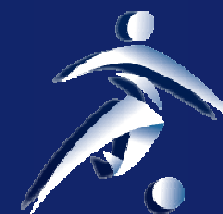




Concours individuel « graine de footballeur »
Réservé aux enfants nés en 2007 (U11)



Présentation des tests « Gardiens de but »





Tests « Gardiens de But »



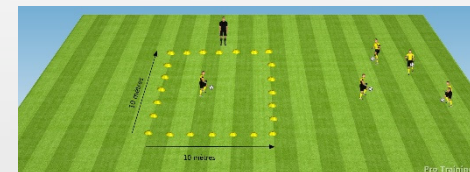
Ces Tests seront réalisés par un spécialiste « Gardiens de but »

Le Foot Amateur



Test n°1 (70 points)

Jonglage arrêté



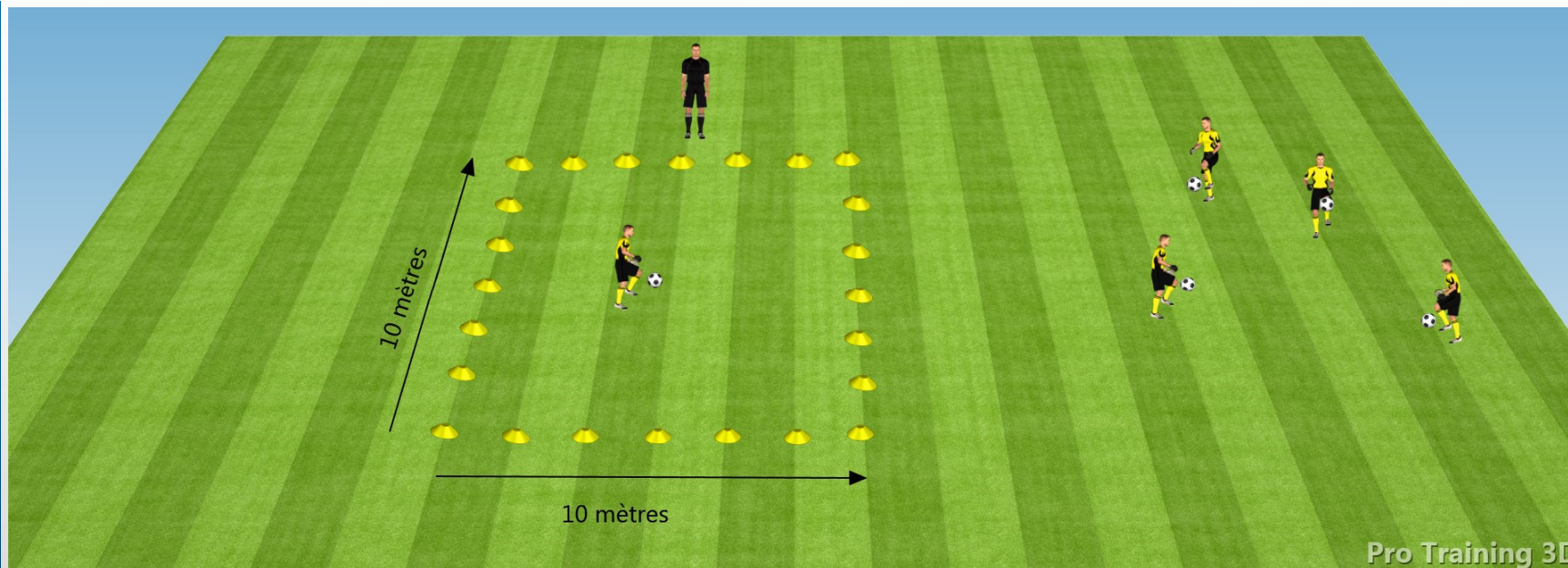
- **Jonglage pied droit**
2 essais, départ ballon à la main : 15 maximum (1 point par contact)
- **Jonglage pied gauche**
2 essais, départ ballon à la main : 15 maximum (1 point par contact)
- **Jonglage libre**
2 essais, départ ballon à la main : 30 maximum (1 point par contact)
- **Jonglage tête**
2 essais, départ ballon à la main : 10 maximum (1 point par contact)

