

**HETEROGENEITE ET ATELIERS DE PRATIQUES SPORTS
COLLECTIFS DE GRANDS TERRAINS**

LE FOOTBALL

Partie 2. Les CONTENUS



Mario BOCALY
Enseignant E.P.S
B.E.E.S. 1 Football
Collège Edouard GLISSANT Le Lamentin
Pointe
(Martinique)
mario.bocaly@wanadoo.fr
guillet@wanadoo.fr

David GUILLET
Enseignant E.P.S
B.E.E.S. 1 Football
Collège de Basse-
(Martinique)
[davaur-](#)

PARTIE 2. Les CONTENUS

sommaire

1. <u>EXEMPLES DE CONTENUS D'ENSEIGNEMENT</u>	Page 3
➤ <u>Premier cycle (Niveau débutant)</u>	Page 4
➤ Vingt heures effectives minimum (Niveau débrouillé)	Page 10
➤ Quarante heures effectives minimum (Niveau confirmé)	Page 13
2. PROPOSITIONS DE SITUATIONS D'ECHAUFFEMENT	Page 17
3. PROPOSITIONS D'OUTILS D'EVALUATION	Page 20
4. BILAN DU STAGE	Page 22
5. BIBLIOGRAPHIE / ADRESSES UTILES	Page 22

1. EXEMPLES DE CONTENUS D'ENSEIGNEMENT

Nous proposons l'étude de trois niveaux de jeu :

1. Premier cycle
2. Vingt heures effectives minimum
3. Quarante heures effectives minimum

Pour chacun de ces niveaux, outre la caractérisation de conduites typiques, nous proposerons un objectif de cycle adapté, différentes compétences à enseigner, quelques conseils pédagogiques et des contenus d'enseignement.

Pour chaque situation, la légende adoptée est la suivante :



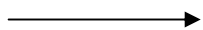
: Joueurs



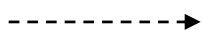
: Ballon



: Plot



: Trajectoire du ballon



: Trajet du joueur sans ballon



: Trajet du joueur porteur de balle (conduite de balle)

NIVEAU DEBUTANT (1^{er} cycle en 6^{ème})	
Situation de référence	4/4 (3+1) sur terrain réduit de 30m X 20m avec buts de 4 m 2 x 7 minutes
Conduites typiques (relation joueur-ballon-cible)	<u>L'équipe :</u> - Le groupe est à la poursuite du ballon, la circulation du ballon n'est pas toujours volontaire (trajectoires aléatoires). - Le ballon va sans cesse d'un but à l'autre. <u>Le porteur de balle :</u> - Succession d'actions uniques et explosives (non maîtrisées, involontaires). - La centration sur la balle entraîne une perturbation de l'équilibre, la solution perceptivo-motrice adoptée par le débutant consistant à éloigner le ballon pour se rééquilibrer. - Le ballon est donc poursuivi, les interventions sur le ballon se font du bout du pied (pointu) et de manière explosive pour avancer. - Le joueur arrête le ballon soit en se mettant en opposition, soit en l'enjambant. - Les ballons hauts sont évités, les trajectoires ne sont pas appréciées. <u>Le non-porteur de balle :</u> - Il se rapproche du ballon et participe à la poursuite. - Tous les déplacements se font à posteriori, une fois que la trajectoire du ballon a été appréciée. - Certains joueurs demeurent statiques, non orientés. <u>Le défenseur :</u> - Soit le défenseur est statique et espère la récupération fortuite du ballon (sortie des limites du jeu, perte du ballon de l'adversaire...) - Soit le défenseur se jette sur le ballon de manière explosive, parfois dangereuse.
Objets d'enseignement	L'OBJECTIF DE CYCLE : S'organiser collectivement pour accéder à la cible et marquer (Passer d'un jeu de pousse-ballon individuel à un jeu collectif de conservation du ballon à deux joueurs) Compétences propres : - S'inscrire dans un jeu collectif et chercher à marquer plus de points que l'adversaire : intégrer la notion de cible. - Maîtriser quelques techniques nécessaires à la forme de jeu développée et relative : - à l'occupation de l'espace. - à l'action de tir et de marque. - au déplacement éventuel avec la balle. - à la liaison réceptionneur / non réceptionneur, porteur / non porteur lorsqu'elle est nécessaire et possible. Compétences spécifiques : (essentiellement sur la conservation de la balle) Pour l'équipe : - Utiliser le maximum d'espace sur le terrain. - Jouer dans la largeur (Sit. n° 11 et 12). Pour le PB : - Protéger son ballon (notion de corps obstacle) (Sit. n° 2 ; 3 ; 4 ; 5 et 10). - Contrôler, conduire, passer son ballon, tirer au but (Sit. de 1 à 10 et 28 à 31). - Passer rapidement son ballon (ballon frappé et non poussé) en dehors du volume défensif de l'adversaire de son partenaire (Sit. 11 ; 12 et 13). Pour le NPB : - Se déplacer à distance de passe et hors de portée du défenseur - Rompre l'alignement P.B / Déf / N.P.B (Sit. 11 ; 12 et 13) - Se déplacer en changeant de rythme (Sit. n°8 ; 9 ; 32) Compétences générales: - Identifier le but, les résultats et les principaux critères de réussite de l'action motrice - Connaître les risques et respecter les règles liées aux activités pratiquées et aux équipements utilisés - Éprouver sa volonté de vaincre dans le respect de l'adversaire, - Accepter la décision d'un arbitre ou l'appréciation d'un juge, - Savoir perdre ou gagner loyalement

