Une situation, une démarche

FOOTBALL

Benoît Milin, BEES 1, Plouescat (29).

BALLE AU PIED ET LATÉRALITÉ

Coopérer ou s'opposer collectivement

Activité sociale de référence, la pratique du football permet de développer de nouvelles capacités de coordination.

La démarche

Dans cette activité, le débutant se trouve confronté à des apprentissages moteurs et cognitifs variés : la posture et l'équilibre du corps, la structuration de l'espace, la prise en compte des différents rôles, la prise d'informations, la vitesse de réaction, la latéralité sont autant de capacités à développer dans des formes jouées et motivantes. Pour cela, l'alternance de situations thématiques et de jeu global favorisera les progrès de tous.

La situation

Objectifs : développer des capacités de coordination, solliciter la latéralisation, prendre des informations visuelles.

Organisation

Dispositif : un parcours en 6 étapes, 1 ballon par groupe de 4 enfants, 3 min d'activité par atelier (2 min du pied mahabile, 1 min du pied préférentiel). L'aménagement facilite la compréhension, la mise en œuvre et les interventions de l'adulte.

Consignes

1. Réaliser des jonglages (seul ou par 2).
2. Conduire la balle et la frapper pour la passer au partenaire opposé avant de se replacer à l'extrémité de la file adverse.
3. Jouer un match à 2 contre 2, sans gardien, sur un mini-terrain.
4. Conduire le ballon sur une dizaine de mètres et frapper au but.
5. Réaliser différentes conduites de balle vers l'avant en slalomant (plots espacés ou resserrés).
6. Effectuer le plus rapidement possible un slalom dont la disposition impose des changements répétés d'appuis et de direction.

Variantes

- Aménagement matériel (zones, distances).
- Tâche : respecter une contrainte (conduite de balle d'un pied, de l'autre, alternée, etc.).
- Temps : jouer en relais, dans un temps limité.
- Le but : attribuer des bonus (réussites en série, du pied malhabile, des 2 pieds en alternance, etc.).

Prolongements

Le carré de couleurs

Dispositif : un espace carré (environ 20 x 20 m) dont les 4 coins sont matérialisés par des coupelles plates de couleurs différentes. Au début du jeu, les enfants, avec 1 ballon chacun, sont placés au centre du terrain.

Consignes : au signal, s'élancer balle au pied en alternant les touches de balles des 2 pieds pour rejoindre le coin du terrain annoncé par le meneur de jeu.

Critère de réussite : atteindre le plot avant le coup de sifflet, sans contact avec les autres joueurs ni perte de balle.

Pour simplifier : laisser libre la conduite de balle, réduire le nombre de joueurs en action simultanément.

Pour complexifier : limiter le nombre de contacts avec la balle, placer quelques obstacles entre la zone centrale et la cible à atteindre (plots, cônes, etc.), varier les signaux (départ, durée de jeu, fin) et les modes de désignation des coins à atteindre (avant ou en cours de déplacement). ■

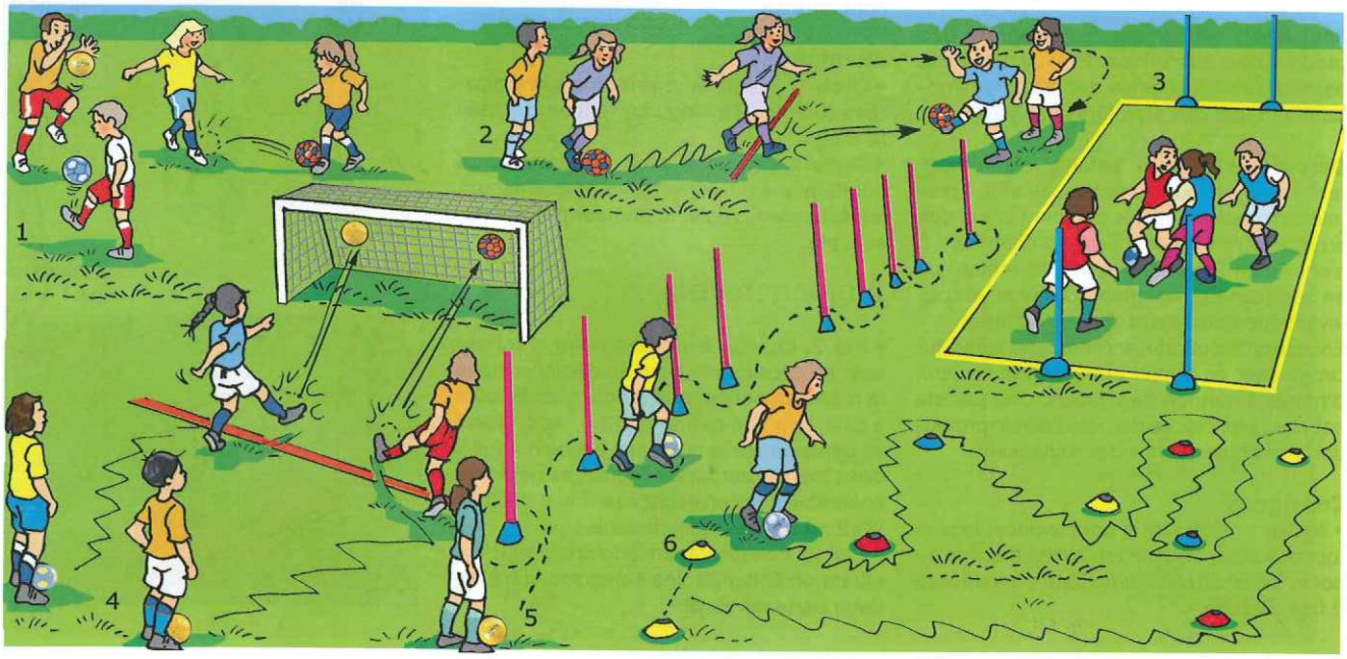

Photo : B. Milin - Illustration : C. Müller