A noter :

- Le joueur peut lever le ballon **avec l'un de ses pieds ou avec les mains.**
- **2 essais** (après quelques minutes d'échauffement) et **le meilleur score sera enregistré.**
- **Aucun contact de rattrapage** n'est autorisé, le responsable doit compter **tous les contacts successifs** et **arrêter le test si tous les contacts ont été effectués.**



Test de Jonglerie statique

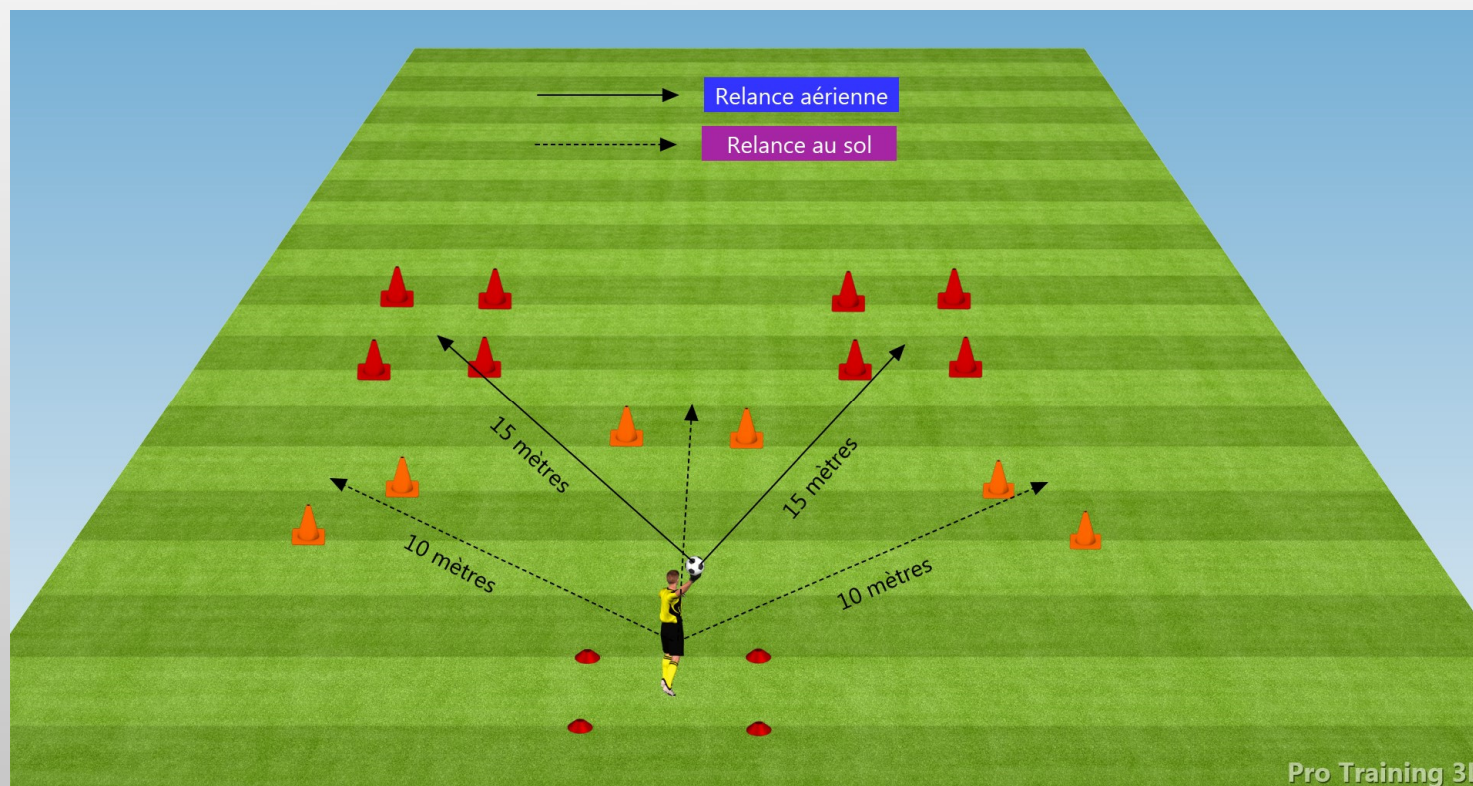


A noter :