Conseils pédagogiques



- Interdire les crampons, interdire les tacles et proscrire le 11 contre 11 sur tout le terrain (quel que soit le niveau).
- Utilisez des ballons Taille 4 en 6^{ème}/5^{ème} (Si le budget vous le permet), Taille 5 au-delà.
- N'hésitez pas à légèrement DEGONFLER les ballons au niveau 1 (cela ralentira la vitesse du ballon, il sera plus facile à appréhender).
- Bien délimiter votre espace de jeu avec des plots de couleur afin de faciliter la prise d'informations pour vos élèves.
- A ce niveau, privilégiez les jeux à effectifs réduits (4 contre 4), moins il y a de joueurs, plus ceux qui jouent vont toucher le ballon et pouvoir progresser.
- Rentrez dans l'activité, quelles que soient les situations proposées, par le côté ludique.
- ATTENTION : activité hautement énergétique, veillez à bien gérer les temps de travail et temps de récupération.
- N'AYEZ PAS PEUR DE LA TECHNIQUE ! Proposez des échauffements avec ballons et sans adversaire en début de cycle, privilégiez le travail technique durant les 20 à 30 premières minutes de votre séance.
- En 6^{ème}, conservez des effectifs mixtes.
- Ne prenez pas en compte la règle du hors-jeu à ce niveau.
- Instaurez des zones de tir (zones dans lesquelles il faut entrer pour pouvoir tirer) pour inciter les élèves à construire des actions offensives.

SITUATION N°1 LA COURSE AU CARRE

Objectif : maîtrise du ballon (conduite de balle).

But : conduire son ballon sur le côté opposé du carré.

Consignes : au signal, chaque équipe va se placer sur la ligne opposée (chaque joueur conduisant son ballon), l'équipe alignée la première balle au pied a gagné.

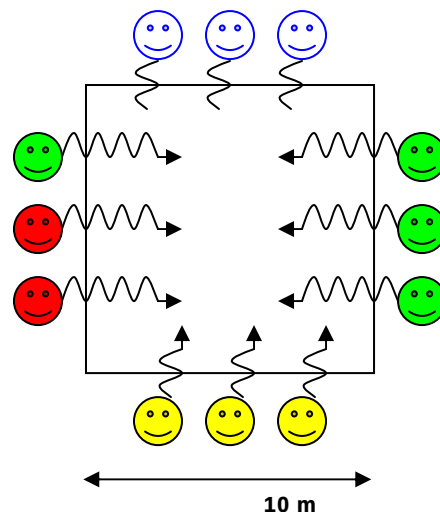
Critères de réalisation : être au contact du ballon le plus souvent, effectuer de petites touches de balle afin de ne pas éloigner le ballon, libérer le regard du ballon le plus possible.

Critères de réussite : au plan individuel, je traverse le carré sans que mon ballon soit intercepté, ? je l'arrête sur la ligne opposée. (7 fois sur 10 essais).
Au plan collectif, mon équipe termine première 7 fois sur 10.

Variables :

- si les élèves sont en échec, supprimer deux équipes.
- si les élèves réussissent, placer des obstacles ou des portes de passage obligatoires sur la traversée, ou encore limiter le temps de traversée à 10 secondes par exemple.

Un carré de 10m x 10m, 12 élèves répartis en 4 équipes de 3, 12 ballons.



SITUATION N°2 LE CHASSEUR

Objectif : maîtrise du ballon, protéger son ballon tout en le conduisant.

But :

- pour les porteurs de balle (PB), se déplacer sans se faire prendre son ballon.
- pour le chasseur, sortir chacun des ballons en dehors du cercle en le poussant.

Consignes : au signal, les PB se déplacent en conduisant leur ballon dans le cercle central, le PB qui perd son ballon sort du cercle, va récupérer son ballon et est éliminé.

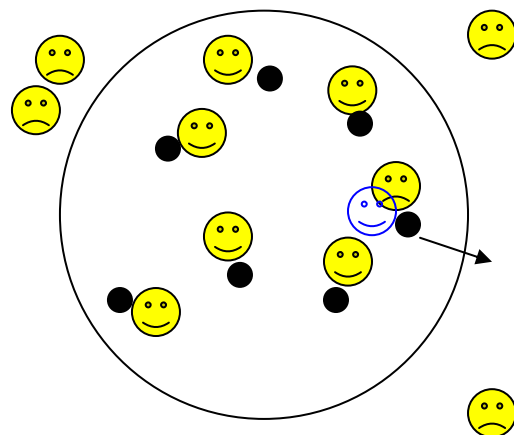
Critères de réalisation : tenir le ballon loin du chasseur et près de soi, protéger son ballon en se plaçant entre l'adversaire et le ballon (notion de corps obstacle).

Critères de réussite : je fais partie des deux derniers PB à qui le chasseur n'a pas encore pris le ballon.

Variables :

- si les élèves sont en échec, diminuer le nombre de joueurs (PB) en conservant le même espace.
- si les élèves réussissent, augmenter le nombre de chasseurs, ou encore diminuer l'espace (par exemple, la moitié du cercle).

Dans le rond central, 12 élèves, 11 ballons, 1 chasseur sans ballon tente de sortir les ballons du cercle.



SITUATION N°3 LES CHATS ET LES SOURIS

Objectif : maîtrise du ballon, protéger son ballon tout en le conduisant.

But :

- pour les souris ou porteurs de balle (PB), se déplacer sans se faire prendre son ballon.
- pour les chats, s'approprier l'un des ballons.

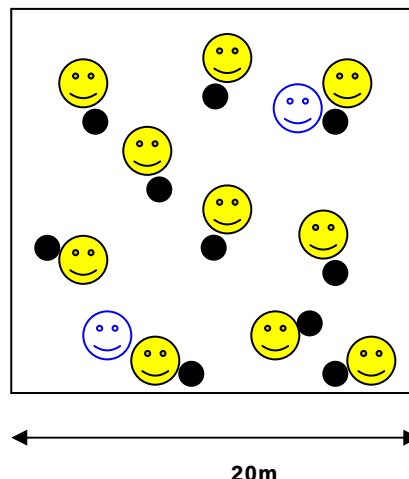
Consignes : au signal, les PB se déplacent en conduisant leur ballon dans l'espace délimité par des plots, le PB qui se fait prendre son ballon devient chat à son tour.
Attention au temps de travail et au temps de récupération des élèves, pour un travail en endurance puissance, le temps de travail doit être égal au temps de récupération (exemple : 1 minute / 1 minute) . ? (ceci doit apparaître comme une tentative de l'enseignant qui tente d'aller vers...)

Critères de réalisation : tenir le ballon loin du chat et près de soi, protéger son ballon en se plaçant entre l'adversaire et le ballon (notion de corps obstacle).

Critères de réussite : le chat ne m'a pris mon ballon aucune fois en 1 minute.

Variables : si les élèves réussissent, augmenter le nombre de chats.

Un carré de 15m x 15m à 20m x 20m, 12 élèves, 12 ballons, 2 chats sans ballon tentent de s'approprier le ballon des élèves porteurs de balle(les souris).



SITUATION N°4 L'ÉPERVIER

Objectif : maîtrise du ballon, conduite, protection de son ballon et dribble pour les PB, isoler le PB, rechercher l'interception pour l'épervier.

