taille des buts</u> : 3m avec gardien ou 2m sans gardien.</p> <p><u>Rentrée de touche</u> : Au pied par une passe ou en conduite de balle.</p> <p><u>Temps de jeu</u> : 10 min. par rotation soit 50 min. de temps de jeu effectif.</p> <p><u>Ballon</u> : Taille 3.</p> <p>*Rotation 5 : Triangulaire, 2 matchs de 5 min par équipe (A/B-A/C-B/C).</p>
Motricité		Sous forme de duel : Faire un appui dans chaque cerceau et revenir en courant puis taper dans la main du suivant... Evolution : cloche pied, pieds joints, 2 appuis dans chaque cerceau, avec un ballon dans les mains puis revenir en conduite de balle, contourner un objet sur le retour, lancer 2 fois le ballon en l'air et le rattrapper sur le retour...	

ATELIER PEF

ATELIER "PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL"		THEME :	Engagement Citoyen
Le Carré magique			
Difficulté (installation, consignes)		<u>Disposition</u>	Carré de 20 mètres de côté - 4 "maisons" carrés de 5 mètres de côté
Matériel		<u>Consignes</u>	1 ballon par joueur. Les joueurs sont en conduite de balle à l'intérieur du carré. A voix haute, l'éducateur énonce une affirmation. En fonction de la réponse, le joueur doit se diriger en conduite de balle vers la "maison" appropriée. Le joueur qui se trouve dans la bonne "maison" marque 1 point.
8 ballons 8 coupelles blanche 16 cônes jaunes		<u>Variantes</u>	1- Imposer le pied pour la conduite de balle 2- Imposer le pied avec lequel il faut stopper le ballon dans la "maison"



PLATEAU U7 N°1 / 9 EQUIPES



TERRAIN MATCH 1						NOM DE L'EQUIPE	
Rotation 1 :	2c5	Rotation 5 :	1c8			EQUIPE 1 (2,3,4,7)*	
Rotation 2 :	1c9					EQUIPE 2 (1,4,8,9)	
Rotation 3 :	1c5					EQUIPE 3 (1,5,6,9)	
Rotation 4 :	3c7					EQUIPE 4 (1,2,6,7,)	
						EQUIPE 5 (3,7,8,9)	
						EQUIPE 6 (3,4,7,8)	
						EQUIPE 7 (1,4,5,6)	
						EQUIPE 8 (2,5,6,9)	
						EQUIPE 9 (2,3,5,8)	

TERRAIN JEU 1 OU JEU 2 (AU CHOIX)		TERRAIN MATCH 2	
Rotation 1 :	9	Rotation 1 :	3c4
Rotation 2 :	6	Rotation 2 :	3c8
Rotation 3 :	7	Rotation 3 :	6c9
Rotation 4 :	1,5 et 8	Rotation 4 :	/

TERRAIN MATCH 3		TERRAIN MATCH 4	
Rotation 1 :	7c8	Rotation 1 :	1c6
Rotation 2 :	2c7	Rotation 2 :	5c4
Rotation 3 :	4c8	Rotation 3 :	2c3
Rotation 4 :	6c2	Rotation 4 :	4c9

*Entre parenthèse () les équipes non jouées en match
Diviser en 2, si possible, l'équipe seule sur le jeu N°2