- Le joueur peut lever le ballon **avec l'un de ses pieds ou avec les mains.**
- **2 essais** (après quelques minutes d'échauffement) et **le meilleur score sera enregistré.**
- **Aucun contact de rattrapage** n'est autorisé, le responsable doit compter **tous les contacts successifs** et **arrêter le test si tous les contacts ont été effectués.**



Test n°2 (40 points) Relance à la main



A noter :

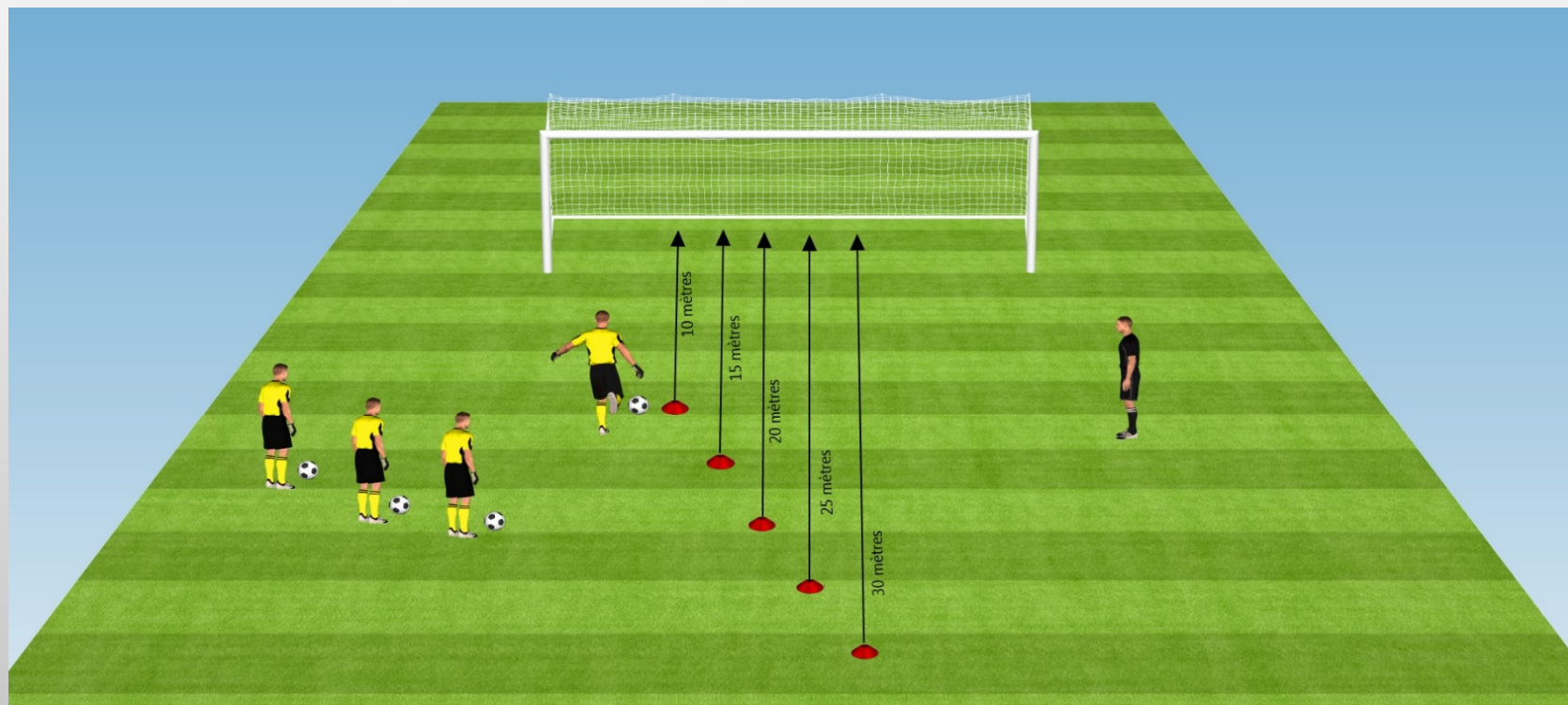
- **10 relances à la main** (2 relances au sol dans chaque porte et 2 relances aériennes dans chaque carré)
- Si objectif atteint (ballon dans la porte ou dans la zone) = **4 points**
- Si ballon atteint la zone à 15 mètres en roulant = **2 points**
- Si objectif non atteint = **0 point**



