



# **GUIDE D'APPUI À LA REPRISE DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES AU SEIN DU MILIEU SCOLAIRE**

*Juin 2020*



▶ 06

# Contenus pédagogiques football





# Contenus pédagogiques **football**

En tenant compte des règles sanitaires qui stipulent que le matériel pédagogique doit être manipulé uniquement par l'intervenant, nous vous préconisons d'utiliser le marquage à la craie.

Cerceaux



Échelles de rythme



Barres / Coupelles alignées



Coupelles / Plots



Haies / Rivières





# ▶ CP - CE2

Parcours de coordination  
et de motricité



# SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE



FICHE N° :	1
SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Relais Chacun son tour	

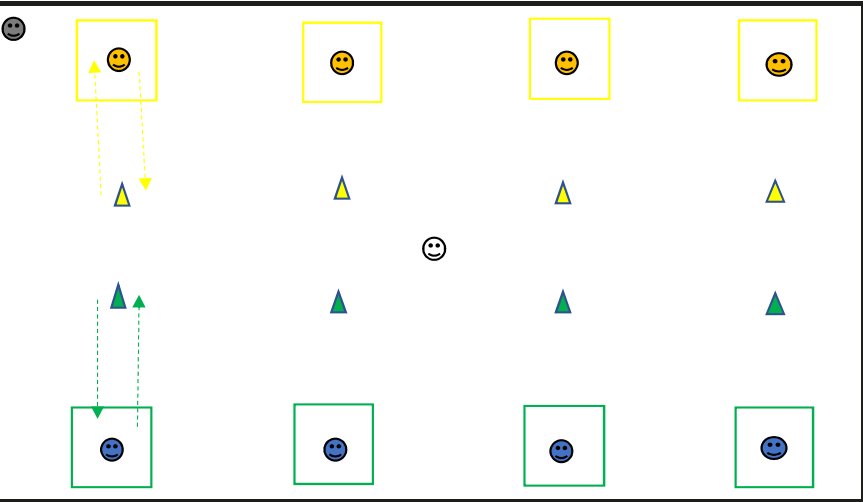
JEUX SCOLAIRES ADAPTES		FIT FOOT		PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL	
EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE		MOTRICITE / COORDINATION	X	AUTRES	

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

(En jaune, les catégories concernées)

## ORGANISATION

<b>OBJECTIF</b>	Améliorer la réactivité et la coordination des joueurs de l'équipe
<b>BUT</b>	Réaliser le relais le plus rapidement possible pour gagner.
<b>REGLES &amp; CONSIGNES</b>	Au signal sonore de l'éducateur, le 1er joueur de chaque équipe se rend en courant contourner le cône et revient dans sa maison, le départ du 2nd peut alors être réalisé. L'équipe qui termine en 1er gagne.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Terminer 1er en respectant les consignes



Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	20
	Larg	30

Durée	TOTALE	12 minutes
	SÉQUENCE	1

Effectifs	Educ	😊	1
		😞	1
	J	😊	7
		😞	7
		😟	
		😡	

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)	INDIVIDUELS (VEILLER À)
La coordination des départs. Donner un vainqueur.	Au respect des consignes.

## RAPPELS REGLES SANITAIRES

**Principes généraux:**  
 ~Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)  
 ~Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant  
 ~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 élèves  
 ~Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe  
 ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)  
 ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)  
 ~Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)

VARIABLES
Sans ballon Avec ballon imaginaire dans les mains au dessus de la tête, bras tendus devant... Rajouter un parcours avant de contourner le cône

## MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passe/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



## SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :

2

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Coordination motrice

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE

MOTRICITE / COORDINATION

X

AUTRES

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

(En jaune, les catégories concernées)

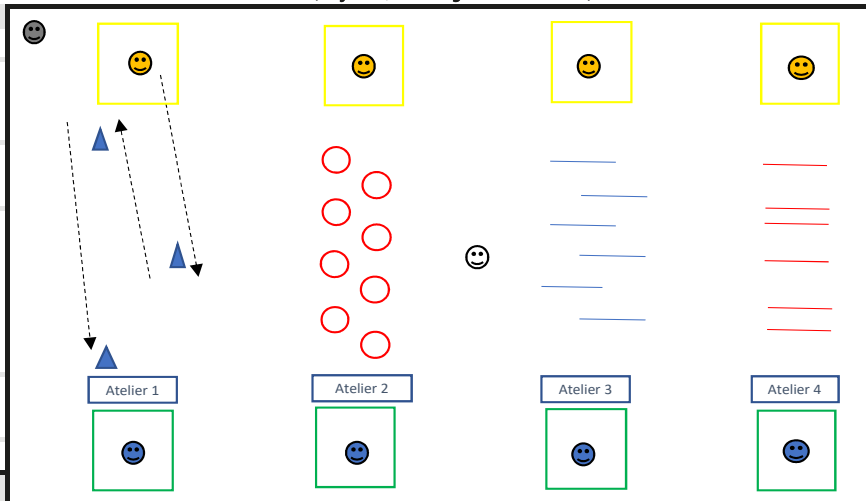
## ORGANISATION

OBJECTIF Améliorer ses capacités motrices

BUT Réaliser 5 passages par atelier

REGLES & CONSIGNES  
Le joueur bleu ne démarre que lorsque le joueur jaune a terminé son passage.  
Atelier 1 : Course avant / course arrière  
Atelier 2 : 1 appui dans chaque cerceau.Atelier 3 : Pas chassés  
Atelier 4 : 1 appui entre chaque barre "espaces différents"

CRITERES DE REUSSITE Effectuer correctement les ateliers et ne pas toucher le matériel



## COMPOTEMENTS ATTENDUS

## COLLECTIFS (VEILLER À)

## INDIVIDUELS (VEILLER À)

Faire partir le joueur suivant après le retour du précédent dans sa maison.

Au respect des consignes  
Pose des appuis.

## VARIABLES

Sans ballon.  
Avec ballon imaginaire dans les mains.  
Avant/arrière avec pas chassé.  
Pas croisés dans les cerceaux.  
Pas chassé de dos.  
Chronométré les passages afin de donner un vainqueur et d'amener une forme compétitive.

## RAPPELS REGLES SANITAIRES

Principes généraux:

~Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)  
~Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant  
~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 élèves  
~Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe  
~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)  
~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)  
~Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)



Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	30m
	Larg	20m

Durée	TOTALE	12 minutes
	SÉQUENCE	1

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😞	1
	J	😊	4
		😄	4
		😞	
		😡	

## MATRIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passe/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



## SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :

3

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Relais horloge

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE

MOTRICITE / COORDINATION

X

AUTRES

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	

## ORGANISATION

OBJECTIF

Améliorer la réactivité et la coordination des joueurs de l'équipe

BUT

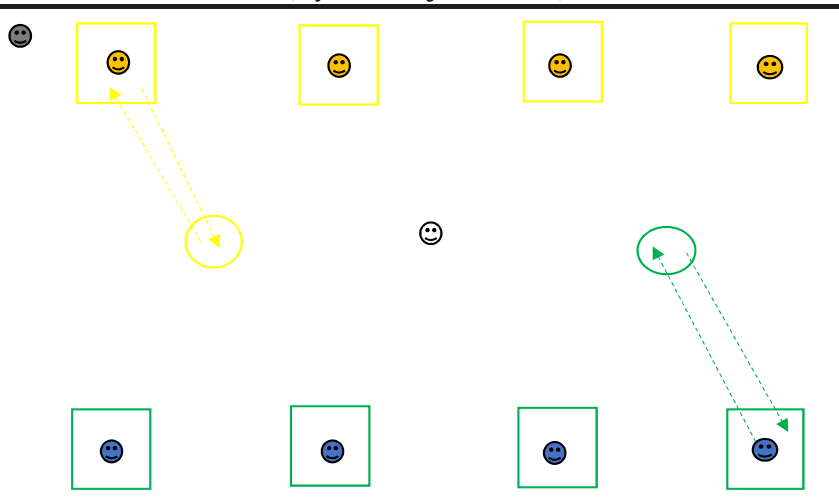
Réaliser le relais le plus rapidement possible pour gagner.

REGLES &amp; CONSIGNES

Au signal sonore de l'éducateur, le 1er joueur de chaque équipe se rend en courant fixer ses deux pieds dans le cerceau et revient dans sa maison, le départ du 2nd peut alors être réalisé.