JEU N°1	SCHEMA	CONSIGNES	LES MATCHS
Faire ses courses		Compétition entre 2 équipes sous forme relais, le joueur va chercher un ballon au magasin et le ramène au départ dans une zone définie. L'équipe qui ramène la 1ère tous ses ballons gagne. Evolution : aller chercher le ballon à cloche pied, pieds joints, course arrière. Revenir ballon à la main, en conduite, en contournant un objet...	<p><u>Effectifs</u> : 4 contre 4 (avec gardien) ou 3 contre 3 (sans gardien).</p> <p><u>Taille du terrain</u> : 30m/20m en foot à 4 ou 25m/15m en foot à 3.</p> <p><u>Taille des buts</u> : 3m avec gardien ou 2m sans gardien.</p> <p><u>Rentrée de touche</u> : Au pied par une passe ou en conduite de balle.</p> <p><u>Temps de jeu</u> : 10 min. par rotation soit 50 min de temps de jeu effectif.</p> <p><u>Ballon</u> : Taille 3.</p>
JEU N°2	SCHEMA	CONSIGNES	
Motricité		Sous forme de duel : Faire un appui dans chaque cerceau et revenir en courant puis taper dans la main du suivant... Evolution : cloche pied, pieds joints, 2 appuis dans chaque cerceau, avec un ballon dans les mains puis revenir en conduite de balle, contourner un objet sur le retour, lancer 2 fois le ballon en l'air et le rattraper sur le retour...	

ATELIER PEF

ATELIER "PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL"		THEME :	Engagement Citoyen
Le Carré magique		<u>Disposition</u>	Carré de 20 mètres de côté - 4 "maisons" carrés de 5 mètres de côté
Difficulté (installation, consignes)		<u>Consignes</u>	1 ballon par joueur. Les joueurs sont en conduite de balle à l'intérieur du carré. A voix haute, l'éducateur énonce une affirmation. En fonction de la réponse, le joueur doit se diriger en conduite de balle vers la "maison" appropriée. Le joueur qui se trouve dans la bonne "maison" marque 1 point.
Matériel		<u>Variantes</u>	1- Imposer le pied pour la conduite de balle 2- Imposer le pied avec lequel il faut stopper le ballon dans la "maison"



PLATEAU U7 N°1 / 10 EQUIPES



TERRAIN MATCH 1				NOM DE L'EQUIPE	
Rotation 1 : 6c2	Rotation 5 : 10c3			EQUIPE 1 (7,5,10)*	
Rotation 2 : 4c6				EQUIPE 2 (6,8,4)	
Rotation 3 : 7c1				EQUIPE 3 (10,5,9)	
Rotation 4 : 8c2				EQUIPE 4 (6,8,2)	
				EQUIPE 5 (1,3,7)	
TERRAIN JEU 2		TERRAIN MATCH 2		EQUIPE 6 (2,4,9)	
Rotation 1 : 10c4	Rotation 5 : 1c9	Rotation 1 : 3c9	Rotation 5 : 7c5	EQUIPE 7 (1,9,5)	
Rotation 2 : 5c2		Rotation 2 : 8c10		EQUIPE 8 (2,4,10)	
Rotation 3 : 6c8		Rotation 3 : 2c4		EQUIPE 9 (7,6,3)	
Rotation 4 : 3c7		Rotation 4 : 1c10		EQUIPE 10 (3,8,1)	
TERRAIN MATCH 3		TERRAIN JEU 1		*Entre parenthèse () les équipes jouées en match	
Rotation 1 : 1c5	Rotation 5 : 4c8	Rotation 1 : 7c8	Rotation 5 : 6c2		
Rotation 2 : 9c7		Rotation 2 : 1c3			
Rotation 3 : 3c5		Rotation 3 : 10c9			
Rotation 4 : 9c6		Rotation 4 : 5c4			