But :

- pour les porteurs de balle (PB), rejoindre la ligne opposée en évitant d'être capturés par l'épervier.
- pour l'épervier, capturer un maximum de joueurs en sortant chaque ballon de la zone.

Consignes : tous les joueurs (PB) sont placés au départ sur une même ligne, face à eux se trouve l'épervier. Au signal, les PB doivent franchir la zone en évitant d'être capturés par l'épervier. Les joueurs qui franchissent la zone sans être touchés, se replacent pour un nouveau départ. Les joueurs capturés sortent de la zone et font l'apprentissage de la passe (par exemple), ou encore s'assoient dans la zone de sorte à constituer un obstacle, ou bien constituent une chaîne pour barrer le chemin aux joueurs restant.

Critères de réalisation :

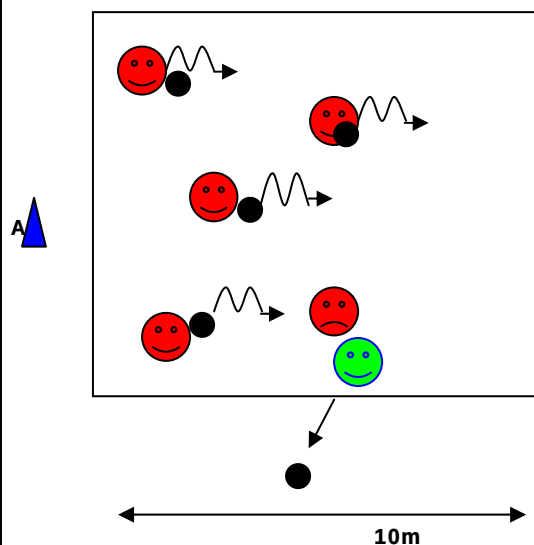
- garder le ballon près de soi, le conduire par de petites touches et mettre son corps en obstacle à l'approche de l'épervier.
- pour l'épervier, réduire l'espace du PB, l'isoler.

Critères de réussite : je traverse la zone au moins trois fois sans me faire prendre, l'épervier ne réussit pas à me capturer.

Variables :

- si les élèves sont en échec, agrandir la zone, ou encore faire partir l'épervier derrière la zone de franchissement c'est-à-dire avec un léger retard sur ses proies (au plot bleu A)
- si les élèves réussissent, mettre un deuxième épervier, ou placer des obstacles sur la zone ou encore placer des portes de franchissement obligatoire.

Un carré de 10m x 10m ou 15m x 15m, 6 à 12 élèves, 6 à 12 ballons, 1 joueur sans ballon (l'épervier)



SITUATION N°5 LE BERET

Objectif : maîtrise du ballon, contrôler, conduire, tirer au but

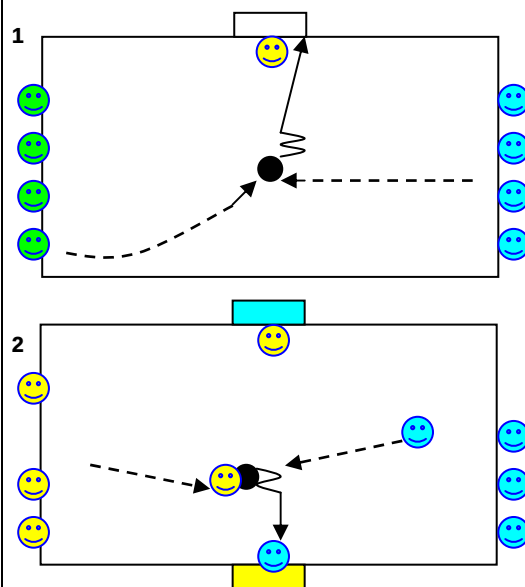
But : être le premier à s'emparer du ballon pour tirer au but

Consignes : dans chaque équipe, les élèves s'attribuent un numéro (en fonction du nombre de joueurs). A l'appel de leur numéro, les joueurs concernés viennent se livrer un duel pour tenter de s'approprier le ballon posé au milieu de la zone, et tirer au but.

Critères de réalisation : à l'appel de leurs numéros, les joueurs concernés courent vite pour être le premier sur le ballon. Soit un joueur arrive le premier et contrôle immédiatement le ballon pour l'amener en direction du but et tirer, soit les joueurs arrivent en même temps, il convient alors de protéger le ballon de l'adversaire et de tenter le dribble avant de tirer. Le joueur qui défend et récupère le ballon peut tirer au but.