Test de relance au pied

Test n°3 (40 points)

Relance au pied



A noter :

- **5 ballons à frapper** sur petit but de terrain U11 (1 frappe par plot)
- **A 10 mètres** : But sans toucher le sol = **4 points** ; But en touchant le sol = **2 points**
- **A 15 mètres** : But sans toucher le sol = **6 points** ; But en touchant le sol = **4 points**
- **A 20, 25 et 30 mètres** : But sans toucher le sol = **10 points** ; But en touchant le sol = **5 points**

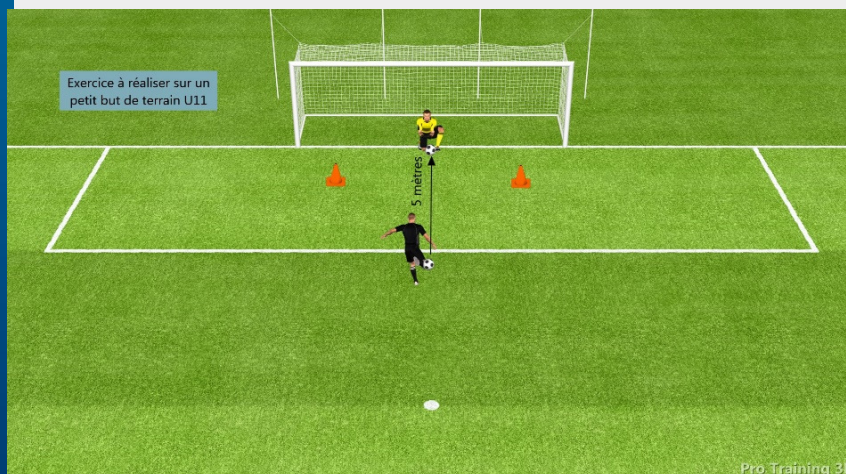
Si non cadré ou poteau ou barre transversale = 0 point



Test Déplacement + prise de balle au sol et
demi hauteur

Test n°4 (60 points)

Déplacement + prise de balle au sol et demi hauteur



A noter :

- **12 frappes dosées** par l'éducateur sur petit but de terrain U11.
- **Pour les ballons mi hauteur sur les côtés, le ballon sera envoyé à la main par l'éducateur.**
- 2 frappes au sol à droite + 2 frappes au sol à gauche + 2 frappes au sol dans l'axe du but
- puis**
- 2 frappes mi hauteur à droite + 2 frappes mi hauteur à gauche + 2 frappes mi hauteur dans l'axe du but

Si ballon capté = **5 points** ; Si ballon relâché = **3 points**



Test Déplacement + prise de balle au sol et
demi hauteur

Exercice à réaliser sur un
petit but de terrain U11

5 mètres

Prise de balle au sol sur le
côté (2 à droite + 2 à gauche)

