

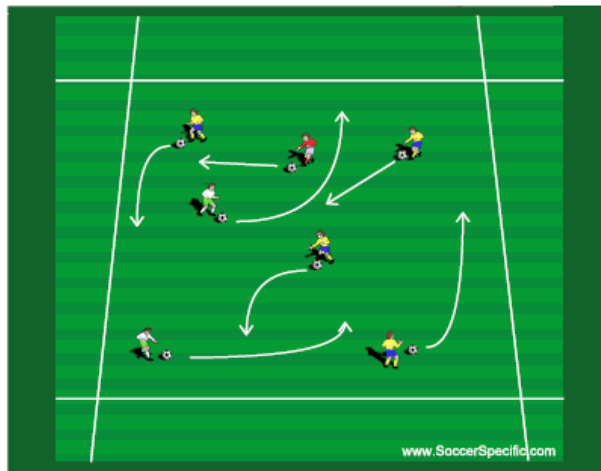


Évaluation technique

1.- Échauffement :

Chaque enfant avec son ballon circule balle au pied à travers la grandeur du gymnase. Principe "Je cours avec mon ballon" et non "Je cours après mon ballon". Premier apprentissage de l'approvisionnement du ballon.

Varia : arrêt avec la semelle, crochet, accélération, etc



2.- Évaluation

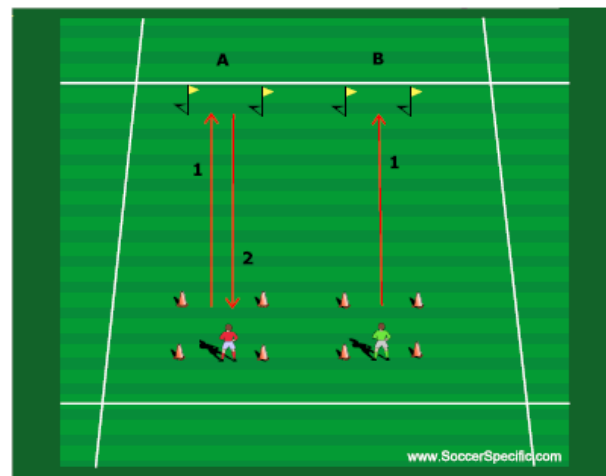
Courses sans ballon :

Exercice A (10m x 2)

Sur une distance de 10 m X 2. L'enfant part de la boîte délimitée par de la ligne de cônes, se rend à la ligne de drapeau et revient à la première ligne de cône. Le chrono part au mouvement de l'enfant. (2 essais)

Exercice B (10m x 1)

Sur une distance de 10 m X 1. L'enfant part de la boîte délimitée par de la ligne de cônes, se rend à la ligne de drapeau. Le chrono part au mouvement de l'enfant. (essais)



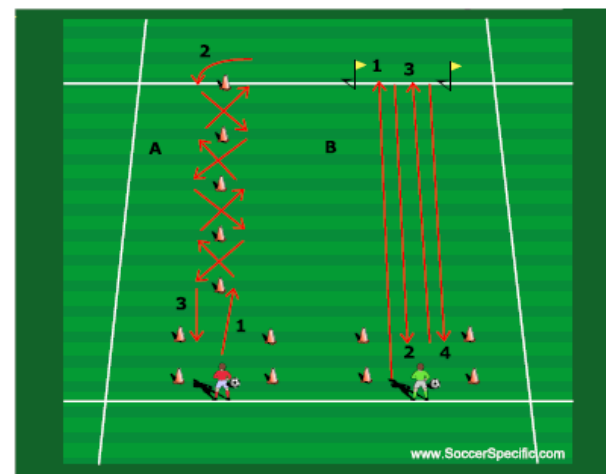
Course avec ballon :

Exercice A (Slalom 10 m)

Sur une distance de 10 m avec des cônes placés à 2m de distance. L'enfant à l'intérieur du carré rouge, ballon à la main, le laisse tomber et touche au ballon (chrono part), débute sa course entre les cônes, se rend au dernier cône et reviens sur ses pas entre les cônes jusqu'à la première ligne de cônes (chrono arrête).