Critères de réussite : je réussis à tirer au but 3 fois sur 5.

Variables : possibilité de mettre en place une zone de tir au but dans laquelle les élèves doivent nécessairement rentrer avant de pouvoir shooter, ou encore possibilité d'appeler deux numéros (ou plus) en même temps, ou encore mise en place de deux buts (2).



SITUATION N°6 LE BUTEUR ADROIT

Objectif : maîtrise du ballon, conduite et tir au but.

But : marquer le maximum de buts en deux minutes.

Consignes : trois équipes de quatre joueurs (ou plus), une équipe dans le cercle central, une équipe dans les buts et une équipe en observation. Au signal, les joueurs au centre du cercle conduisent chacun leur ballon vers un des buts pour aller marquer. Le joueur qui marque revient vers le centre chercher un autre ballon afin de recommencer, celui qui échoue, récupère son ballon, repasse par le centre pour aller marquer dans un autre but. Chaque PB est observé par un observateur qui comptabilise le nombre de tirs et de buts.

Critères de réalisation : conduire son ballon par de petits touches, enchaîner le tir du coup du pied ou bien de l'intérieur du pied. pour tirer au but, se décaler à droite du ballon si je suis gaucher, à gauche si je suis droitier, placer le pied d'appui près du ballon (pointe de pied orientée vers l'objectif), regarder son ballon au moment du geste, accompagner le ballon le plus longtemps possible dans la frappe. (cheville verrouillée sur la frappe).

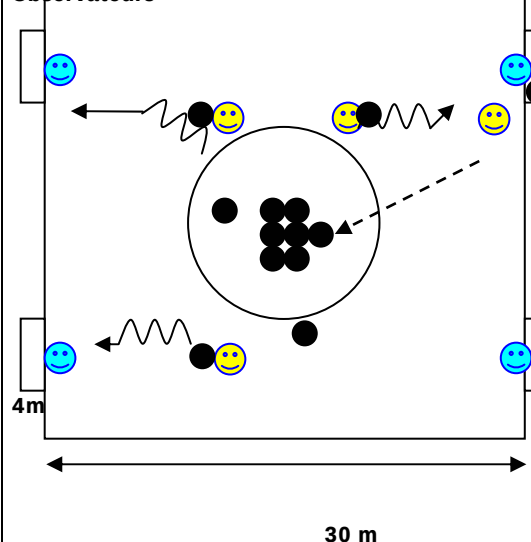
Critères de réussite : je marque 1 fois sur 2.

Variables :

- si les élèves sont en échec, ne pas mettre de gardien ou encore agrandir la taille des buts.
- si les élèves réussissent, placer une ligne de plots à 6-8m des buts délimitant une zone dans laquelle il est interdit de rentrer pour shooter, ou bien ajouter des défenseurs.

3 équipes de 4 (ou plus), 12 ballons.

Observateurs



SITUATION N°7 LE RELAIS EN OR

Objectif : maîtriser la technique du tir au but.

But : marquer plus de buts que l'adversaire.

Consignes : l'enseignant distribue le ballon, une fois à sa gauche, une fois à sa droite. Le joueur avance sur le ballon en mouvement, contrôle et frappe au but avant la zone de tir, il récupère son ballon et le ramène à l'enseignant. Le jeu se termine lorsque chaque élève a tiré 5 fois au but. (donc 20 tirs par équipe). Inverser les 2 équipes pour la seconde manche.

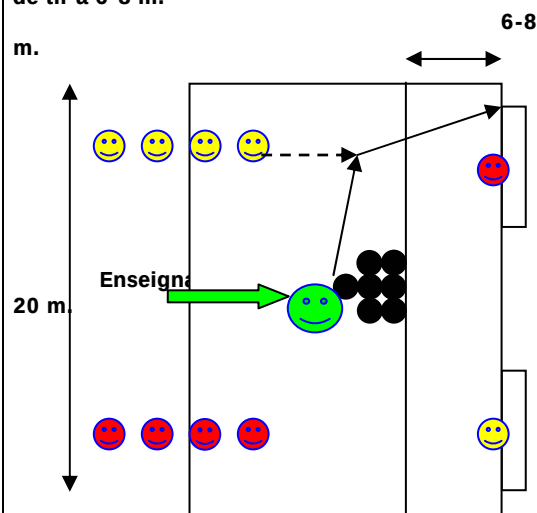
Critères de réalisation : contrôler son ballon (cheville relâchée sur le contrôle), pour tirer au but, se décaler à droite du ballon si je suis gaucher, à gauche si je suis droitier, placer le pied d'appui près du ballon (pointe de pied orientée vers l'objectif), regarder son ballon au moment du geste, accompagner le ballon le plus longtemps possible dans la frappe. (cheville verrouillée sur la frappe).