JEU N°1	SCHEMA	CONSIGNES	LES MATCHS
Faire ses courses		Compétition entre 2 équipes sous forme relais, le joueur va chercher un ballon au magasin et le ramène au départ dans une zone définie. L'équipe qui ramène la 1ère tous ses ballons gagne. Evolution : aller chercher le ballon à cloche pied, pieds joints, course arrière. Revenir ballon à la main, en conduite, en contournant un objet...	<p>Effectifs : 4 contre 4 (avec gardien) ou 3 contre 3 (sans gardien).</p> <p>Taille du terrain : 30m/20m en foot à 4 ou 25m/15m en foot à 3.</p> <p>Taille des buts : 3m avec gardien ou 2m sans gardien.</p> <p>Rentrée de touche : Au pied par une passe ou en conduite de balle.</p> <p>Temps de jeu : 10 min. par rotation soit 50 min. de temps de jeu effectif.</p> <p>Ballon : Taille 3.</p>
Motricité		Sous forme de duel : Faire un appui dans chaque cerceau et revenir en courant puis taper dans la main du suivant... Evolution : cloche pied, pieds joints, 2 appuis dans chaque cerceau, avec un ballon dans les mains puis revenir en conduite de balle, contourner un objet sur le retour, lancer 2 fois le ballon en l'air et le rattrapper sur le retour...	

ATELIER PEF

ATELIER "PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL"		THEME :	Engagement Citoyen
Le Carré magique		Disposition	Carré de 20 mètres de côté - 4 "maisons" carrés de 5 mètres de côté
Difficulté (installation, consignes)		Consignes	1 ballon par joueur. Les joueurs sont en conduite de balle à l'intérieur du carré. A voix haute, l'éducateur énonce une affirmation. En fonction de la réponse, le joueur doit se diriger en conduite de balle vers la "maison" appropriée. Le joueur qui se trouve dans la bonne "maison" marque 1 point.
Matériel		Variante	1- Imposer le pied pour la conduite de balle 2- Imposer le pied avec lequel il faut stopper le ballon dans la "maison"
8 ballons 8 coupelles blanche 16 cônes jaunes			



PLATEAU U7 N°1 / 11 EQUIPES



TERRAIN MATCH 1		TERRAIN MATCH 2		TERRAIN MATCH 3		TERRAIN MATCH 4		TERRAIN MATCH 5		NOM DE L'EQUIPE	
Rotation 1 : 4c10	Rotation 5 : 1c11	Rotation 1 : 8c2	Rotation 5 : 2c10	Rotation 1 : 9c11	Rotation 5 : 3c5	Rotation 1 : 5c6	Rotation 5 : 6c9	Rotation 1 : /	Rotation 5 : 7c8	EQUIPE 1 (2,3,8,9)*	
Rotation 2 : 2c9		Rotation 2 : 7c1		Rotation 2 : 10c3		Rotation 2 : 4c8		Rotation 2 : /		EQUIPE 2 (1,5,6,7,11)	
*Rotation 3 : 2c3c4		*Rotation 3 : 1c5c10		*Rotation 3 : 6c7c11		Rotation 3 : /		Rotation 3 : /		EQUIPE 3 (1,6,7,9)	
*Rotation 4 : 6c4c1		*Rotation 4 : 5c9c7		*Rotation 4 : 11c3c8		Rotation 4 : /		Rotation 4 : /		EQUIPE 4 (5,7,9,11)	
TERRAIN JEU 1 OU JEU 2 (AU CHOIX)		TERRAIN MATCH 4		TERRAIN MATCH 5		TERRAIN MATCH 4		TERRAIN MATCH 5		TERRAIN MATCH 5	
Rotation 1 : 1,3 et 7	Rotation 5 : 4	Rotation 1 : 5c6	Rotation 5 : 6c9	Rotation 1 : /	Rotation 5 : 7c8	Rotation 1 : 5c6	Rotation 5 : 6c9	Rotation 1 : /	Rotation 5 : 7c8	EQUIPE 5 (2,4,8,11)	
Rotation 2 : 11,5 et 6		Rotation 2 : 4c8		Rotation 2 : /		Rotation 2 : 4c8		Rotation 2 : /		EQUIPE 6 (2,3,8,10)	
Rotation 3 : 9 et 8		Rotation 3 : /		Rotation 3 : /		Rotation 3 : /		Rotation 3 : /		EQUIPE 7 (2,3,4,10)	
Rotation 4 : 2 et 10		Rotation 4 : /		Rotation 4 : /		Rotation 4 : /		Rotation 4 : /		EQUIPE 8 (1,5,6,9,10)	
										EQUIPE 9 (1,3,4,8,10)	
										EQUIPE 10 (6,7,8,11)	
										EQUIPE 11 (2,4,5,10)	

*Entre parenthèse () les équipes non jouées en match
 *Rotation 3 et 4 : Triangulaire, 2 matchs de 5 min par équipe (A/B-A/C-B/C).

