LES DEFIS - U10/U11 - 1ère et 2ème phases

1 JONGLAGES PIEDS

OBJECTIFS

1. Jonglages pieds

Objectifs : Amélioration de la maitrise du ballon
Travail de coordination

Objectifs chiffrés :

1ère phase : 10 contacts
2ème phase : 15 contacts
3ème phase : 20 contacts

Réalisation du test :

Départ ballon au sol (au bout de 3 tentatives infructueuses, départ ballon à la main autorisé) ; Aucune surface de rattrapage; Utilisation des deux pieds.

Remarques :

Pour un meilleur apprentissage technique, vous pouvez dissocier le travail pied gauche et pied droit comme recommandé dans l'animation technique "les talents d'or".

	18/09/2010 1ère phase	06/11/2010 2ème phase	05/03/2010 Challenge S.
SAVARY ADRIEN	7	6	
JUREK ANTHONY		6	2
PITARCH DAMIEN		16	5
LESOT ARTHUR	6	12	17
COURMONT CHLOE		5	
LELOIR LORICK	2	7	
CANDELIER QUENTIN	6	4	
LE CORRE EWEN		3	
PIERCON THOMAS		3	
DUPRONT MALHORY		9	8
POLICE FLORIAN			3
HOGEMAN EVAN			2
DEBUIRE GUILLAUME			1

LES DEFIS - U10/U11 - 1ère et 2ème phases

2 CONDUITE

OBJECTIFS

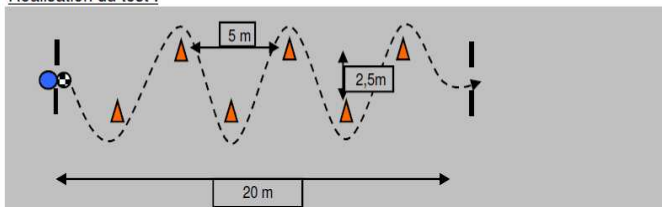
2. Conduite de balle

Objectifs : Amélioration de la maitrise technique

Objectifs chiffrés :

1ère phase : 17 secondes
2ème phase : 16 secondes
3ème phase : 15 secondes

Réalisation du test :



	02/10/2010 1ère phase	20/11/2010 2ème phase	19/03/2011 3ème phase Aller/Retour
SAVARY ADRIEN	17	18	16
JUREK ANTHONY		17	
PITARCH DAMIEN	16	16	
LESOT ARTHUR	17	17	16
COURMONT CHLOE	17		
LELOIR LORICK	17	18	26
CANDELIER QUENTIN	20	18	20
LE CORRE EWEN			
PIERCON THOMAS		22	27
DUPRONT MALHORY		20	24
WACQUET PIERRE			20
HOGEMAN EVAN			20

LES DEFIS - U10/U11 - 1ère et 2ème phases

3 JONGLERIE TÊTE

OBJECTIFS

3. Jonglage tête

Objectifs : Amélioration de la maitrise du ballon
Travail de coordination

Objectifs chiffrés :

1ère phase : 4 contacts
2ème phase : 6 contacts
3ème phase : 8 contacts

Réalisation du test :

Départ balle à la main. 2 essais.

	09/10/2010 2ème phase	05/03/2010 Challenge S.
SAVARY ADRIEN	3	
JUREK ANTHONY	2	2
PITARCH DAMIEN	4	2
LESOT ARTHUR	3	1
COURMONT CHLOE	3	
LELOIR LORICK	2	
CANDELIER QUENTIN	2	
LE CORRE EWEN		
PIERCON THOMAS		
DUPRONT MALHORY		2
POLICE FLORIAN		1
HOGEMAN EVAN		2
DEBUIRE GUILLAUME		3

LES DEFIS - U10/U11 - 1ère et 2ème phases

4 FRAPPES

OBJECTIFS

4. Frappe de balle

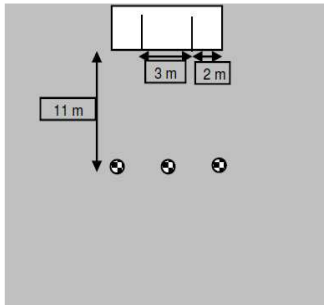
Objectifs : Amélioration technique

Objectifs chiffrés :

1ère phase : 3 points
2ème phase : 4 points
3ème phase : 5 points

Réalisation du test :

Chaque enfant réalise 3 frappes au but.
Pour chaque frappe, AUCUN rebond accepté.
3 pts = tir dans les portes extérieures
1pt = tir direct dans porte du milieu
0 pt = pour tout autre tir



	16/10/2010
SAVARY ADRIEN	4
JUREK ANTHONY	5
PITARCH DAMIEN	3
LESOT ARTHUR	
COURMONT CHLOE	
LELOIR LORICK	6
CANDELIER QUENTIN	7
LE CORRE EWEN	
PIERCON THOMAS	
DUPRONT MALHORY	

