



Catégorie/Année d'âge :

Date Entraînement :

Nombre de participants :

Auto-évaluation Rencontre U10-U11

Entraînement - Épreuve de Jonglerie U10 - U11 - Phase 1



NOM DU CLUB RECEVANT :			
N° du Joueur	JONGLAGE PIED DROIT	JONGLAGE PIED GAUCHE	TOTAL
	1 Seul Essai - 30"	1 Seul Essai - 30"	
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
TOTAL DES 8 MEILLEURS RÉSULTATS			
Fiche établie par : n° de licence :			

Signature du coach pour approbation

NOM DU CLUB VISITEUR :			
N° du Joueur	JONGLAGE PIED DROIT	JONGLAGE PIED GAUCHE	TOTAL
	1 Seul Essai - 30"	1 Seul Essai - 30"	
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
TOTAL DES 8 MEILLEURS RÉSULTATS			
Fiche établie par : n° de licence :			

Signature du coach pour approbation

Règlement - Épreuve de Jonglerie U10-U11 Départemental - Phase 1

Toutes les équipes engagées en Critérium Départementaux participent à l'épreuve de jonglerie. Cette épreuve est à réaliser lors des séances d'entraînement afin de familiariser les joueurs et leur encadrement au déroulement de l'épreuve qu'il devront réaliser en Phase 2 face à un adversaire.

Cette épreuve serait par exemple à organiser lors de la 1ère partie de la séance, avant le jeu de découverte de la séance. Les résultats sportifs étant à inscrire sur la fiche ci-jointe (résultat à collecter afin d'évaluer la progression des joueurs sur la Phase 1 et de vous familiariser avec la démarche).

Préconisation : Chaque équipe doit disposer au minimum de 6 à 12 ballons taille 4, afin que chaque binôme de joueurs puisse disposer de son propre ballon. Respecter une distanciation physique de 5 mètres minimum entre les binômes et de 2 mètres au sein d'un binôme pour ne pas gêner le jongleur.

Déroulement : les joueurs des 2 équipes sont associés par 2 sous le format « miroir ». Le n°1 de l'équipe A, avec le n°1 de l'équipe B, etc. Ils sont chargés de compter alternativement les jongles effectuées par le joueur adverse. Ils commencent par la jonglerie « pied droit », départ ballon au sol. A l'issue des 2 séquences effectuées (1 par joueur), ils communiquent leurs résultats aux éducateurs présents ; le joueur de l'équipe A communique le score du joueur B et vice versa. L'éducateur d'une des 2 équipes, note alors les scores sur la feuille sous le regard de l'autre éducateur qui chronomètre. Les joueurs réitèrent ensuite la même procédure pour la jonglerie « pied gauche ».

Le but est de faire le maximum de jongles consécutifs (sans surface de rattrapage) en un temps donné : sur 30" pour le pied droit, puis sur 30" pour le pied gauche, avec obligation de reposer le pied de frappe au sol après chaque touche de balle.

Le signal de départ est donné par l'Éducateur chronomètreur. Si le ballon tombe au sol, ou pour toute autre infraction, avant la fin du temps imparti, le joueur peut jongler à nouveau, en repartant ballon au sol et en reprenant le comptage là où il s'était arrêté, sans repartir de zéro. Il n'y a pas de nombre maximal de jongles à atteindre. **Ce sont les 2 scores obtenus qui sont à retenir par chaque joueur et à inscrire sur la feuille de résultats.**

A l'issue, par équipe, on additionne les 2 résultats (pied D + pied G) de chaque joueur. Puis, on entoure les 8 meilleurs résultats que l'on additionne. Ce résultat « Total des 8 meilleurs » est noté sur la Fiche Jonglerie. **l'équipe disposant du total le plus élevé gagne le défi.**

En cas d'égalité, dans le total des contacts, les équipes seront départagées suivant les critères et l'ordre ci-dessous :

- ☞ 1. Total des 8 meilleurs joueurs puis si nécessaire, addition du total du 9ème et ainsi de suite.
- ☞ 2. Contacts du pied droit uniquement: Total des 8 meilleurs joueurs puis si nécessaire du 9ème et ainsi de suite.
- ☞ 3. Contacts du pied gauche uniquement: Total des 8 meilleurs joueurs puis si nécessaire du 9ème et ainsi de suite.

Bonne mise en place de la procédure en vue de préparer vos joueurs à l'épreuve Technique qui devra être mise en place sur la Phase 2.