CRITERES DE REUSSITE

Equipe vainqueur en respectant les consignes



Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	30m
	Larg	20m

Durée	TOTALE	12 minutes
	SÉQUENCE	1

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
	J	😊	7
		😬	7
		😬	
		😬	

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)

INDIVIDUELS (VEILLER À)

La coordination des départs.  
Donner un vainqueur.

Au respect des consignes.

## RAPPELS REGLES SANITAIRES

## Principes généraux:

- ~Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- ~Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
- ~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



## VARIABLES

Sans ballon  
Avec ballon imaginaire dans les mains

Rajouter un parcours à effectuer avant d'aller fixer les 2 pieds dans le cerceau

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

**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 élève)

## MATÉRIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passé/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



## SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :

4

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Parcours motricité

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE

MOTRICITE / COORDINATION

AUTRES

X

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 Améliorer ses capacités motrices

BUT Réaliser le parcours en tenant compte de l'avancée du joueur devant soi. Position d'attente dans sa maison n°2 avant de changer d'atelier

Le joueur suivant ne démarre que lorsque le précédent à terminer son passage.

REGLES & CONSIGNES

Course avant / course arrière 😊

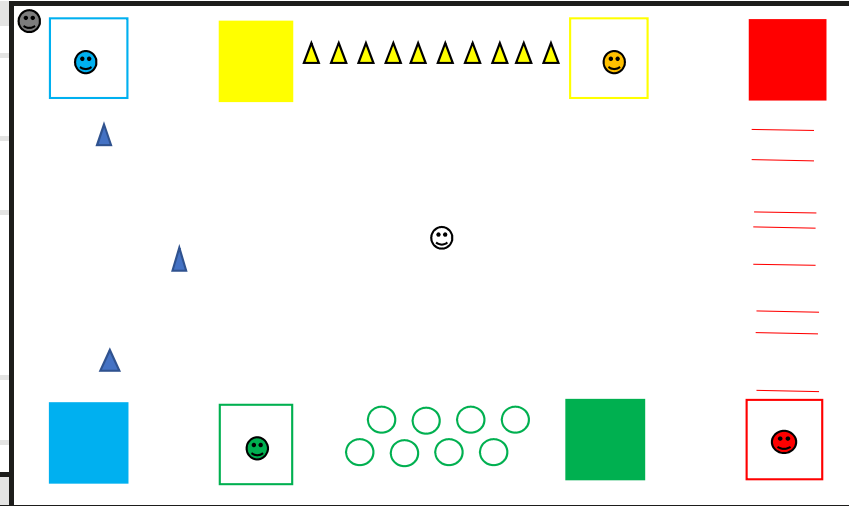
1 appui dans chaque cerceaux . 😊

1 appui entre chaque barre "espaces différents" 😊

1 appui entre chaque plot avant 😊

CRITERES DE REUSSITE

Effectuer correctement les exercices demandés



## COMPORTEMENTS ATTENDUS

## COLLECTIFS (VEILLER À)

## INDIVIDUELS (VEILLER À)

1 seul joueur par atelier.

Au respect des consignes

Pose des appuis.

Prise d'informations.

Rôle équilibrateur des bras

Penser à lever la tête

## VARIABLES

Sans ballon.

Avec ballon imaginaire dans les mains.

Avant/arrière avec pas chassé - Pas croisés dans les cerceaux - entrée dans les ateliers de côté - Appuis latéraux entre chaque cône

Chronométrer les passages afin de donner un vainqueur et d'amener une forme compétitive en mettant en place deux parcours.

## RAPPELS REGLES SANITAIRES

**Principes généraux:**

- Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
- 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 élèves
- Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe
- Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)

Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	30m
	Larg	20m

Durée	TOTALE	12 minutes
	SÉQUENCE	3

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😊	1
	J	😊	4
		😊	4
		😊	
		😊	

## MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passé/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE



FICHE N° :	5
------------	---

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Relais à 2	

JEUX SCOLAIRES ADAPTES			FIT FOOT			PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL		
EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE			MOTRICITE / COORDINATION			AUTRES		

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	30m
	Larg	20m

Durée	TOTALE	12 minutes
	SÉQUENCE	3

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
	J	😊	2
		😬	2
		😞	2
		😡	2

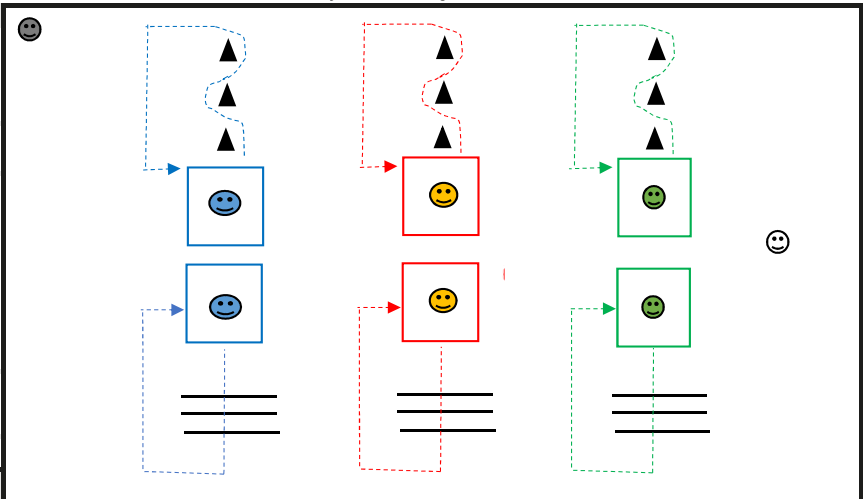
ORGANISATION

**OBJECTIF** Améliorer la motricité et la coordination

**BUT** Le premier groupe qui termine le relais gagne 1 point

**REGLES & CONSIGNES**  
 Les élèves situés dans la maison rouge font l'atelier de coordination demandé. Une fois qu'ils reviennent dans leur maison, l'élève dans la maison bleue peut partir à son tour réaliser l'atelier puis revenir dans sa maison afin que le rouge reparte.  
 Le retour dans sa maison se fait en courant. A tour de rôle, par binôme, faire 3 fois chaque variante.  
 Inverser les rôles (les rouges deviennent bleus et inversement)

**CRITERES DE REUSSITE** Réaliser le plus rapidement possible en respectant les ateliers



COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)

INDIVIDUELS (VEILLER À)

Bien attendre que son binôme (face à soi) soit revenu dans sa maison et qu'il ait frappé 2 fois dans les mains pour ensuite démarrer son atelier

Avoir le corps droit  
 Au travail d'appui (être sur la pointe des pieds)  
 Ne pas toucher le matériel

RAPPELS REGLES SANITAIRES

**Principes généraux:**  
 ~Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)  
 ~Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant  
 ~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 élèves  
 ~Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe  
 ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)  
 ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)  
 ~Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**Conseil 1 :** 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 élève)

VARIABLES

Les rouges slaloment en courant et les bleus mettent un appui entre chaque barre  
 Les rouges et les bleus réalisent leur atelier en pas chassés et reviennent en courant dans leur maison.  
 Les rouges slaloment en marche arrière et les bleus bondissent pieds joints entre chaque barre  
 Faire les ateliers avec un ballon imaginaire dans les mains

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passé/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



## SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° : 6

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Air Foot horloge

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE

MOTRICITE / COORDINATION

X

AUTRES

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

(En jaune, les catégories concernées)

## ORGANISATION

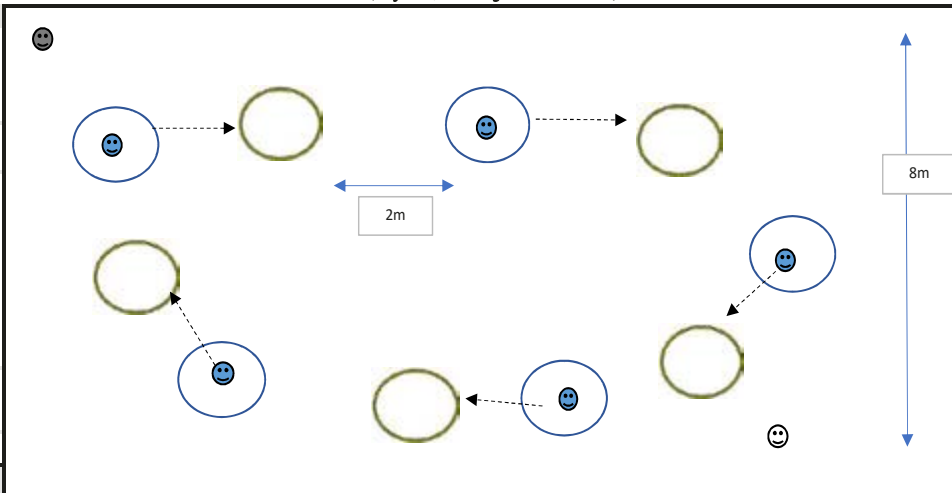
OBJECTIF Motricité générale

BUT Faire le tour de l'horloge le plus rapidement possible = 1pt

2 équipes de 5 joueur(se)s.  
Imiter / Mimer le fait de réaliser 5 jonglages du pied de son choix sans ballon dans son cerceau bleu.

