district de LOIRE-ATLANTIQUE

Toutes les informations sur la pratique U10 / U11

# DÉFI JONGLAGE

Déroulement du défi jonglage :

- Se positionner face à son adversaire par ordre croissant
- Passage du pied droit pour tous les joueurs,
- Prise des résultats,
- Passage du pied gauche,
- Prise des résultats

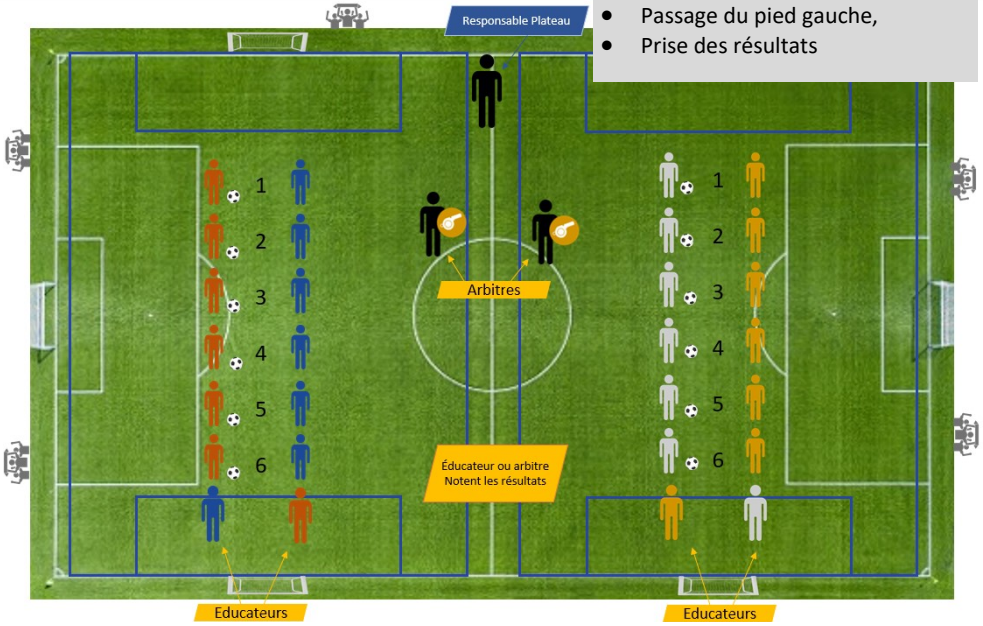
Lors de chaque plateau U10-U11 M et F, avant le début de la première rencontre : réalisation d'un défi jonglage entre deux joueurs de chaque équipe (les deux n°1, les deux n°2, les deux n° 3, etc…).

Si les effectifs sont inégaux, le dernier joueur jongle avec la dernière doublette (groupe de trois joueurs) ou avec l'éducateur de l'équipe adverse.

Les joueurs sont encadrés par un éducateur de chaque équipe : l'éducateur de l'équipe X prend en charge les résultats de l'équipe Y et inversement.

Au signal du responsable de plateau, les joueurs de l'équipe X jonglent et les joueurs de l'équipe Y comptabilisent le nombre de contacts effectués, sous la responsabilité de chaque éducateur. Après les deux essais, inverser les rôles. L'éducateur passe devant chaque binôme pour récupérer les résultats après que les deux joueurs aient réalisé leurs deux essais (un seul essai si 50 atteint au premier essai).

Matériel à prévoir : 1 ballon pour deux joueurs (24 ballons maximum).




Si les 50 contacts ne sont pas réalisés, la meilleure prestation sera retenue.
Aucune surface de rattrapage !

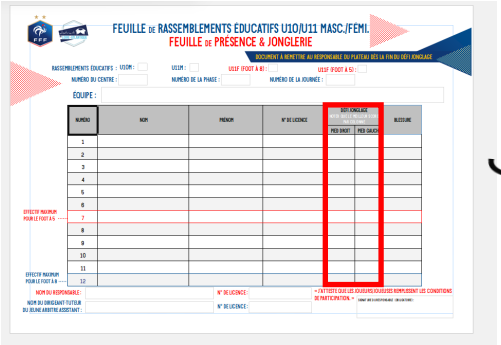
## Objectifs à atteindre :

**Avec le pied droit :**

- Départ ballon au sol ou à la main (au choix)
- 50 contacts maximum
- Essai(s) pendant 1 min
- Interdiction d'utiliser une autre surface de contact que le pied droit

**Avec le pied gauche :**

- Départ ballon au sol ou à la main (au choix)
- 50 contacts maximum
- Essai(s) pendant 1 min
- Interdiction d'utiliser une autre surface de contact que le pied gauche


FEUILLE DE RASSEMBLEMENTS ÉDUCATIFS U10/U11 MASC./FÉMI.
FEUILLE DE PRÉSENCE & JONGLERIE

DOCUMENT À REMETTRE AU RESPONSABLE DU PLATEAU DÈS LA FIN DU DÉFI JONGLAGE

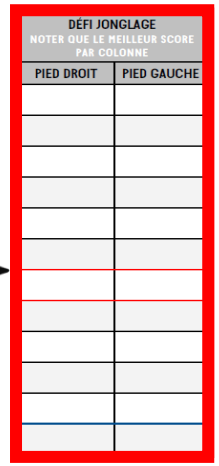
RASSEMBLEMENTS ÉDUCATIFS - USDM : USDR : USLF (FOOT A 8) : USLF (FOOT A 5) :
NUMÉRO DU CENTRE : NUMÉRO DE LA PHASE : NUMÉRO DE LA JOURNÉE :
ÉQUIPE :

| NUMÉRO | NOM | PRÉNOM | N° DE LICENCE | DÉFI JONGLAGE | | ALCOOLÈME |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | PIED DROIT | PIED GAUCHE | |
| 1 | | | | | | |
| 2 | | | | | | |
| 3 | | | | | | |
| 4 | | | | | | |
| 5 | | | | | | |
| 6 | | | | | | |
| 7 | | | | | | |
| 8 | | | | | | |
| 9 | | | | | | |
| 10 | | | | | | |
| 11 | | | | | | |
| 12 | | | | | | |

EFFECTIF MAXIMUM POUR LE FOOT A 5 :
EFFECTIF MAXIMUM POUR LE FOOT A 8 :

NOM DU RESPONSABLE : N° DE LICENCE :
NOM DU DIRIGEANT TUTEUR DU JEUNE ARBITRE ASSISTANT : N° DE LICENCE :

« J'ATTESTE QUE LES JOUEURS ÉQUIPÉS RÉPONDENT LES CONDITIONS DE PARTICIPATION. »
LIRE AVEC ATTENTION AVANT - CALLER PUIS SIGNER


DÉFI JONGLAGE
NOTER QUE LE MEILLEUR SCORE PAR COLONNE

| PIED DROIT | PIED GAUCHE |
|---|---|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |