

LA PHASE DE DEVELOPPEMENT 2 CONTRE 2 : 5-7 ANS

1+K/1+K (5 - 7ans) débutants	2/2	U6 Accoutumance au ballon U7 Jeux d'opposition	Football as a dribbling and shooting game
---	------------	---	--

DESCRIPTION DE LA SITUATION DE JEU

1ère phase: les enfants jouent l'un à côté de l'autre.

2ème phase: les enfants jouent l'un contre l'autre (= jeux d'opposition) → 1-1 (le duel): conduire et dribbler avec l'objectif de marquer.

PSYCHOMOTRICITE

1ère phase

Capacités générales de mouvement du corps avec le ballon
Coordination oeil-main, oeil-pied: frapper, jeter et cueillir

2ème phase

B+: se mouvoir avec la balle au pied, conduites, dribbles et frappes au but
B-: récupérer la balle et éviter d'encaisser un but

PHYSIQUE

- **FORCE:** peu développée
- **SOUPLESSE:** très souple, souplesse générale
- **ENDURANCE:** course peu économique (beaucoup de perte d'énergie), vite fatigué (MAIS aussi récupération rapide)
- **VITESSE:** vitesse de réaction sous forme de jeu
- **COORDINATION:** peu de maîtrise corporelle, peu de sens de l'équilibre, peu de perception du corps, du temps et de l'espace, pas de pied de préférence (pas de dominance gauche ou droite)

MENTAL

- Grande spontanéité
- Adore jouer et prendre du plaisir
- Moi-je au centre de son monde
- Grande envie de bouger et vite fatigué
- Concentration: la longue période de concentration est impossible
- Attaché à son formateur de jeunes
- N'a d'yeux que pour son formateur de jeunes
- Imité toujours son formateur de jeunes



Pour les 6 - 7 ans, le duel représente la situation idéale d'apprentissage.