Exercice B (Conduite 10m X 4)

Sur une distance de 10m X 4, l'enfant court balle au pied. Début et fin comme l'exercice précédent. (voir image)



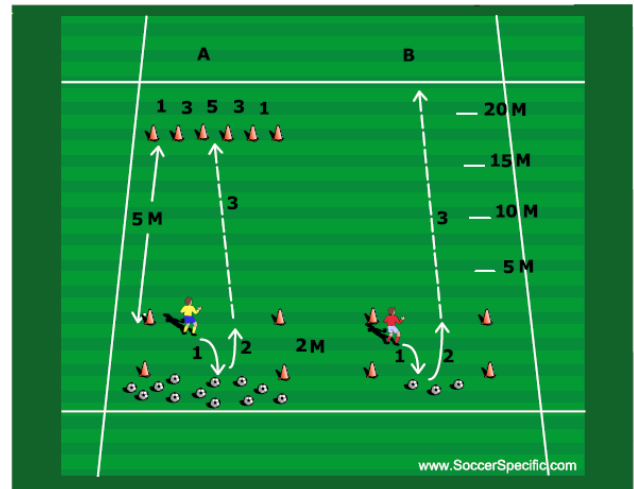
Passe et frappe :

Exercice A (Passe)

Sur une distance de 5 m, l'enfant doit récupérer à l'extérieur du carré rouge rentré à l'intérieur et passer le ballon entre les cônes. Les cibles sont identifiées avec la valeur de chaque. L'enfant à 15 ballons ou 40 secondes pour compléter l'exercice.

Exercice B (Frappe)

L'enfant doit récupérer 3 ballons à l'extérieur d'un carré de 3m X 4m et de frapper le ballon en mouvement sur une distance la plus éloignée. Le ballon doit être aérien et la distance mesurée ou le ballon touchera le sol.



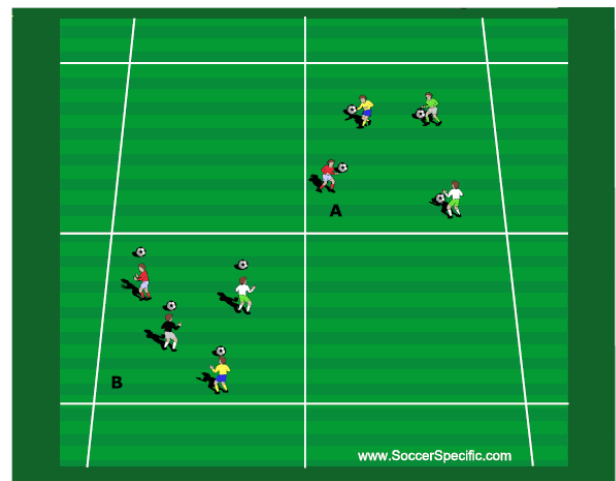
Jonglerie pied et tête :

Exercice A (jonglerie de pied, 8 ans seulement)

L'enfant sera demandé de jongler des pieds. L'enfant peut débuter l'exercice ballon en main. Le nombre compté doit être seulement les touches du pied. L'enfant peut reprendre contrôle du ballon de la cuisse poitrine ou tête et recommencer du pied, mais ces touches ne seront pas cumulées. Le compte s'arrête lorsque le ballon touche le sol.

Exercice B (jonglerie de tête, 8 ans seulement)

L'enfant sera demandé de jongler de la tête. L'enfant peut débuter l'exercice ballon en main. Le nombre compté doit être seulement les touches de la tête. L'enfant peut reprendre contrôle du ballon de la cuisse poitrine ou du pied, mais ces touches ne seront pas cumulées. Le compte s'arrête lorsque le ballon touche le sol.



3.- Match

Jeu libre pour tous (si le temps le permet) afin d'avoir une première impression de l'ensemble du groupe.