Critères de réussite : je marque 3 fois sur 5.

Variables :

- si les élèves sont en échec, frapper sur des ballons arrêtés.
- si les élèves réussissent, interdire le contrôle, l'élève frappe directement le ballon qui est en mouvement avant la ligne de tir.

2 équipes de 5 joueurs, 2 buts de 6 m, 1 source de ballons sur un espace de 15 m. x 20 m avec zone de tir à 6-8 m.



SITUATION N°8 (ATTENTION FIN DE NIVEAU 1)

Objectif : maîtriser l'enchaînement passe, contrôle et tir au but.

But : marquer plus de buts que l'adversaire.

Consignes : les 2 équipes (A1 et A2) sont face à face, et en file indienne, chaque joueur dispose d'un ballon. A1 passe son ballon sur sa gauche à A2 et court vers la droite pour contrôler et frapper le ballon transmis par A2. Dans le même temps, A2 après sa passe pour A1 part sur sa droite pour contrôler et frapper le ballon transmis par A1. Frapper le ballon avant la zone de tir. Après 5 passages pour chaque élève, inverser la direction de la passe.

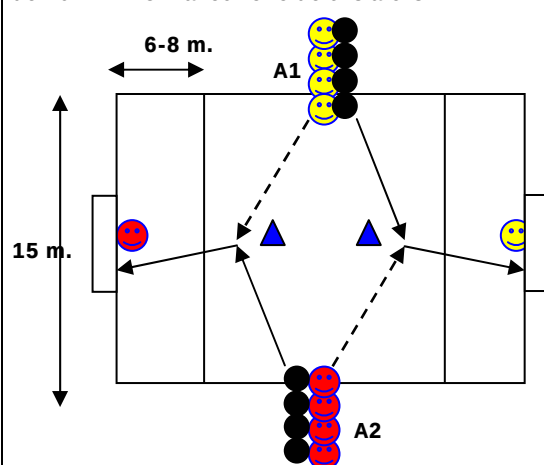
Critères de réalisation : passer son ballon de l'intérieur du pied entre le plot bleu et la ligne de tir puis courir dans la direction opposée, contrôler le ballon transmis ici par l'élève opposé (cheville relâchée sur le contrôle), pour tirer au but, se décaler à droite du ballon si je suis gaucher, à gauche si je suis droitier, placer le pied d'appui près du ballon (pointe de pied orientée vers l'objectif), regarder son ballon au moment du geste, accompagner le ballon le plus longtemps possible dans la frappe. (cheville verrouillée sur la frappe).

Critères de réussite : je marque 3 fois sur 5.

Variables :

- si les élèves réussissent, interdire le contrôle, l'élève frappe directement le ballon qui est en mouvement.

2 équipes de 5 joueurs, 2 buts de 6 m, sur un espace de 20 m. x 15m avec zone de tirs à 6-8 m.



SITUATION N°9 L'HORLOGE

Objectif : passer son ballon.

But : enchaîner le plus grand nombre de passes.

Consignes : au signal, les joueurs du cercle font progresser le ballon en se faisant des passes au pied, ceux de la file indienne font progresser leur ballon par un relais en conduite au pied autour du cercle. Quand le relais est terminé, on note le nombre de passes effectuées pendant ce temps par l'équipe du cercle. (1)

Critères de réalisation :

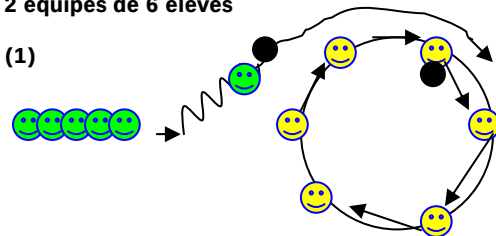
- pour les élèves du cercle, enchaîner les passes le plus rapidement possible de l'intérieur du pied pour être le plus précis possible. Minimiser le nombre de touches de balle (contrôle, passe).
- pour les élèves du relais, conduire la balle par de petits touchers en allant le plus vite possible et en détachant le regard du ballon de temps à autre.