Ballon frappé au pied de l'éducateur

Exercice à réaliser sur un
petit but de terrain U11

3 mètres

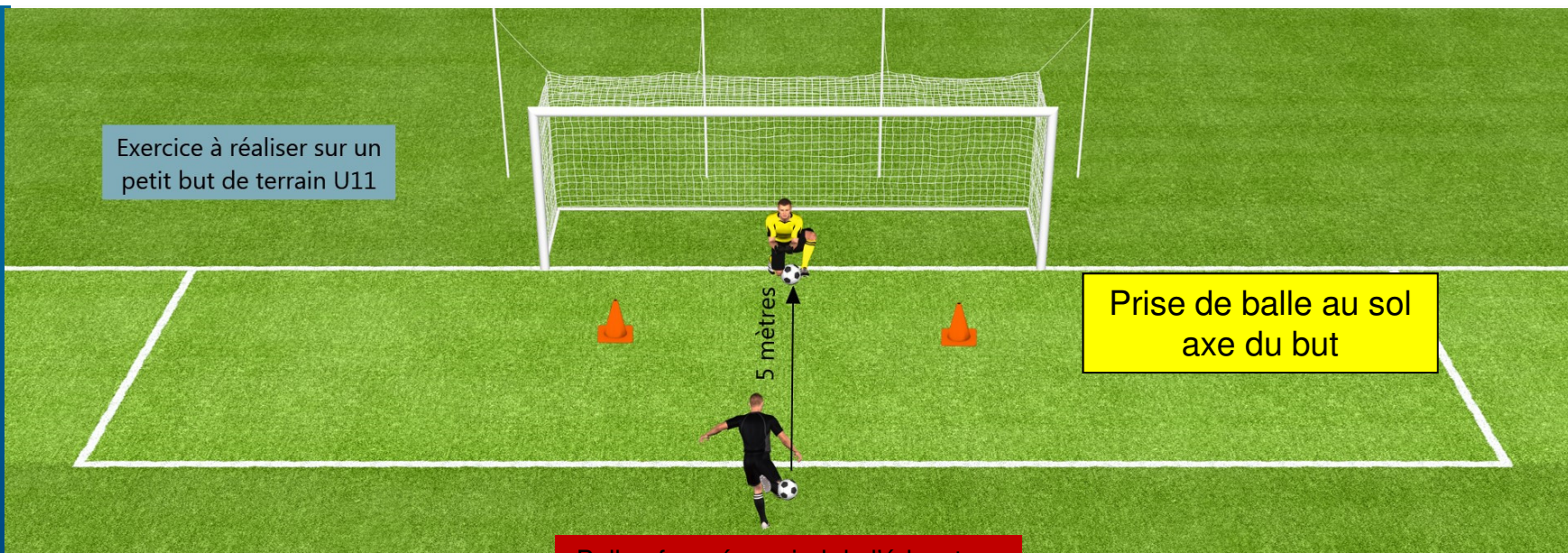
Prise de balle à mi hauteur sur le côté
(2 à droite + 2 à gauche)