REGLES & CONSIGNES  
Puis se diriger vers son cerceau jaune. Quand le joueur précédent est dans son cerceau jaune, cela permet au 2ème joueur de démarrer ses jonglages et ainsi de suite. La première équipe qui est terminée le tour de l'horloge gagne la manche.

CRITERES DE REUSSITE  
Marquer plus de points que la ou les autres équipes



## COMPOTEMENTS ATTENDUS

## COLLECTIFS (VEILLER À)

## INDIVIDUELS (VEILLER À)

Rotations pour bien respecter les distances

Respect de la réalisation du défis (Vérification par l'animateur)

## RAPPELS REGLES SANITAIRES

Principes généraux

- ~Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- ~Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
- ~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 élèves
- ~Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- ~Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)

## VARIABLES

Si 1 seule équipe faire avec un challenge temps

Varié les défis : 5 imitations Jonglage Tête en sautant, 5 cloches pieds, 5 sauts de grenouilles, 6 talons fesses ...

Rajouter du mouvement : réaliser 5 jonglages de la cuisse sans ballon autour de son cerceau bleu.

Varié les défis : 4 frappers de mains au dessus de la tête, 4 jonglages pied G, Pied D, Cuisse G, Cuisse D, 4 jonglages cuisse G, cuisse D, épaule G, épaule D, ...

Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	15m
	Larg	15m

Durée	TOTALE	12 mins
	SÉQUENCE	6 x 2min

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😷	1
	J	😊	5
		😡	5
		😞	
		😄	

## MATÉRIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passé/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie

## SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE



FICHE N° :

7

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Je bouge en musique

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE

MOTRICITE / COORDINATION

X

AUTRES

CP

CE1

CE2

CM1

CM2

6ème

5ème

4ème

3ème

U7

U8

U9

U10

U11

U12

U13

U14

U15

(En jaune, les catégories concernées)

### ORGANISATION

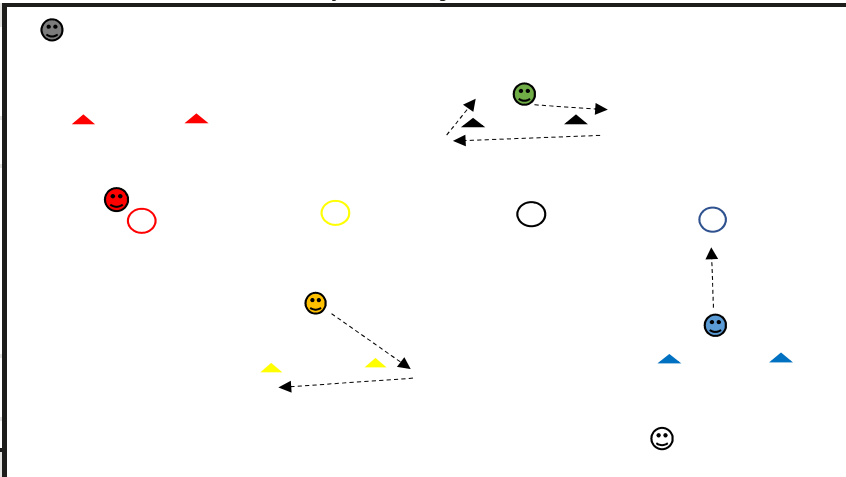
**OBJECTIF** Travail de motricité et capacité de se mouvoir en rythme

**BUT** Revenir dans sa zone de départ (traçage ou cerceau) en premier.

Départ de sa zone au début de la musique, tourner autour des coupelles puis à l'arrêt de la musique, revenir le plus rapidement possible dans son cerceau.

**REGLES & CONSIGNES**  
Au départ : chaque élève a un capital de 5 points. - 1 pour le dernier à chaque manche.  
+1 point pour le 1er arrivé dans sa zone.

**CRITERES DE REUSSITE** Avoir le plus de points possible en fin de partie ou de manche.



### COMPORTEMENTS ATTENDUS

#### COLLECTIFS (VEILLER À)

#### INDIVIDUELS (VEILLER À)

Distance entre les ateliers et élèves

Départ au signal

Respecter le parcours

### RAPPELS REGLES SANITAIRES

#### Principes généraux:

- Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
- 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

### VARIABLES

Si pas assez de matériel, faire un roulement par vague

La musique peut être remplacée par la voix ou un signal visuel  
Possibilité de compter les points par équipe

Imposer des déplacements spécifiques autour des coupelles (pas chassés, talons-fesses, déplacement en "8" au travers les coupelles...)

Uniquement en marche puis course autorisée

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

**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 élève)

Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	10 m
	Larg	5 m

Durée	TOTALE	12'
	SÉQUENCE	10 à 15" maximum

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
	J	😊	1 à 2
		😬	1 à 2
		😐	1 à 2
		😞	1 à 2

### MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passe/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



## SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :

8

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Jeu de la traversée magique

## ORGANISATION

OBJECTIF Motricité générale

BUT Traverser le terrain

## REGLES &amp; CONSIGNES

Imposer des actions motrices sur le haut du corps: taper dans les mains, taper dans les mains dans le dos, taper dans les mains au dessus de la tête, taper dans les mains sous le genou...

Imposer des actions motrices sur le bas du corps : Montée de genoux, talons aux fesses, pas chassés, cloche pieds

Notion de rythme à imposer

Définir des couloirs pour chaque élève avec une distance latérale de sécurité de 1,5m

## CRITERES DE REUSSITE

Chaque joueur qui réussit le défi rapporte 1 point à son équipe. Celui qui traverse le plus vite et qui réussit son défi rapporte 2 points

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

## COLLECTIFS (VEILLER À)

## INDIVIDUELS (VEILLER À)

Encourager  
Valoriser  
Animer  
Adapter la difficulté en fonction du groupe

Respecter les Distances

## VARIABLES

Mixer 2 actions motrices (ex: taper dans les mains au dessus de la tête en montant les genoux, course en pas chassés, course en marche arrière,...)

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE

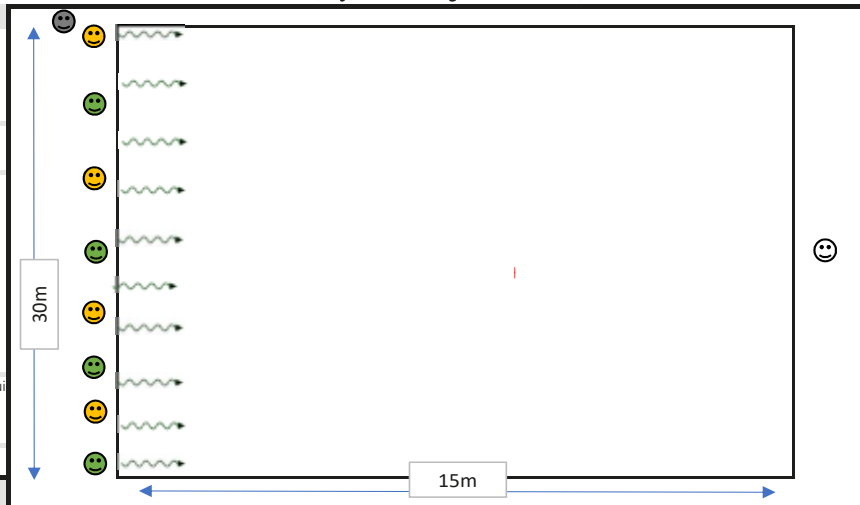
MOTRICITE / COORDINATION

X

AUTRES

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

(En jaune, les catégories concernées)



## RAPPELS REGLES SANITAIRES

## Principes généraux:

~Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)  
~Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant  
~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 élèves

~Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe

~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)

~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)

~Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**Conseil :** Prévoir une personne Garante du Protocole Sanitaire (GPS) qui veuille au respect des principes généraux et à la bonne conduite de la séance. (Adulte autorisé ou élève)



Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	15m
	Larg	30m

Durée	TOTALE	10 min
	SÉQUENCE	10" maximum

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😊	1
	J	😊	4
		😬	4
		😞	
		😡	

## MATRIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passe/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



## SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :

9

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Musi rythme

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE

MOTRICITE / COORDINATION

X

AUTRES

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

Amélioration de la coordination en rythme

BUT

Faire l'atelier sans erreur = 1pt

REGLES &amp; CONSIGNES

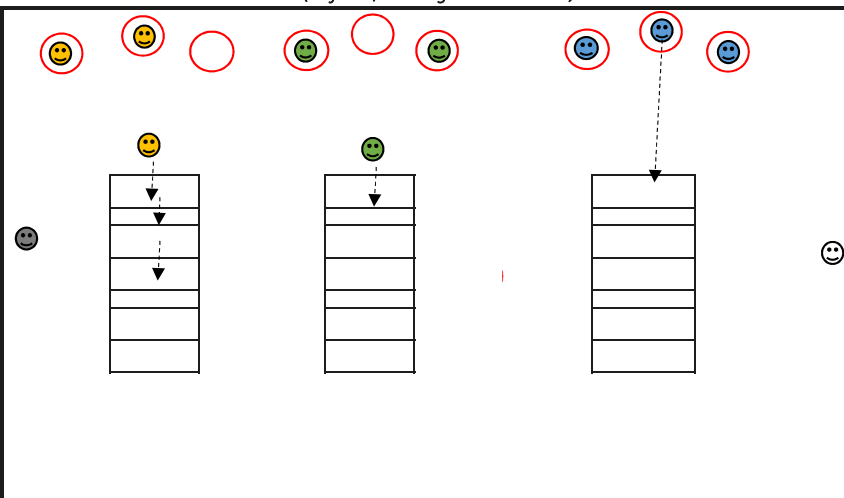
Faire des appuis sur échelle de rythme (ou coupelles ou marquage au sol ou sans matériel). Le tempo est donné par l'éducateur (musique ou frapper dans ses mains ou à la voix 1, 1-2, vite lent ...).

Travailler par vague si vous n'avez pas la possibilité de faire beaucoup d'ateliers.

Cerceaux servent de maison. 2m entre chaque.

CRITERES DE REUSSITE

Marquer le plus de points pour son équipe



## COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)

INDIVIDUELS (VEILLER À)

Distance entre les élèves et ateliers

Coordination des appuis

Attendre que l'élève soit dans sa maison avant de faire partir le suivant

## Principes généraux:

- Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)  
 - Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant  
 - 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 élèves  
 - Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe  
 - Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)  
 - Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)  
 - Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)



## VARIABLES

Ateliers sur échelle de rythme ou cerceaux ou coupelles

Les appuis : droite, gauche, cloche pied

Annonce du rythme : sur la musique, quand l'éducateur frappe dans les mains, à la voix de l'éducateur

Tempo : lent, rapide, statique

Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	10 m
	Larg	8m

Durée	TOTALE	12'
	SÉQUENCE	6x2'

Effectifs	Educ	😊	1
		😬	1
	J	😊	3
		😬	3
		😬	3
		😬	3

## MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passe/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



# SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

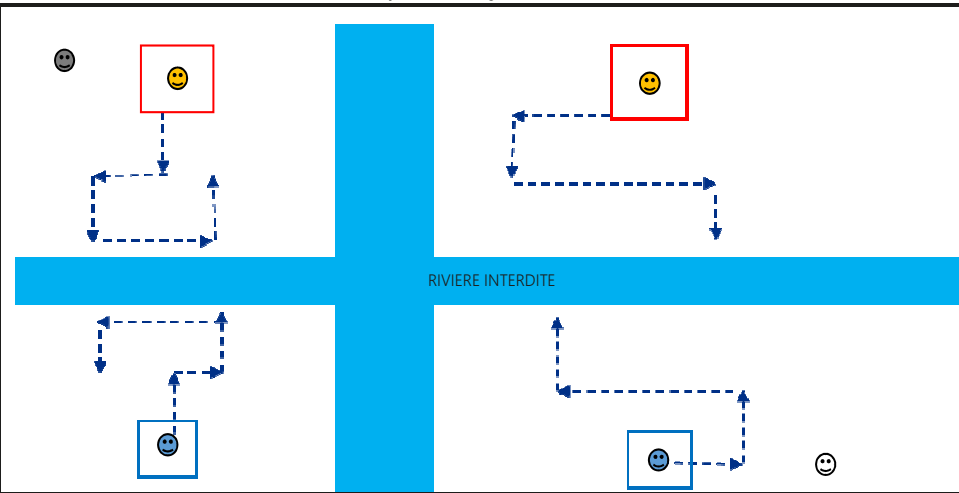
FICHE N° :	10
SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Le miroir	

JEUX SCOLAIRES ADAPTES			FIT FOOT					PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL	
EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE			MOTRICITE / COORDINATION				X	AUTRES	

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

(En jaune, les catégories concernées)

ORGANISATION	
<b>OBJECTIF</b>	Améliorer la motricité générale
<b>BUT</b>	Utiliser toutes les formes de déplacements, avant, arrière, pas chassés, cloche pied durant 20 secondes maximum, échanger les rôles
<b>REGLES &amp; CONSIGNES</b>	Sortir de sa maison en se déplaçant de la même manière que son partenaire, en miroir. Chaque élève a 5 points. Si erreur, l'élève perd un point et le départ s'effectue de nouveau de sa maison.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Garder les 5 points



Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	
	Autres	

Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	40 m
	Larg	20 m

Durée	TOTALE	20 minutes
	SÉQUENCE	10 de 1 minute

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😞	1
	J	😊	4
		😞	
		😊	4
		😞	

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)	INDIVIDUELS (VEILLER À)
Bien attendre que chacun soit dans sa maison pour démarrer	Pour le guide, ne pas donner les indications de direction trop vite, attendre que le partenaire se soit déplacé pour indiquer une nouvelle direction

## VARIABLES

Se déplacer en fonction des indications verbales du partenaire  
 Se déplacer en fonction des indications gestuelles (bras, mains) du partenaire  
 Se déplacer à l'inverse des indications verbales du partenaire  
 Possibilité d'organiser sous forme de relais, par équipes de 2, le même parcours pour tous. Chaque joueur effectue le parcours 1 fois. L'équipe arrivée 1ère gagne 1 point.

## RAPPELS REGLES SANITAIRES

**Principes généraux:**

- Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
- 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 élèves
- Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe
- Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)

## MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passer/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie

SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE



FICHE N° :	11
SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Relais Equipe de France	

JEUX SCOLAIRES ADAPTES		FIT FOOT		PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL	
EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE		MOTRICITE / COORDINATION	X	AUTRES	

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	
	Autres	

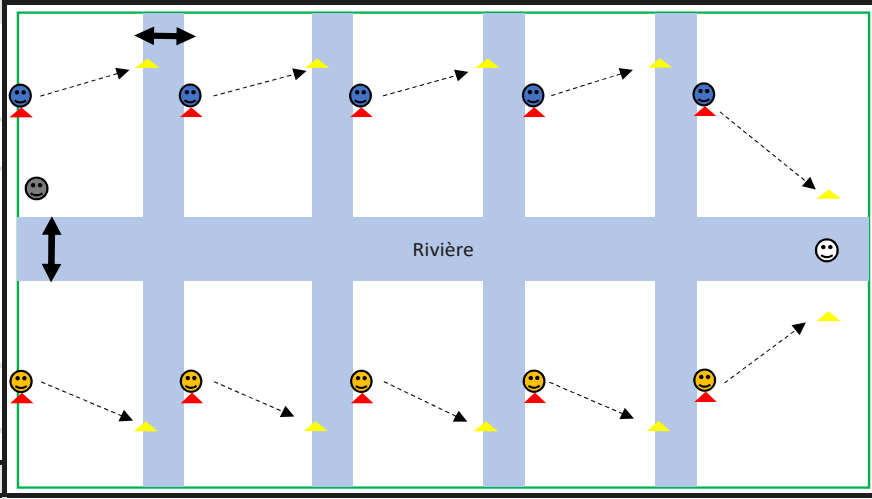
Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	30 m
	Larg	20 m

