

**Zeitschrift:** Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Herausgeber:** École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Band:** 34 (1977)  
**Heft:** 1  
  
**Rubrik:** Notre leçon mensuelle

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

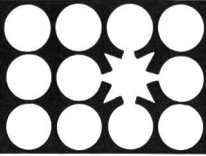
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 07.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# NOTRE LEÇON MENSUELLE

## Football

Thème: tackling

Lieu: terrain de sport

Durée: 40 minutes

Texte et dessins:

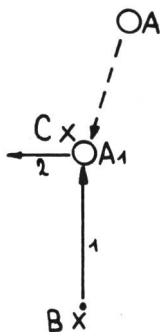
commission de la branche football

## Sprint

Nombre de joueurs: 3 (2:1)

**Déroulement:** «B» passe à ras de terre à «C». «A» (adversaire) essaie immédiatement d'intercepter le ballon par un tackling glissé

**Remarque:** varier les distances entre «A» et «C» (2 à 4 m)

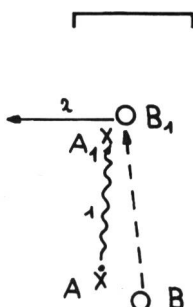


## Duel de course

Nombre de joueurs: 2

**Déroulement:** «A» conduit le ballon en direction du but. «B» le poursuit et essaie, par un tackling glissé, d'empêcher «A» de tirer au but

**Remarque:** dégager vers l'extérieur

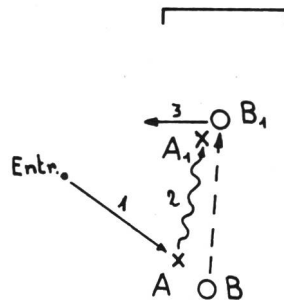


## Réception du ballon et duel de course

Nombre de joueurs: 2 + Entr. (entraîneur)

**Déroulement:** comme plus haut, mais l'exercice débute par une passe de l'entraîneur à «A»

**Remarque:** «B» peut perturber l'action dès l'instant où «A» contrôle le ballon

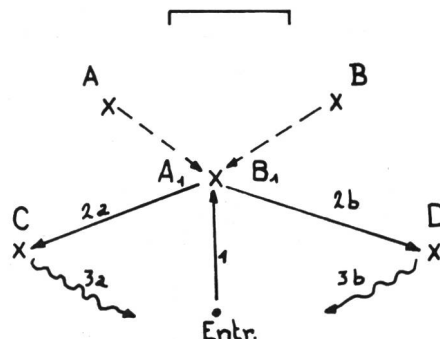


## Jouer vers l'extérieur

Nombre de joueurs: 4 + Entr.

**Déroulement:** l'entraîneur joue en direction du but. «A» et «B» sprintent vers le ballon: tackling. Le joueur qui a eu le dessus joue le ballon vers l'extérieur (à «C» ou à «D»). Puis, le redonner à l'entraîneur

**Remarque:** changer les rôles



## Empêcher le tir au but

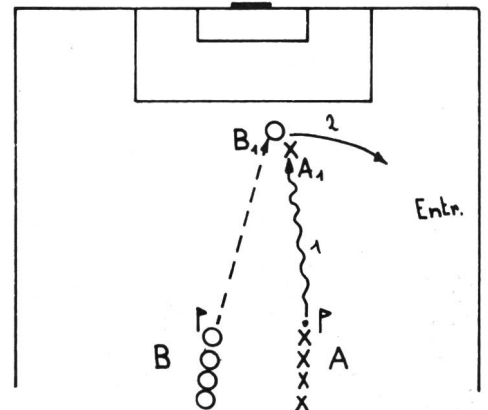
Nombre de joueurs: 2 groupes (défenseurs contre attaquants) + G + Entr.

**Déroulement:** «A» (attaquant) démarre avec le ballon en direction du but, tire au but seulement lorsqu'il a pénétré dans la surface de

réparation. «B» (défenseur) poursuit «A» et essaie, par un tackling, d'empêcher «A» de tirer au but

**Remarque:** dégager vers l'extérieur, changer de côté

**Variante:** démarrage vers un ballon expédié par l'entraîneur

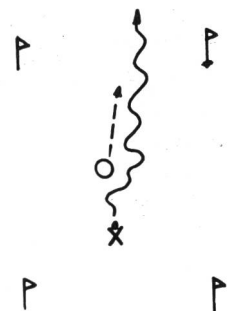


## Duel

Nombre de joueurs: 2

**Déroulement:** jeu 1:1 sur des buts larges. Le ballon doit être «conduit» à travers le but (et non pas «expédié»)

**Remarques:** préparer le tackling par des tacles. Les buts sont larges (10 m)



## Remarque générale

Il s'agit ici d'un thème principal à traiter dans le cadre d'une soirée d'entraînement. Il faudra donc compléter cette partie de leçon par la mise en train, l'enseignement de la technique et l'entraînement de la condition physique.

Jeunesse et Sport

Revue mensuelle  
de l'Ecole fédérale  
de gymnastique et  
de sport  
de Macolin

s'adresse à  
tous les moniteurs  
et à ceux  
qui s'intéressent  
au sport !