Ballon lancé à la main par l'éducateur



Test Déplacement + prise de balle au sol et
demi hauteur

Exercice à réaliser sur un
petit but de terrain U11



Prise de balle au sol
axe du but

Ballon frappé au pied de l'éducateur

Exercice à réaliser sur un
petit but de terrain U11



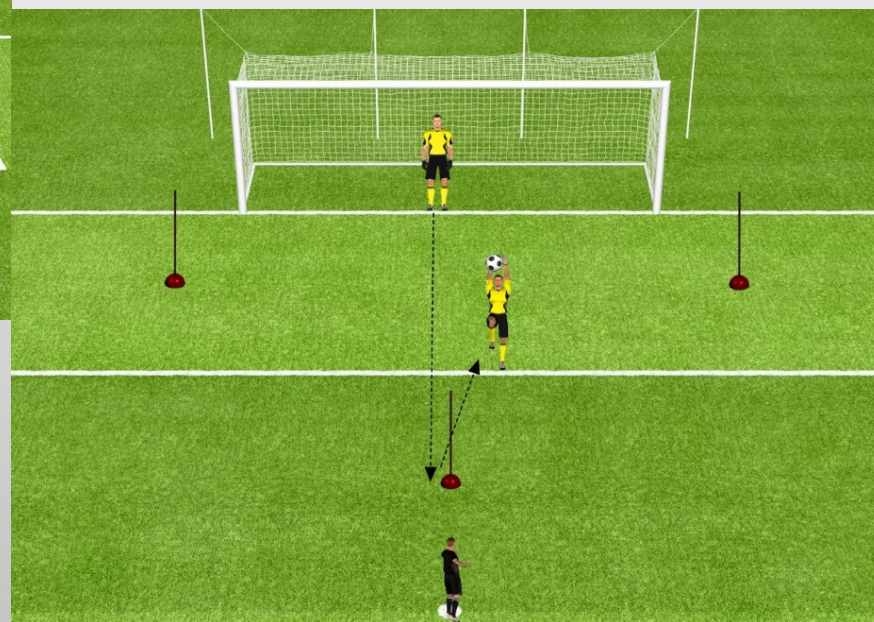
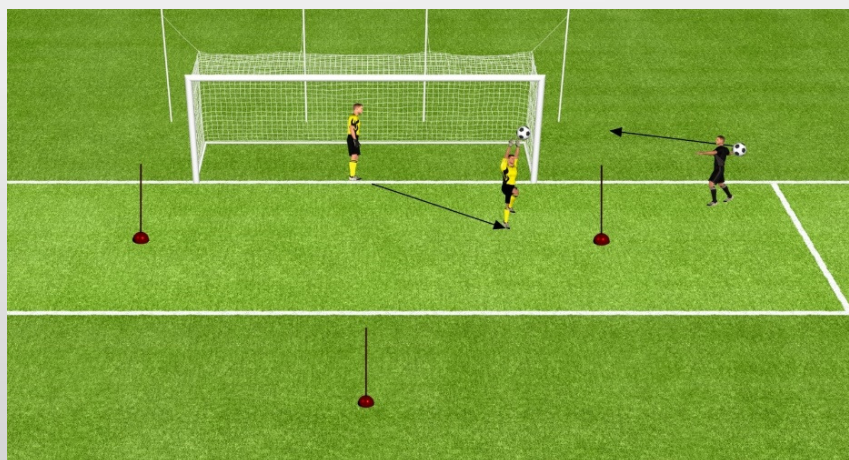
Prise de balle mi hauteur
axe du but

Ballon frappé au pied de l'éducateur



Test n°5 (40 points)

