

# Conduite et relais

Auteur(s) : Ministère de l'Éducation nationale, FFF, USEP

Compétences visées : être capable, en courant, de toucher le ballon à chaque pas et être capable de choisir la partie du pied (intérieur, extérieur) la plus adaptée pour conduire le ballon efficacement.

## ESPACE

5 couloirs de relais de 10 à 12 m de long, installés parallèlement. Dans chaque couloir, une coupelle est placée tous les 2 m

## EFFECTIF

5 équipes de 3 à 5 relayeurs  
 5 x 5 maillots de couleurs différentes

## MATÉRIEL PAR TERRAIN

 10 plots  
 10 ballons  
 4 x 5 coupelles de couleurs différentes



© Illustration : Frédéric Estimbre / Play Bac Éditions Spéciales

 Déplacement joueur/ballon

## BUT

- La première équipe qui termine le relais remporte l'épreuve.

## CONSIGNES

- Relais 1 : à tour de rôle, les joueurs conduisent le ballon le long des coupelles, font le tour de la dernière coupelle puis reviennent au point de départ. Ils doivent immobiliser la balle sur la ligne de départ avant que le prochain relayeur puisse partir avec.
- Relais 2 : même principe, mais en slalomant entre les coupelles sans les faire tomber.

## L'ENSEIGNANT OBSERVE QUE :

- les joueurs parviennent à garder le contrôle de la balle malgré leur vitesse, tout en levant la tête pour repérer l'emplacement des coupelles ;
- les joueurs parviennent à conserver leur équilibre (donc à adapter leurs appuis) malgré la vitesse et les changements de direction.

**→ Variantes**

- Effectuer un passage en conduisant le ballon du pied droit, puis un passage avec le pied gauche.
- Imposer un nombre minimal de touches de balle pour effectuer le parcours.