JEU N°1	SCHEMA	CONSIGNES	LES MATCHS
Faire ses courses		Compétition entre 2 équipes sous forme relais, le joueur va chercher un ballon au magasin et le ramène au départ dans une zone définie. L'équipe qui ramène la 1ère tous ses ballons gagne. Evolution : aller chercher le ballon à cloche pied, pieds joints, course arrière. Revenir ballon à la main, en conduite, en contournant un objet...	Effectifs : 4 contre 4 (avec gardien) ou 3 contre 3 (sans gardien). Taille du terrain : 30m/20m en foot à 4 ou 25m/15m en foot à 3. Taille des buts : 3m avec gardien ou 2m sans gardien. Reentrée de touche : Au pied par une passe ou en conduite de balle. Temps de jeu : 10 min. par rotation soit 50 min. de temps de jeu effectif. Ballon : Taille 3.
Motricité		Sous forme de duel : Faire un appui dans chaque cerceau et revenir en courant puis taper dans la main du suivant... Evolution : cloche pied, pieds joints, 2 appuis dans chaque cerceau, avec un ballon dans les mains puis revenir en conduite de balle, contourner un objet sur le retour, lancer 2 fois le ballon en l'air et le rattrapper sur le retour...	

ATELIER PEF

ATELIER "PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL"		THEME :	Engagement Citoyen
Le Carré magique			Disposition
Difficulté (installation, consignes)			Carré de 20 mètres de côté - 4 "maisons" carrés de 5 mètres de côté
Matériel			Consignes
8 ballons 8 coupelles blanche 16 cônes jaunes			1 ballon par joueur. Les joueurs sont en conduite de balle à l'intérieur du carré. A voix haute, l'éducateur énonce une affirmation. En fonction de la réponse, le joueur doit se diriger en conduite de balle vers la "maison" appropriée. Le joueur qui se trouve dans la bonne "maison" marque 1 point.
			Variantes
			1- Imposer le pied pour la conduite de balle 2- Imposer le pied avec lequel il faut stopper le ballon dans la "maison"



PLATEAU U7 N°1 / 12 EQUIPES



TERRAIN MATCH 1		TERRAIN MATCH 2		NOM DE L'EQUIPE	
Rotation 1 : 4c10	Rotation 5 : 2c4	Rotation 1 : 8c2	Rotation 5 : 6c9		EQUIPE 1 (10,7,5)*
Rotation 2 : 6c12	Rotation 6 : 2c6	Rotation 2 : 7c1	Rotation 6 : 4c7		EQUIPE 2 (3,4,6,8)
Rotation 3 : 2c3		Rotation 3 : 4c1			EQUIPE 3 (2,10,9,8)
Rotation 4 : 11c12		Rotation 4 : 7c8			EQUIPE 4 (10,2,1,7)
TERRAIN JEU 1		TERRAIN MATCH 4			EQUIPE 5 (12,11,9,1)
Rotation 1 : 1c3	Rotation 5 : 7c5	Rotation 1 : 5c6	Rotation 5 : 12c3		EQUIPE 6 (12,2,10,9)
Rotation 2 : 2c9	Rotation 6 : 11c10	Rotation 2 : 4c8	Rotation 6 : 9c1		EQUIPE 7 (12,1,8,4)
Rotation 3 : 8c12		Rotation 3 : 11c7			EQUIPE 8 (11,3,2,7)
Rotation 4 : 6c4		Rotation 4 : 2c10			EQUIPE 9 (11,3,6,5)
TERRAIN MATCH 3		TERRAIN MATCH 5			EQUIPE 10 (4,3,6,1)
Rotation 1 : 9c11	Rotation 5 : 10c1	Rotation 1 : 12c7	Rotation 5 : 11c8		EQUIPE 11 (12,9,5,8)
Rotation 2 : 10c3	Rotation 6 : 5c12	Rotation 2 : 11c5	Rotation 6 : 8c3	EQUIPE 12 (6,11,5,7)	
Rotation 3 : 6c10		Rotation 3 : 9c5			
Rotation 4 : 3c9		Rotation 4 : 1c5			

