

# PLATEAU FOOT À 5 ÉVOLUTION

## PLATEAU À 5 ÉQUIPES

### Équipes présentes

|            |  |
|------------|--|
| Équipe A : |  |
| Équipe B : |  |
| Équipe C : |  |
| Équipe D : |  |
| Équipe E : |  |

### Déroulement du plateau

#### **Durée du plateau : 50' (matches et jeux)**

|               | Match 1 | Match 2 | Parcours ou jeu |
|---------------|---------|---------|-----------------|
| 1ère rotation | AB      | CD      | E               |
| 2ème rotation | AE      | BC      | D               |
| 3ème rotation | BE      | AD      | C               |
| 4ème rotation | AC      | DE      | B               |
| 5ème rotation | BD      | CE      | A               |

#### **Temps de jeu pour une rotation : 10'**

|                          | <b><i>Les jeux à mettre en place</i></b>                   |
|--------------------------|--|
| Samedi 29 septembre 2018 | Ballon but   |
| Samedi 6 octobre 2018    | Stop Ball  |
| Samedi 13 octobre 2018   | Multi-but  |
| Samedi 3 novembre 2018   | Atelier du programme Educatif Fédéral - Santé              |
| Samedi 10 novembre 2018  | 3 contre 3   |
| Samedi 17 novembre 2018  | Ballon au capitaine  |
| Samedi 24 novembre 2018  | Stop Ball 4 coins  |
| Samedi 2 mars 2019       | Ballon aux capitaines                                      |
| Samedi 9 mars 2019       | <b><i>Interclub</i></b>                                    |
| Samedi 16 mars 2019      | Défendre son but   |
| Samedi 23 mars 2019      | Atelier du programme Educatif Fédéral - Engagement citoyen |
| Samedi 30 mars 2019      | Ballon au capitaine (Occupation de l'espace)               |
| Samedi 27 avril 2019     | Jeu sur les côtés (Occupation de l'espace)                 |
| Samedi 4 mai 2019        | Atelier du programme Educatif Fédéral - Environnement      |
| Samedi 11 mai 2019       | <b><i>Journée nationale des Débutants</i></b>              |
| Samedi 18 mai 2019       | Stop Ball (Conserver-Progresser)                           |
| Samedi 25 mai 2019       | 2 buts à Attaquer-2 buts à défendre (Déséquilibrer-Finir)  |



Les jeux sont à mettre en place en lien avec votre programmation (cf l'exemple de programmation sur le site du district et dans le livret de l'accompagnateur). Cela permet à l'enfant de reconnaître le jeu et de mieux se l'approprier.

Les jeux sont à retrouver sur le site du District Oise Football - Onglet "Jeunes" - "Evolution - Découverte" et **sur les feuilles de plateaux.**