Critères de réussite : le ballon reste au sein du cercle et circule rapidement, l'équipe qui fait le plus de passes a gagné.

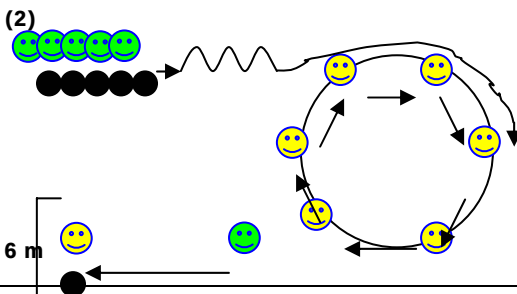
Variables : disposer des obstacles à contourner sur le parcours du relais, disposer un but à la sortie du relais (2) .

2 équipes de 6 élèves

(1)



(2)



SITUATION N°10 LE CORPS-OBSTACLE

Objectif : conservation individuelle du ballon, apprentissage du corps-obstacle.

But : protéger son ballon pendant 10 secondes avant de pouvoir marquer le but.

Consignes : au départ, l'élève en possession du ballon (PB) et le défenseur (NPB) sont dans le carré (1). Au signal de l'enseignant, le PB protège son ballon sans sortir du carré tandis que le défenseur tente de lui prendre, après 10 secondes de « lutte », un second signal est lancé autorisant le PB à aller marquer dans le mini-but. Si le défenseur récupère le ballon, les rôles s'inversent.

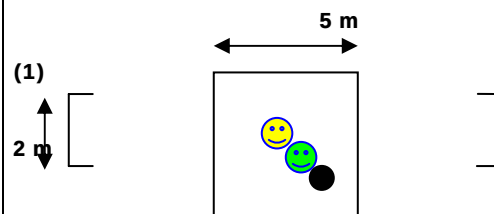
Critères de réalisation : placer son corps entre l'adversaire et le ballon de sorte à tenir le ballon éloigné, écarter légèrement ses bras et suivre les mouvements de l'adversaire.

Critères de réussite : PB : je réussis à marquer 3 fois sur 5 essais sans me faire prendre le ballon.

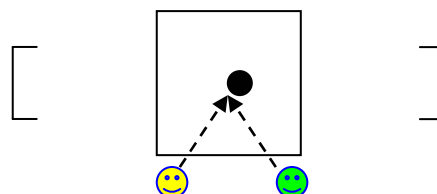
Variables :

- si les élèves sont en échec, diminuer le temps de conservation dans le carré (5 à 7 secondes) ou agrandir le carré.
- si les élèves réussissent, faire partir les élèves en dehors du carré de sorte à ce que les deux arrivent en mouvement, le premier arrivé s'approprie le ballon et tente de le conserver.(2)

1 carré de 5 x 5, 2 mini-buts de 2 m, 2 élèves, 1 ballon



(2)



SITUATION N°11

2 contre 1

Objectif : rupture d'alignement et jeu dans la largeur.

But : pour les attaquants, marquer dans l'un des 2 mini-buts, pour le défenseur récupérer le ballon et aller marquer dans le mini-but opposé.

Consignes : au départ, le défenseur lance le jeu en faisant une passe à l'attaquant de son choix. 10 passages par binôme d'attaquants avant de tourner.

Critères de réalisation :

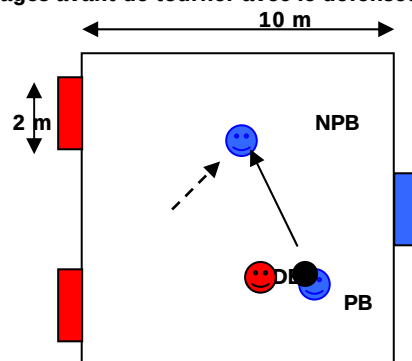
- pour le NPB, sortir de l'alignement PB / DEF / NPB en s'écartant du défenseur, voir et être vu par le PB et à distance de passe de ce dernier.
- pour le PB, fixer le défenseur avant de passer au partenaire NPB. Si le défenseur n'attaque pas le PB, alors le PB va marquer seul.

Critères de réussite : les attaquants marquent 7 fois sur 10.

Variables :

- si les élèves sont en échec, ajouter un attaquant (3 / 1), ou supprimer l'un des 2 mini-buts et en ajouter un de chaque côté du carré de sorte que le défenseur ait 3 buts à défendre.
- si les élèves réussissent, supprimer un but.

2 contre 1 dans un carré de 10 m x 10 m, 2 mini-buts à défendre pour le défenseur, 1 mini-but à défendre pour les attaquants. Les attaquants enchaînent 10 passages avant de tourner avec le défenseur.



SITUATION N°12

4 contre 4

Objectif : rupture d'alignement et jeu dans la largeur, apprentissage du tir.

But : marquer plus de buts que l'équipe adverse.

Consignes : les joueurs de champ jouent 3 minutes puis tournent avec les gardiens. Mise en place d'une zone de tir, soit il est obligatoire de rentrer dans cette zone pour pouvoir frapper, soit la frappe doit s'effectuer avant cette zone. (à voir en fonction du niveau)

Critères de réalisation :

- pour le NPB, sortir de l'alignement PB / DEF / NPB en s'écartant du défenseur, voir et être vu par le PB et à distance de passe de ce dernier. Toujours être en mouvement.
- pour le PB, jouer dans l'espace latéral libre.

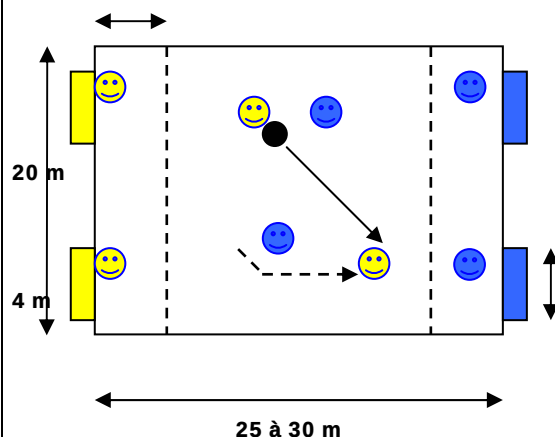
Critères de réussite : mon équipe gagne par 2 buts d'écart.

Variables :

- si les élèves sont en échec, ajouter un joker jouant toujours avec l'équipe qui a la balle (3 / 2 au milieu + 2 gardiens de chaque côté).
- si les élèves réussissent, supprimer un but de chaque côté, un 3 / 3 se joue donc au milieu.

4 contre 4 (2 + 2 gardiens / 2 + 2 gardiens) sur un terrain de 25 m x 20 m avec 2 buts à attaquer, 2 buts à défendre pour chaque équipe. Possibilité de faire la situation sur 3 terrains en montante / descendante, matchs de 6 minutes.

Zone de tir à 6 m.



SITUATION N°13

4 contre 4

Objectif : s'organiser et conserver le ballon (tout seul et à 2) pour atteindre la cible.

But : marquer plus de buts que l'équipe adverse

Consignes : pour marquer, un joueur doit traverser le but adverse avec le ballon dans les pieds. Dans chaque équipe, un élève est contraint de ne pas sortir de la zone de tir adverse. L'engagement se fait au centre du terrain, toutes les remises en jeu (touches, coups francs) sont effectuées au pied (adversaires à 5 m minimum).

Critères de réalisation :

- pour le PB, courir vers la cible à attaquer, s'engager dans les espaces libres.
- pour les NPB, se placer en avant du PB (relayer en appui) et à distance de passe, sortir de l'alignement PB / Défenseur / NPB, se déplacer dans les espaces libres.

Critères de réussite : nombre de fois où un joueur a la balle dans la zone de tir.

Variables :

- si les élèves sont en échec, supprimer le joueur permanent et jouer en 2 / 2 + 2 jokers.
- si les élèves réussissent, supprimer le joueur permanent dans la zone de tir, agrandir les buts et mettre un gardien, soit un 4 contre 4 (3 + 1) classique avec conservation de la zone de tir agrandie à 8 m.

4 contre 4 sur un terrain de 30 m x 20 m avec zones de tir, buts de 3 m sans gardien. Possibilité de faire la situation sur 3 terrains en montante / descendante, matchs de 6 minutes.