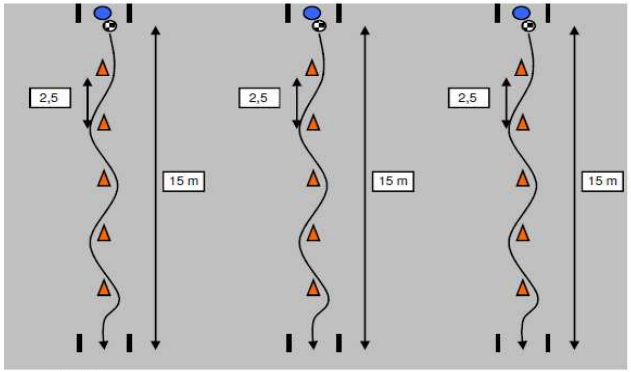
LES DEFIS - U10/U11 - 3ème phase

5 CONDUITE

	12/03/2010 Marcelcave	12/03/2010 Harbonnirères
SAVARY ADRIEN	1	0
JUREK ANTHONY		
PITARCH DAMIEN		
LESOT ARTHUR	0	1
COURMONT CHLOE		
LELOIR LORICK	0	1
CANDELIER QUENTIN	0	1
LE CORRE EWEN		
PIERCON THOMAS	1	0
DUPRONT MALHORY	0	0
WACQUET PIERRE	0	0
HOGEMAN EVAN	0	1

OBJECTIFS

1. Le défi conduite



Consignes :

Le défi est réalisé à deux équipes ou trois équipes selon le niveau. En fonction du travail effectué à l'entraînement, les éducateurs de chauqe équipe forment des trio de niveaux avec les joueurs des 3 équipes (A1+B1+C1; A2+B2+C2…). Chaque trio dispute 2 manches. Le joueur qui franchit le premier la porte d'arrivée le premier remporte son défi. A la fin de chaque manche on comptabilise le nombre de défis gagnés par équipe.

LES DEFIS - U10/U11 - 3ème phase

6 JONGLERIES

//2010
SAVARY ADRIEN
JUREK ANTHONY
PITARCH DAMIEN
LESOT ARTHUR
COURMONT CHLOE
LELOIR LORICK
CANDELIER QUENTIN
LE CORRE EWEN
PIERCON THOMAS
DUPRONT MALHORY

OBJECTIFS

2. Le défi jonglerie

Avant la rencontre, les éducateurs réalisent des bînomes avec un joueur de chaque équipe. Il est donné un ballon par bînome. Chaque joueur compte les jongles de son camarade. Ils vont donner ensemble les résultats au responsable du plateau.

Règles :

. Le ballon est levé au pied
. Aucune surface de rattrapage
. 2 manches par défi :
.1ère manche : jonglages pieds
.2ème manche : jonglages tête
. 2 essais par thème.

LES DEFIS - U10/U11 - Résultats

7 TALENTS

LES TALENTS D'OR

Les "talents d'or" ont pour objectif également d'animer votre travail technique. Il vous permettra de clôturer votre saison par une remise des "talents" lors d'une animation festive dans votre club en présence des parents et dirigeants.

Les objectifs techniques, qui vous sont présentés ci-dessous, sont à titre indicatif. Vous pouvez librement les modifier pour les adapter au niveau de vos joueurs.

Les tests proposés sont les mêmes que ceux proposés le samedi. Vous pouvez, là aussi, apporter des modifications selon votre programmation et vos objectifs techniques.

Talent de bronze	Je jongle 8 fois avec les pieds sans rebond, 5 fois avec la tête ; Je conduis le ballon en moins de 19 s ; Je frappe le ballon à 11 m et réussi au moins 3 pts.
Talent d'argent	Je jongle 10 fois avec les pieds sans rebond ; 6 fois de la tête ; Je conduis le ballon en moins de 17 s ; Je frappe le ballon à 11 m et réussi 4 pts.
Talent de Vermeil	Je jongle 10 fois avec "mon pied fort", 5 fois avec "mon pied moins fort", 8 fois de la tête ; Je conduis le ballon en moins de 16 s. ; Je frappe le ballon à 11 m et réalise 5 pts.
Talent d'or	Je jongle 15 fois avec "mon pied fort", 7 fois avec "mon pied moins fort", 10 fois de la tête ; Je conduit le ballon en moins de 15 s. ; Je frappe le ballon à 11 m et réalise 6 pts.

	PIEDS	TETE	COND.	FRAPPE
SAVARY ADRIEN	7	3	17	4
JUREK ANTHONY	6	2	17	5
PITARCH DAMIEN	16	4	16	3
LESOT ARTHUR	17	3	17	0
COURMONT CHLOE	5	3	17	0
LELOIR LORICK	7	2	17	6
CANDELIER QUENTIN	6	2	18	7
LE CORRE EWEN	3	0	0	0
PIERCON THOMAS	3	0	22	0
DUPRONT MALHORY	9	0	20	0

PAS DE TALENTS DE DECERNES !!!