Durée	TOTALE	10 minutes
	SÉQUENCE	

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
	J	😊	5
		😬	
		😞	
		😡	5

ORGANISATION	
OBJECTIF	Améliorer la motricité
BUT	Avoir un maximum de joueurs de l'équipe de France dans son équipe. Au signal sonore de l'éducateur le 1er joueur se dirige vers la coupelle jaune et donne le nom d'un joueur de l'équipe de France au suivant...Le dernier donne le nom du joueur à l'éducateur. Le 1er marque un point pour son équipe. Varier les courses (libre, en arrière, sur un pied, accroupi...) L'éducateur entre chaque manche passe du départ à l'arrivée pour inverser le sens du relais
REGLES & CONSIGNES	
CRITERES DE REUSSITE	Maîtriser l'ensemble des courses



COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)	INDIVIDUELS (VEILLER À)
	Maîtriser ses appuis Être réactif

RAPPELS REGLES SANITAIRES

- Principes généraux:**
- Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
  - Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
  - 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 élèves
- Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe
- Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)

VARIABLES
Mettre des courses à angles
Rajouter des ateliers de coordination
Donner 2 noms de joueurs

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passe/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie





# ▶ CE2 - CM2

Parcours de coordination  
et de motricité





SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE



FICHE N° :	1
SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Les lettres PRETS	

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

(En jaune, les catégories concernées)

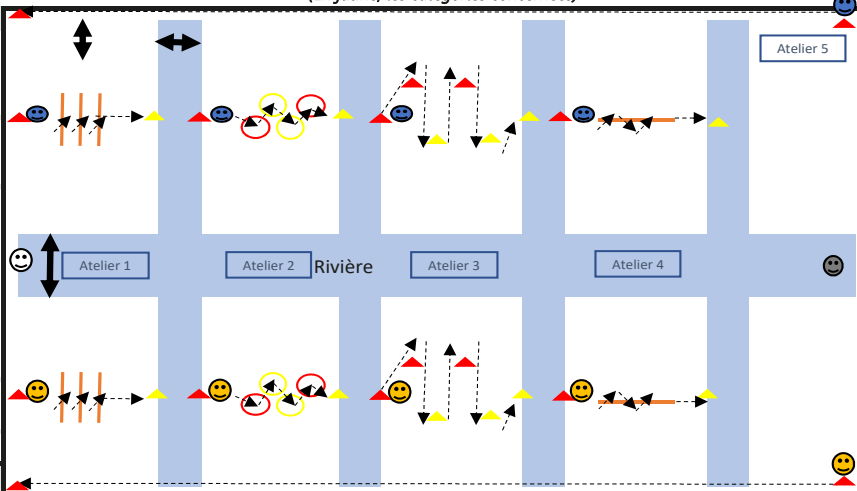
Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	
	Autres	

Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	30 m
	Larg	20 m

Durée	TOTALE	15 minutes
	SÉQUENCE	3

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
		😊	5
		😬	
	J	😬	5



ORGANISATION

**OBJECTIF** Améliorer la motricité générale (dissociation bas et haut du corps)

**BUT** Apporter les 5 lettres (papier imaginaire) de l'acronyme PRETS à l'éducateur. L'équipe qui a le + de lettres remporte la manche

Au signal sonore, le joueur part de la coupelle rouge, effectue l'atelier et attend à la coupelle jaune avant d'aller à l'atelier suivant. On perd sa lettre si on touche le matériel pédagogique.

- REGLES & CONSIGNES**
- 1): saut pieds joints entre les barres avec la lettre bras tendus devant soi
  - 2): saut un pied dans chaque cerceau (rouge pied droit, jaune pied gauche) avec la lettre dans la main droite bras tendu
  - 3): Pas chassés avec la lettre dans la main gauche bras tendu
  - 4): appui au dessus de la barre pied inversé bras écartés lettre sur la tête
  - 5): Course avec la lettre au dessus de la tête bras tendus

**CRITERES DE REUSSITE** Ne pas toucher le matériel pédagogique et réaliser l'atelier

COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)

INDIVIDUELS (VEILLER À)

- Maitriser ses appuis
- Avoir la bonne position du haut du corps

VARIABLES

Atelier 1: saut pied joint en arrière ou pied joint avant - arrière

Atelier 2: changer les couleurs ou cerceau 1 puis 2 avants de revenir au 1 etc...

Atelier 3: en recul frein

Atelier 4: en doublant les appuis inversés (ex: Pied droit pied droit puis pied gauche pied gauche)

Autres séquences avec un autre mot de 5 lettres (école, sport...)

Possibilité de faire en atelier

Possibilité de faire 3 équipes (une équipe arbitre)

RAPPELS REGLES SANITAIRES

Principes généraux:

- ~Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- ~Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
- ~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 élèves
- ~Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- ~Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passé/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



# SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :	2
------------	---

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Parcours motricité	

JEUX SCOLAIRES ADAPTES		FIT FOOT		PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL	
EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE		MOTRICITE / COORDINATION	X	AUTRES	

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** Améliorer ses capacités motrices

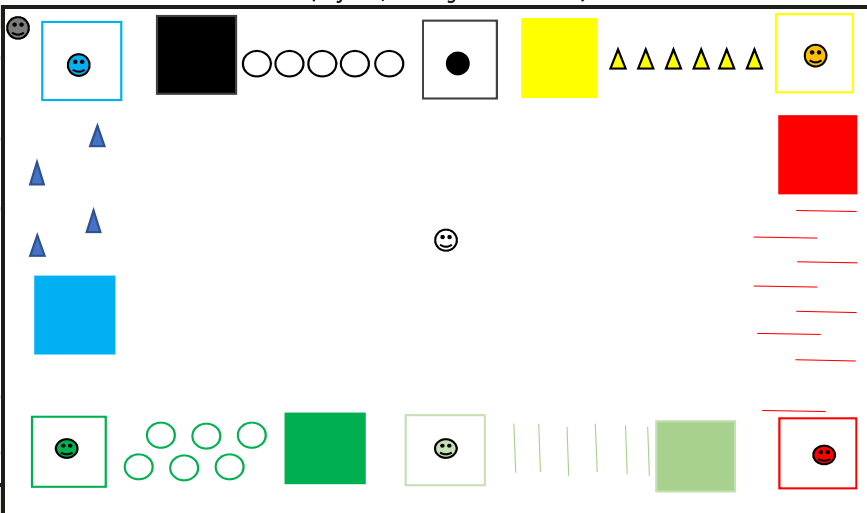
**BUT** Réaliser le parcours en tenant compte de l'avancée du joueur devant soi. Position d'attente dans sa maison n°2 avant de changer d'atelier

Le joueur suivant ne démarre que lorsque le précédent a terminé son passage. Slalom

**REGLES & CONSIGNES**  
1 appui dans chaque cerceaux pas croisés  
2 appuis entre chaque barre  
Pas chassé

1 appui entre chaque plot  
1 appui dans chaque cerceau

**CRITERES DE REUSSITE**  
Effectuer les ateliers correctement



Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	35m
	Larg	20m

Durée	TOTALE	12 minutes
	SÉQUENCE	3

Effectifs	Educ	😊	1
		😞	1
	GPS	😊	
		😞	
		😊	6
		😞	

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

### COLLECTIFS (VEILLER À)

1 seul joueur par atelier.

### INDIVIDUELS (VEILLER À)

Au respect des consignes.  
Pose des appuis.  
Prise d'informations.  
Penser au rôle équilibrateur des bras.  
Penser à lever la tête

## RAPPELS REGLES SANITAIRES

### Principes généraux:

- Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
- 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 élèves
- Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe
- Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)

## VARIABLES

Sans ballon.  
Avec ballon imaginaire dans les mains.  
Varier l'entrée dans les ateliers de face, de côté  
Chronométrer les passages afin de donner un vainqueur et d'amener une forme compétitive en mettant en place deux parcours.

## MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passer/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



## SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :

3

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Face à face

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE

MOTRICITE / COORDINATION

X

AUTRES

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	

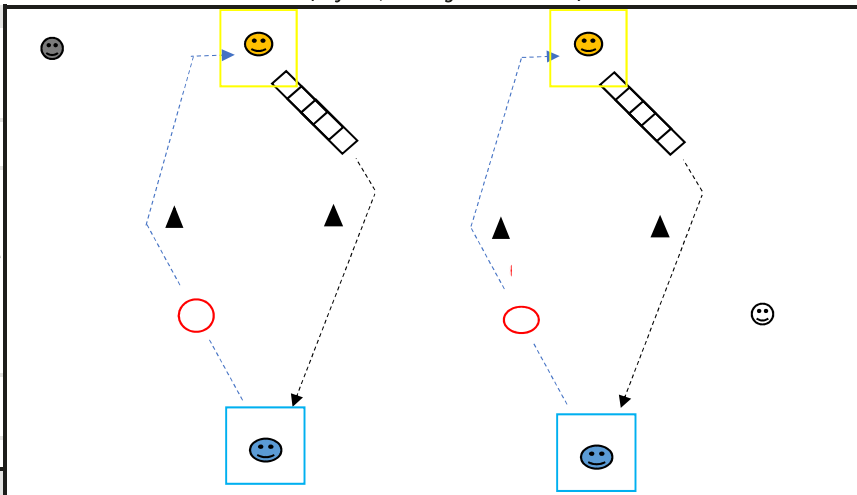
Surface	Long	30m
	Larg	20m

Durée	TOTALE	12 minutes
	SÉQUENCE	3

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
	J	😊	5
		😬	
		😡	5
		😡	

### ORGANISATION

<b>OBJECTIF</b>	Améliorer ses capacités motrices et de coordination
<b>BUT</b>	Par binôme, suivre le rythme de la musique et arriver en même temps = 1 point Sur le rythme d'une musique, faire un aller retour sans se croiser en réalisant des ateliers de coordination. Le joueur rouge et le joueur bleu réalisent en face à face leur atelier de coordination puis se dirigent vers la gauche pour contourner le cône et se rendre devant l'atelier de son coéquipier. Une fois les deux joueurs en position de départ dans les maisons, ils démarrent leur retour à la place initiale en réalisant l'autre atelier de coordination. Faire 5 fois chaque variante.
<b>REGLES &amp; CONSIGNES</b>	Si on ne touche pas le matériel sur un aller retour et que l'on est synchronisé (départ et arrivée par binôme en même temps)
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	



### COMPORTEMENTS ATTENDUS

#### COLLECTIFS (VEILLER À)

#### INDIVIDUELS (VEILLER À)

Etre synchronisé tous ensemble avec les différents coéquipiers de la même couleur

Avoir le corps droit  
Au travail d'appui (être sur la pointe des pieds)  
Ne pas toucher le matériel  
Penser à lever la tête

#### VARIABLES

Mettre 1 appui dans chaque carré de l'échelle de rythme et faire le tour du cerceau par la gauche  
Effectuer un cloche pied dans l'échelle de rythme et faire le tour du cerceau par la droite  
Mettre 2 appuis dans chaque carré de l'échelle et 5 fois les deux pieds simultanément qui rentrent puis qui sortent du cerceau  
Faire les ateliers avec un ballon imaginaire dans les mains  
Chronométrer les parcours en respectant les consignes initiales

#### RAPPELS REGLES SANITAIRES

##### Principes généraux:

~ Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)  
~ Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant  
~ 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 élèves  
~ Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe  
~ Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)  
~ Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)  
~ Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)



#### MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passer/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie

SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE



FICHE N° :

4

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Horloge de coordination

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE

MOTRICITE / COORDINATION



AUTRES

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	25m
	Larg	25m

Durée	TOTALE	12 minutes
	SÉQUENCE	3

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😊	1
	J	😊	5
		😬	
		😞	5
		😡	

ORGANISATION

OBJECTIF

Réaliser un tour de l'horloge en réalisant les ateliers de coordination

BUT

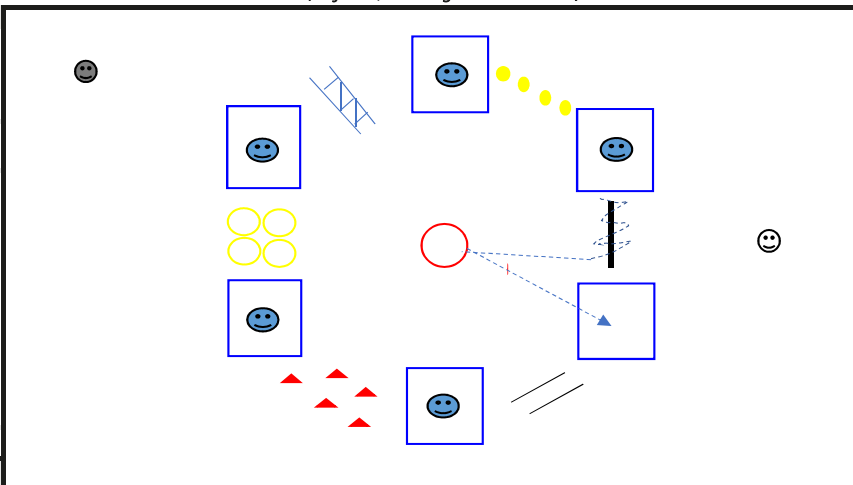
L'équipe qui a terminé en premier un 1 tour de l'horloge en passant une fois à chaque station gagne 1 point  
A tour de rôle, dans le sens des aiguilles d'une montre, réaliser l'atelier de coordination, puis aller sauter pieds joints 2 fois dans le cerceau magique avant de rentrer dans la station libre :

REGLES & CONSIGNES

- 1- Réaliser 5 bondissements de part et d'autre de la barre
- 2- Avancer puis reculer entre les barres
- 3- Effectuer un slalom en courant entre les arbres de la forêt
- 4- Mettre 1 appui dans chaque cerceau
- 5- Faire un saut de rivière pour ne pas avoir les pieds mouillés
- 6- Mettre 1 appui « type montée de genou » entre chaque coupelle

CRITERES DE REUSSITE

Le départ du joueur suivant se réalise quand son coéquipier qui le précède est entré dans sa nouvelle station.



COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)

INDIVIDUELS (VEILLER À)

Respecter le sens de rotation des joueurs

Ne pas revenir dans la station d'où le joueur est sorti  
Penser à lever la tête et au rôle équilibrateur des bras

RAPPELS REGLES SANITAIRES

Principes généraux:

- Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
- 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

VARIABLES

Tourner dans le sens inverse des aiguilles d'une montre  
Faire un tour de cerceau avant de revenir dans la station vide  
Varier l'entrée dans les ateliers soit de face, soit de côté

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passe/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie

## SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE



FICHE N° :

5

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Relais par équipe

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE

MOTRICITE / COORDINATION

X

AUTRES

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** A tour de rôle, par couleur, faire 3 fois chaque variante

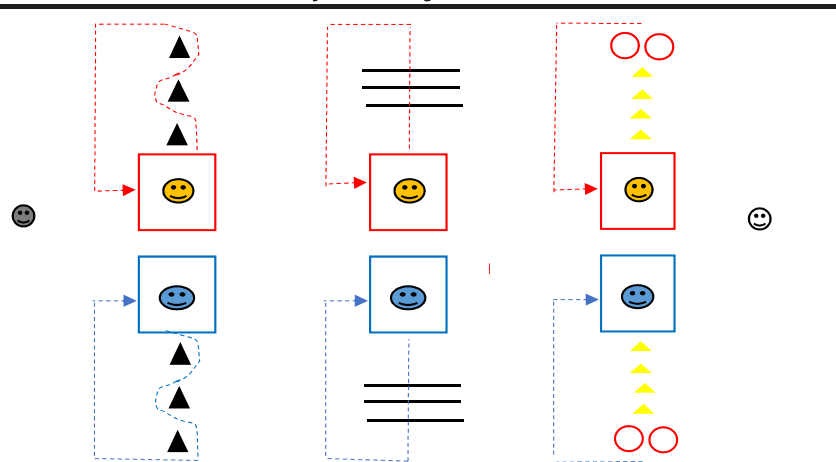
**BUT** Le premier groupe qui termine le relais gagne 1 point

Sous forme de relais par couleur : Le premier rouge et bleu réalisent leur atelier de coordination 3 fois de suite en repassant à chaque fois par leur station de départ. Une fois terminé, pour passer le "relais" au deuxième joueur de la couleur, il faut frapper 3 fois dans ses mains.

**REGLES & CONSIGNES**

- 1- Slalomer entre les cônes en courant
- 2- Mettre deux appuis entre chaque barre
- 3 - Poser un appui entre chaque coupelle puis les deux appuis simultanément dans les deux cerceaux

**CRITERES DE REUSSITE** Le relais prend fin lorsque le dernier joueur d'une des couleurs a terminé de réaliser l'ensemble de son atelier.



### COMPORTEMENTS ATTENDUS

#### COLLECTIFS (VEILLER À)

#### INDIVIDUELS (VEILLER À)

Bien attendre que le joueur précédent de la même couleur soit arrivé dans sa station et frappe 3 fois dans ses mains pour déclencher le départ du suivant.

Avoir le corps droit  
Au travail d'appui (être sur la pointe des pieds)  
Ne pas toucher le matériel

#### VARIABLES

Réaliser deux fois de suite le relais sans arrêt

Changer les joueurs d'atelier

#### RAPPELS REGLES SANITAIRES

##### Principes généraux:

- ~Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- ~Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
- ~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 élèves
- ~Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- ~Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)

Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	30m
	Larg	20m

Durée	TOTALE	12 minutes
	SÉQUENCE	3

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
	J	😊	5
		😬	
		😞	5
		😡	

#### MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passer/tirer	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



# SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :	6
------------	---

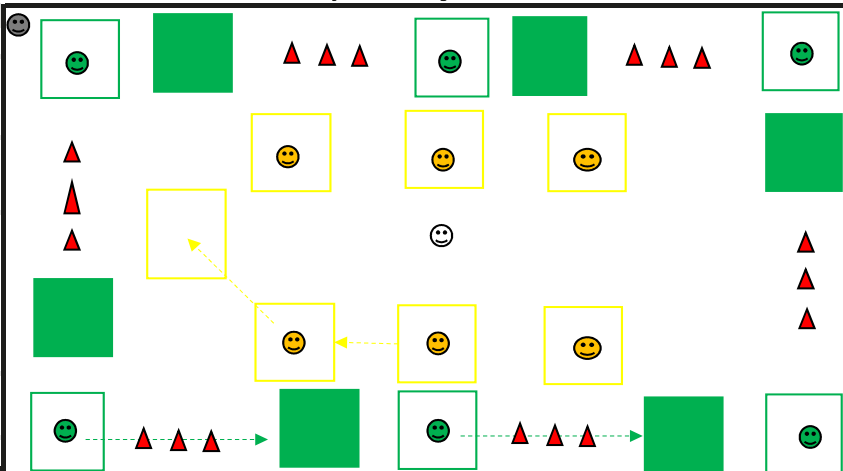
SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	Relais horloge
--------------------------------------	----------------

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

(En jaune, les catégories concernées)

## ORGANISATION

<b>OBJECTIF</b>	Améliorer la réactivité et la coordination des joueurs de chaque équipe.
<b>BUT</b>	Comparer les 2 équipes. Le joueur 1 vert doit revenir à sa place. Compter le nombre d'heures pour l'équipe jaune et inversement.
<b>REGLES &amp; CONSIGNES</b>	L'équipe verte et l'équipe jaune démarrent au signal de l'éducateur. Le joueur vert effectue le slalom et ensuite s'arrête dans sa 2ème maison, cela enclenche le départ du deuxième joueur verte. Le joueur jaune se déplace dans la maison vide et doit faire 2 sauts pieds joints pour déclencher le départ du 2ème joueur jaune.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Inverser les rôles - Terminer



Espace utilisé	Cour d'école	X	
	Enceinte sportive	X	
	Autres		
Types	Sans ballon	X	
	Avec ballon		
	Sans puis avec ballon		
Surface	Long	30m	
	Larg	20m	
Durée	TOTALE	12 minutes	
	SÉQUENCE	1	
Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😊	1
	J	😊	6
		😬	6
		😞	
		😡	

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

### COLLECTIFS (VEILLER À)

Faire partir les joueurs au retour dans leur maison.

### INDIVIDUELS (VEILLER À)

Au respect des consignes  
Prise d'informations  
La maîtrise technique.  
Penser à lever la tête et rôle des bras

### VARIABLES

Sans ballon.  
Varier l'entrée dans l'atelier soit de face, soit de côté  
Avec ballon imaginaire dans les mains.

## RAPPELS REGLES SANITAIRES

### Principes généraux:

- Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
- 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 élèves
- Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe
- Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)

## MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passe/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



## SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :

7

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Air Foot horloge

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE

MOTRICITE / COORDINATION

X

AUTRES

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

Jeu de l'horloge - Niveau 1

## BUT

Faire le tour de l'horloge le plus rapidement possible = 1pt

2 équipes de 5 joueur(se)s.

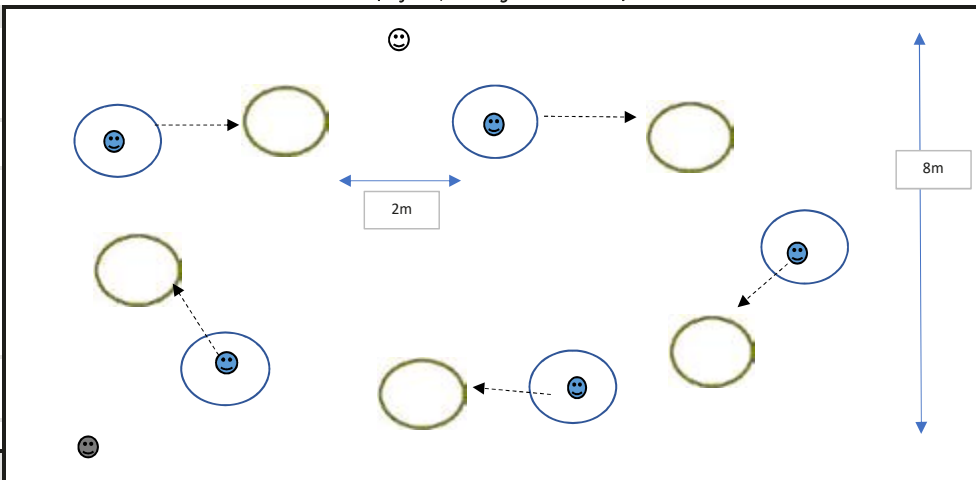
Imiter / Mimer le fait de réaliser 5 jonglages du pied de son choix sans ballon dans son cerceau bleu.

## REGLES &amp; CONSIGNES

Puis se diriger vers son cerceau jaune. Quand le joueur précédent est dans son cerceau jaune, cela permet au 2ème joueur de démarrer ses jonglages et ainsi de suite. La première équipe qui est terminée le tour de l'horloge gagne la manche.

## CRITERES DE REUSSITE

Marquer le plus de points possible



## COMPOTEMENTS ATTENDUS

## COLLECTIFS (VEILLER À)

## INDIVIDUELS (VEILLER À)

Rotations pour bien respecter les distances

Respect de la réalisation du défis (Vérification par l'animateur)

## VARIABLES

Si 1 seule équipe faire avec un challenge temps

8 jonglages pied fort, 5 jonglages pied faible, 10 jonglages cuisse

Varier les défis : 10 imitations Jonglage Tête en sautant, 10 cloches pieds, 10 sauts de grenouilles, 10 talon fesse, 10 frappes, 5 amortis poitrine et tirs, 10 arrêts de gardien ...

## RAPPELS REGLES SANITAIRES

Principes généraux:

- Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
- 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 élèves

- Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe

- Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)

- Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)

- Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)

Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	15m
	Larg	15m

Durée	TOTALE	12 mins
	SÉQUENCE	6 x 2min

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
	J	😊	5
		😬	5
		😬	

## MATÉRIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Couppelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passe/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE



FICHE N° :	8
------------	---

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)	
Je bouge en musique	

JEUX SCOLAIRES ADAPTES		FIT FOOT		PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL	
EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE		MOTRICITE / COORDINATION	X	AUTRES	

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	

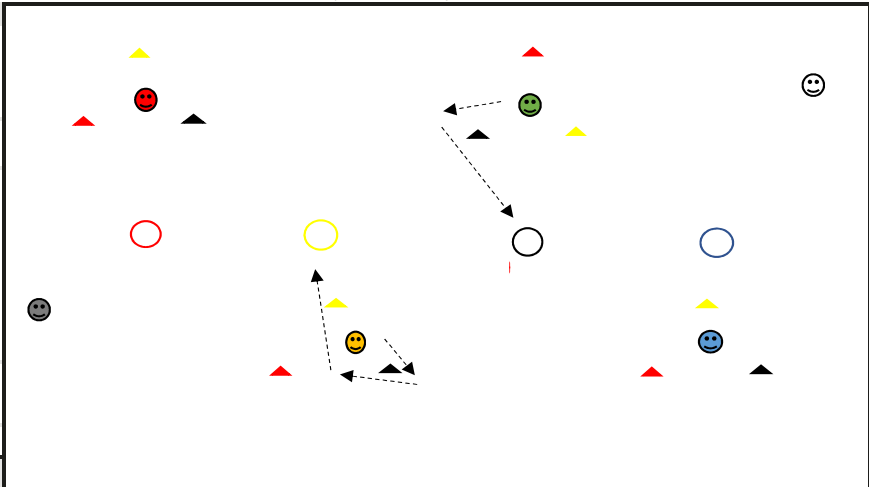
Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	15 m
	Larg	6 m