Déplacement + prise de balle aérienne



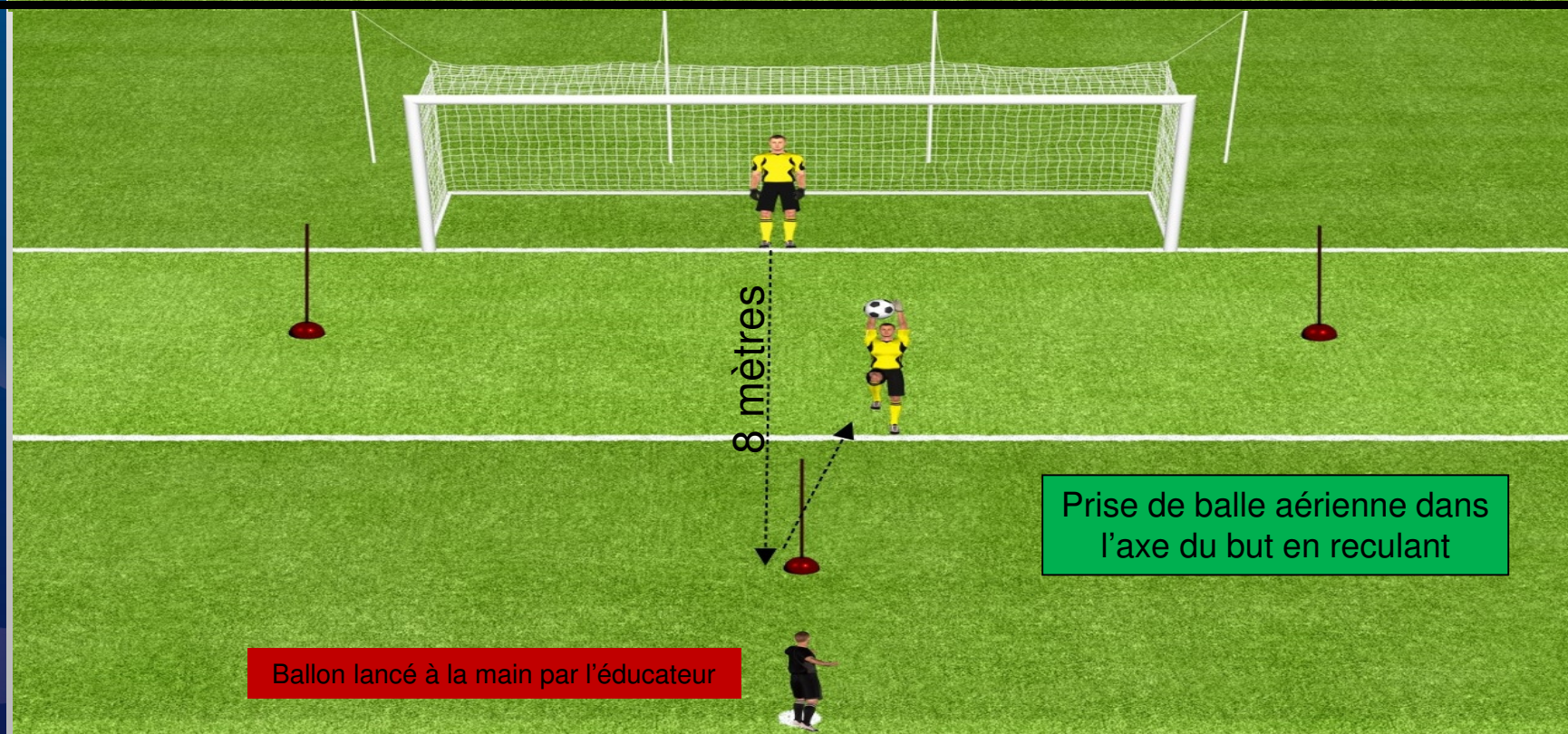
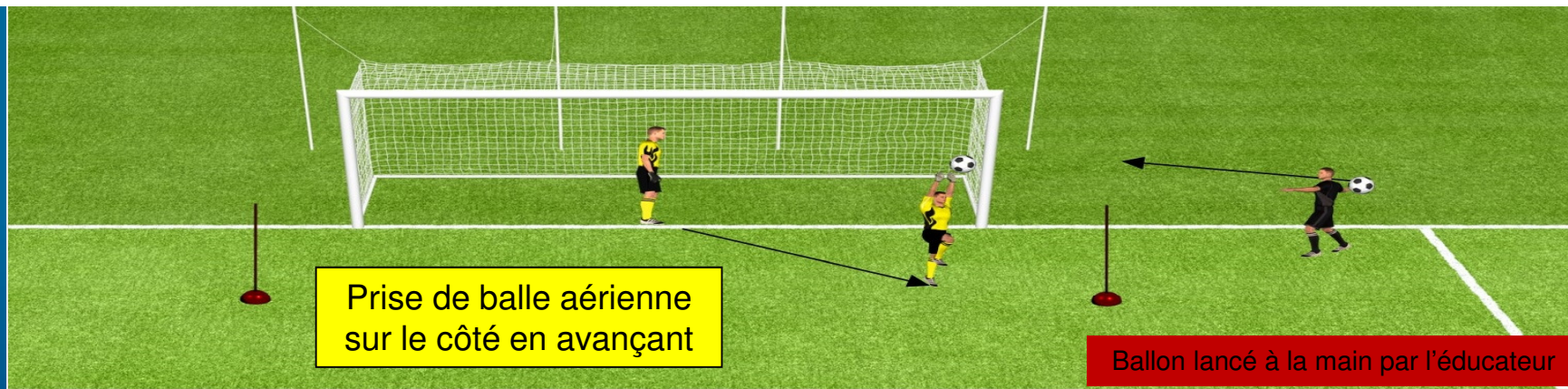
A noter :

- **12 ballons aériens dosés** par l'éducateur sur petit but de terrain U11.
- 4 ballons côté gauche en avançant + 4 ballons axe en reculant + 4 ballons côté droit en avançant

Si ballon capté = **5 points** ; Si ballon relâché = **3 points**



Test Déplacement + prise de balle aérienne





Évaluation rencontres 5 c 5 (ou 7 c 7)

Rencontres 5 contre 5 (ou 7 contre 7) Non évaluées pour le concours !



Le Foot Amateur



A vous de jouer !!!



Le Foot Amateur