



Cette fiche est à retourner avec la feuille de plateau par le club recevant

Date : ..... Club Receiving : .....

Type de défi :                      Jonglage                          Conduite   

**REGLEMENT**

Avant tous les plateaux U11, tous les joueurs doivent effectuer le défi. Tous les joueurs portant le même numéro sur la feuille de plateau effectuent le défi ensemble. Les différents défis sont expliqués au verso de la feuille. Les défis sont pris en compte à égalité du nombre de joueurs présents dans les équipes et tous doivent l'effectuer.

**LEGENDE** : Inscrire dans la case - G si défi gagné - N pour nul - P pour Perdu

	<u>EQUIPE :</u>	<u>EQUIPE :</u>	<u>EQUIPE :</u>	<u>EQUIPE :</u>
<b>N° sur la feuille de plateau</b>	<b>G - N - P</b>	<b>G - N - P</b>	<b>G - N - P</b>	<b>G - N - P</b>
Numéro 1				
Numéro 2				
Numéro 3				
Numéro 4				
Numéro 5				
Numéro 6				
Numéro 7				
Numéro 8				
Numéro 9				
Numéro 10				
Numéro 11				
Numéro 12				
<b>TOTAL DE DEFIS GAGNES</b>				

Equipe vainqueur du défi : .....

Responsable du défi :

Remarques éventuelles :



**Avant chaque rencontre du plateau, les équipes effectuent le défi demandé. Les résultats sont notés sur la feuille de défis, celle-ci doit être renvoyée avec la feuille de plateau.**

**REGLEMENT** : Avant tous les plateaux U11, tous les joueurs doivent effectuer le défi. Tous les joueurs portant le même numéro sur la feuille de plateau effectuent le défi ensemble. Les défis sont pris en compte à égalité du nombre de joueurs présents dans les équipes, mais tous doivent l'effectuer.

## LE DEFI JONGLAGE



Tous les joueurs des équipes portant le même numero jonglent ensemble. L'un jingle, les autres comptent. **1'30 de jonglage par joueur** : il faut faire le maximum de touches (pieds, tête, poitrine, genoux autorisés).

Le départ du ballon se fait au sol ou à la main au choix du joueur

Le joueur ayant effectué le meilleur score gagne son défi.

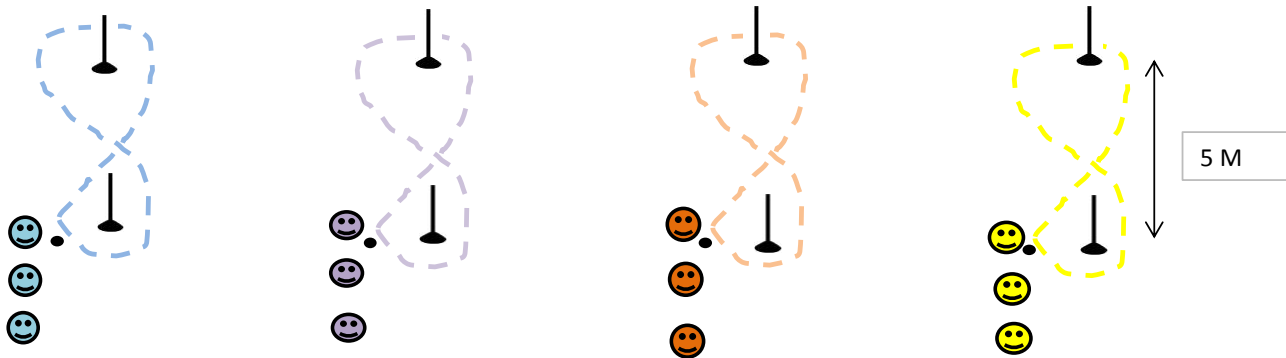
Il faut inscrire les résultats sur la feuille des défis. L'équipe qui aura gagné le plus de défis individuels gagne le défi.

**Remarques** : en fonction du niveau des joueurs et en accord entre les éducateurs il est possible de proposer d'autres formes de jonglages : uniquement pied fort , jonglage alterné .. Ou faire deux temps de 1'30 : un sur le pied fort , l'autre sur la tête et cumuler les deux performances .. Imposer le départ du ballon au sol ..

Le principal étant que chaque groupe de joueurs ait le même objectif .

## DEFI CONDUITE EN 8

possibilité d'utiliser des cônes ou des coupelles s'il n'y a pas de piquets .



Tous les joueurs portant le même numéro effectuent le slalom en 8. Ils partent au signal d'un éducateur. Le joueur qui immobilise le premier le ballon à côté du piquet ( pied sur le ballon ) , en réalisant le slalom sans faute, remporte son défi. Tous les joueurs passent ainsi de suite . Il faut inscrire les résultats sur la feuille des défis. L'équipe qui aura gagné le plus de défis individuels gagne le défi.

**Faire au minimum autant d'ateliers qu'il y a d'équipes.**

**Remarques** : en fonction du niveau des joueurs et en accord entre éducateurs possibilité de faire plusieurs passages , d'imposer un pied pour la conduite ( gauche/droit ou pied fort / pied faible ) , de proposer l'atelier sous forme de relais , de demander un double 8 , de multiplier les ateliers ..

### **Intérêts des défis techniques :**

- > Démontrer au plus grand nombre l'importance de la répétition de la jonglerie et de la conduite de balle.
- > Vivre une rencontre amicale face à un autre jeune.
- > Démontrer aux enfants, éducateurs et adultes que toutes et tous sont capables de progrès avec les efforts nécessaires.