Durée	TOTALE	12'
	SÉQUENCE	10 à 12" max

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😞	1
	J	😊	2
		😄	2
		😞	2
		😡	2

ORGANISATION	
OBJECTIF	Travail de motricité et capacité de se mouvoir en rythme
BUT	Revenir dans sa zone de départ (traçage ou cerceau) en premier. Départ de son cerceau au début de la musique, les élèves se déplacent dans le triangle de coupelles.
REGLES & CONSIGNES	A la fin de la musique l'animateur annonce une couleur de coupelle et avant de revenir dans son cerceau, l'élève doit contourner la coupelle ciblée.
CRITERES DE REUSSITE	Au départ : chaque élève a un capital de 5 points. - 1 pour le dernier à chaque manche. Avoir le plus de points possible.



COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)	INDIVIDUELS (VEILLER À)
Distance entre les ateliers et élèves	Départ au signal Respecter le parcours

VARIABLES
Si pas assez de matériel, faire un roulement par vague
La musique peut être remplacée par la voix ou un signal visuel
Possibilité de compter les points par équipe
Varié les déplacements : à cloche pied, en pas chassé, talons fesses, avec les bras levés ...

RAPPELS REGLES SANITAIRES

**Principes généraux:**  
 ~ Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)  
 ~ Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant  
 ~ 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 élèves  
 ~ Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe  
 ~ Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)  
 ~ Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)  
 ~ Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)



MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passé/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE



FICHE N° :	9
------------	---

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)
Jeux du miroir

JEUX SCOLAIRES ADAPTES				FIT FOOT				PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL	
EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE				MOTRICITE / COORDINATION		X		AUTRES	
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	10m
	Larg	10m

Durée	TOTALE	12'
	SÉQUENCE	15' maximum

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
	J	😊	5
		😬	5
		😞	
	😡		

ORGANISATION

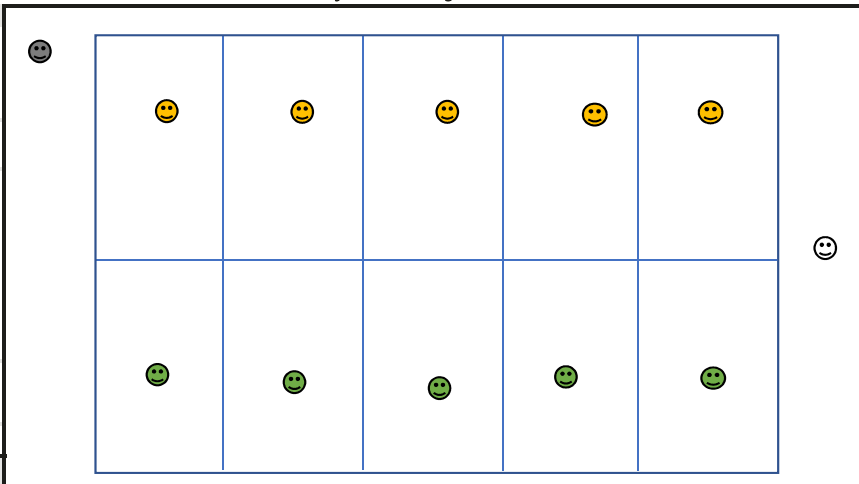
OBJECTIF Motricité générale

BUT Reproduire 3 fois le geste technique effectué

Le joueur vert montre l'enchaînement de 2 gestes techniques.  
Le joueur jaune doit les reproduire 3 fois de suite.

REGLES & CONSIGNES Si le mouvement est bien réalisé, le joueur jaune marque 1 point. On inverse ensuite les rôles.  
Quelques gestes techniques possibles :  
passe / contrôle / tir / touche / tête / amorti / passément de jambes / roulette / crochet / rateau / feinte de corps / double contact...

CRITERES DE REUSSITE Chaque joueur qui réussit le défi rapporte 1 point à son équipe



COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À)

INDIVIDUELS (VEILLER À)

- Encourager
- Valoriser
- Animer
- Choisir les binômes par niveau d'expertise motrice

RAPPELS REGLES SANITAIRES

- Principes généraux:**
- ~Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
  - ~Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
  - ~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 élèves
- ~Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- ~Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)

VARIABLES

- Rajouter une action motrice (sauter / montée de genoux / talons aux fesses / s'agenouiller / tourner sur soi-même...)
- Augmenter le nombre de gestes techniques par enchaînement.
- Tous les joueurs de l'équipe doivent montrer le même mouvement "Battle" et sur le même rythme.

MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passer/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie



## SEANCE DE REPRISE D'ACTIVITE

FICHE N° :

10

SPECIALITE (Ateliers, parcours, ...)

Musi rythme

JEUX SCOLAIRES ADAPTES

FIT FOOT

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

EXERCICES / DEFIS TECHNIQUE

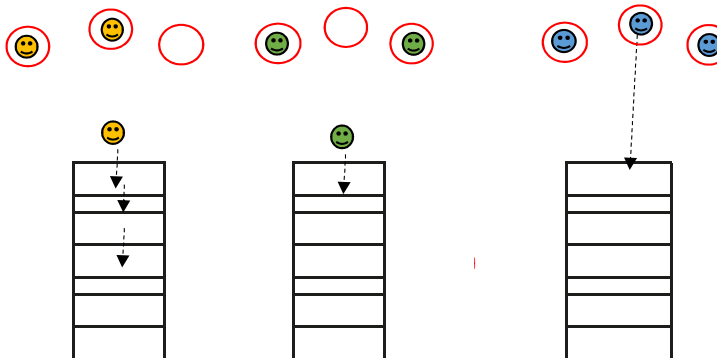
MOTRICITE / COORDINATION

X

AUTRES

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 Amélioration de la coordination en rythme

BUT Faire l'atelier sans erreur = 1pt

Faire des appuis sur échelle de rythme (ou coupelles ou marquage au sol ou sans matériel). Le tempo est donné par l'éducateur (musique ou frapper dans ses mains ou à la voix 1, 1-2, vite lent ...).

REGLES & CONSIGNES Travailler par vague si vous n'avez pas la possibilité de faire beaucoup d'ateliers.

Cerceaux servent de maison. 2m entre chaque.

CRITERES DE REUSSITE Marquer le plus de points pour son équipe

## COMPORTEMENTS ATTENDUS

## COLLECTIFS (VEILLER À)

Distance entre les élèves et ateliers

Attendre que l'élève soit dans sa maison avant de faire partir le suivant

## INDIVIDUELS (VEILLER À)

Coordination des appuis

Utilisation des bras

## RAPPELS REGLES SANITAIRES

## Principes généraux:

- ~Appliquer les gestes barrières (cf. image Covid-19)
- ~Porter obligatoirement un masque pour l'intervenant
- ~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 élèves
- ~Maintenir la distanciation sociale d'au moins 2m entre l'intervenant et le groupe
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves à l'arrêt et les temps de repos (Espace individuel minimum de 4m2)
- ~Maintenir la distanciation sociale entre les élèves en mouvement (5m minimum pour la marche - 10m minimum pour la course)
- ~Maintenir la distanciation sociale de 1,5m en latéral entre 2 élèves lors des courses (Couloir entre deux élèves)

**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 élève)

Espace utilisé	Cour d'école	X
	Enceinte sportive	X
	Autres	

Types	Sans ballon	X
	Avec ballon	
	Sans puis avec ballon	

Surface	Long	10 m
	Larg	8m

Durée	TOTALE	12'
	SÉQUENCE	6x2'

Effectifs	Educ	😊	1
	GPS	😬	1
	J	😊	3
		😬	3
		😞	3
		😡	3

## MATERIEL

Buts	
Jalons	
Cônes	
Cerceaux	
Coupelles	
Ballons	
Déplacement	
Conduite	
Passe/tir	

Possibilité de tracer les aires ou zones à la craie