*Entre parenthèse () les équipes jouées en match

JEU N°1	SCHEMA	CONSIGNES	LES MATCHS
Faire ses courses		Compétition entre 2 équipes sous forme relais, le joueur va chercher un ballon au magasin et le ramène au départ dans une zone définie. L'équipe qui ramène la 1ère tous ses ballons gagne. Evolution : aller chercher le ballon à cloche pied, pieds joints, course arrière. Revenir ballon à la main, en conduite, en contournant un objet...	<p>Effectifs : 4 contre 4 (avec gardien) ou 3 contre 3 (sans gardien).</p> <p>Taille du terrain : 30m/20m en foot à 4 ou 25m/15m en foot à 3.</p> <p>Taille des buts : 3m avec gardien ou 2m sans gardien.</p> <p>Retournée de touche : Au pied par une passe ou en conduite de balle.</p> <p>Temps de jeu : 9 min. par rotation soit 54 min. de temps de jeu effectif.</p> <p>Ballon : Taille 3.</p>
Motricité		<ul style="list-style-type: none"> ○ Sous forme de duel : Faire un appui dans chaque cerceau et revenir en courant puis taper dans la main du suivant... ○ Evolution : cloche pied, pieds joints, 2 appuis dans chaque cerceau, avec un ballon dans les mains puis revenir en conduite de balle, contourner un objet sur le retour, lancer 2 fois le ballon en l'air et le rattrapper sur le retour... 	

ATELIER PEF

ATELIER "PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL"		THEME :	Engagement Citoyen
Le Carré magique			
Difficulté (installation, consignes)		Disposition	Carré de 20 mètres de côté - 4 "maisons" carrés de 5 mètres de côté
★★★★★		Consignes	1 ballon par joueur. Les joueurs sont en conduite de balle à l'intérieur du carré. A voix haute, l'éducateur énonce une affirmation. En fonction de la réponse, le joueur doit se diriger en conduite de balle vers la "maison" appropriée. Le joueur qui se trouve dans la bonne "maison" marque 1 point.
Matériel		Variantes	1- Imposer le pied pour la conduite de balle 2- Imposer le pied avec lequel il faut stopper le ballon dans la "maison"



PLATEAU U7 N°1 / 13 EQUIPES



TERRAIN MATCH 1		TERRAIN MATCH 2		EQUIPE 1(6,7,9,10,12)* EQUIPE 2 (4,7,8,11,13) EQUIPE 3(5,8,10,12,13) EQUIPE 4(2,7,8,10) EQUIPE 5(3,6,11,12,13) EQUIPE 6(1,5,9,12,13) EQUIPE 7(1,2,4,11,12) EQUIPE 8(2,3,4,9,10) EQUIPE 9(1,6,8,10,11) EQUIPE 10(1,3,4,8,9) EQUIPE 11(2,5,7,9,13) EQUIPE 12(1,3,5,6,7) EQUIPE 13(2,3,5,6,11)	NOM DE L'EQUIPE
Rotation 1 : 4c10	*Rotation 5 : 1c6c12	Rotation 1 : 8c2	*Rotation 5 : 2c7c11		
Rotation 2 : 6c13		Rotation 2 : 7c1			
Rotation 3 : 2c4		Rotation 3 : 6c9			
Rotation 4 : 2c13		Rotation 4 : 4c7			
TERRAIN JEU 1 JEU 2 OU JEU 3 (AU CHOIX)		TERRAIN MATCH 4			
Rotation 1 : 1, 3 et 13	Rotation 5 : 4	Rotation 1 : 5c6	*Rotation 5 : 8c9c10		
Rotation 2 : 2, 9 et 12		Rotation 2 : 4c8			
Rotation 3 : 7, 5 et 8		Rotation 3 : 12c3			
Rotation 4 : 6,10 et 11		Rotation 4 : 9c1			
TERRAIN MATCH 3		TERRAIN MATCH 5			
Rotation 1 : 9c11	*Rotation 5 : 3c5c13	Rotation 1 : 12c7	Rotation 5 : /		
Rotation 2 : 10c3		Rotation 2 : 11c5			
Rotation 3 : 10c1		Rotation 3 : 11c13			
Rotation 4 : 5c12		Rotation 4 : 8c3			

*Entre parenthèse () les équipes jouées en match
Diviser en 2, si possible, l'équipe seule sur le jeu N°3

JEU N°1	SCHEMA	CONSIGNES	JEU N°2	SCHEMA	CONSIGNES
Motricité		Sous forme de duel : Faire un appui dans chaque cerceau et revenir en courant puis taper dans la main du suivant... Evolution : cloche pied, pieds joins, 2 appuis dans chaque cerceau, avec un ballon dans les mains puis revenir en conduite de balle, contourner un objet sur le retour, lancer 2 fois le ballon en l'air et le rattraper sur le retour...	Faire ses courses		Compétition entre 2 équipes sous forme relais, le joueur va chercher un ballon au magasin et le ramène au départ dans une zone définie. L'équipe qui ramène la 1ère tous ses ballons gagne. Evolution : aller chercher le ballon à cloche pied, pieds joins, course arrière. Revenir ballon à la main, en conduite, en contournant un objet...
JEU N°3	SCHEMA	CONSIGNES	LES MATCHS		
Relais Conduite		Compétition sous forme de duel : Faire le slalom, puis un tour de cerceau et à nouveau le slalom. Evolution : sans ballon, course arrière sur le retour, ballon à la main, ballon derrière la tête sur le retour, ballon au pied, ballon au pied sur l'aller (arrêt du ballon dans cerceau) et sans au retour, puis inverse pour le suivant...	Effectifs : 4 contre 4 (avec gardien) ou 3 contre 3 (sans gardien). Taille du terrain : 30m/20m en foot à 4 ou 25m/15m en foot à 3. Taille des buts : 3m avec gardien ou 2m sans gardien. Rentrée de touche : Au pied par une passe ou en conduite de balle. Temps de jeu : 9 min. par rotation soit 54 min. de temps de jeu effectif. Ballon : Taille 3. *Rotation 5 : Triangulaire, 2 matchs de 5 min par équipe (A/B-A/C-B/C).		

ATELIER PEF

ATELIER "PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL"		THEME :	Engagement Citoyen
Le Carré magique		Disposition	
Difficulté (installation, consignes)		Carré de 20 mètres de côté - 4 "maisons" carrés de 5 mètres de côté	
★ ★ ★ ★ ★		Consignes	
Matériel		1 ballon par joueur. Les joueurs sont en conduite de balle à l'intérieur du carré. A voix haute, l'éducateur énonce une affirmation. En fonction de la réponse, le joueur doit se diriger en conduite de balle vers la "maison" appropriée. Le joueur qui se trouve dans la bonne "maison" marque 1 point.	
8 ballons 8 coupelles blanche 16 cônes jaunes		Variantes	
		1- Imposer le pied pour la conduite de balle 2- Imposer le pied avec lequel il faut stopper le ballon dans la "maison"	