



# **Concours individuel « graine de footballeur »**

## **Réservé aux enfants nés en 2008 (U11)**



**Présentation des tests « Gardiens de but »**





## Tests « Gardiens de But »



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



# 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

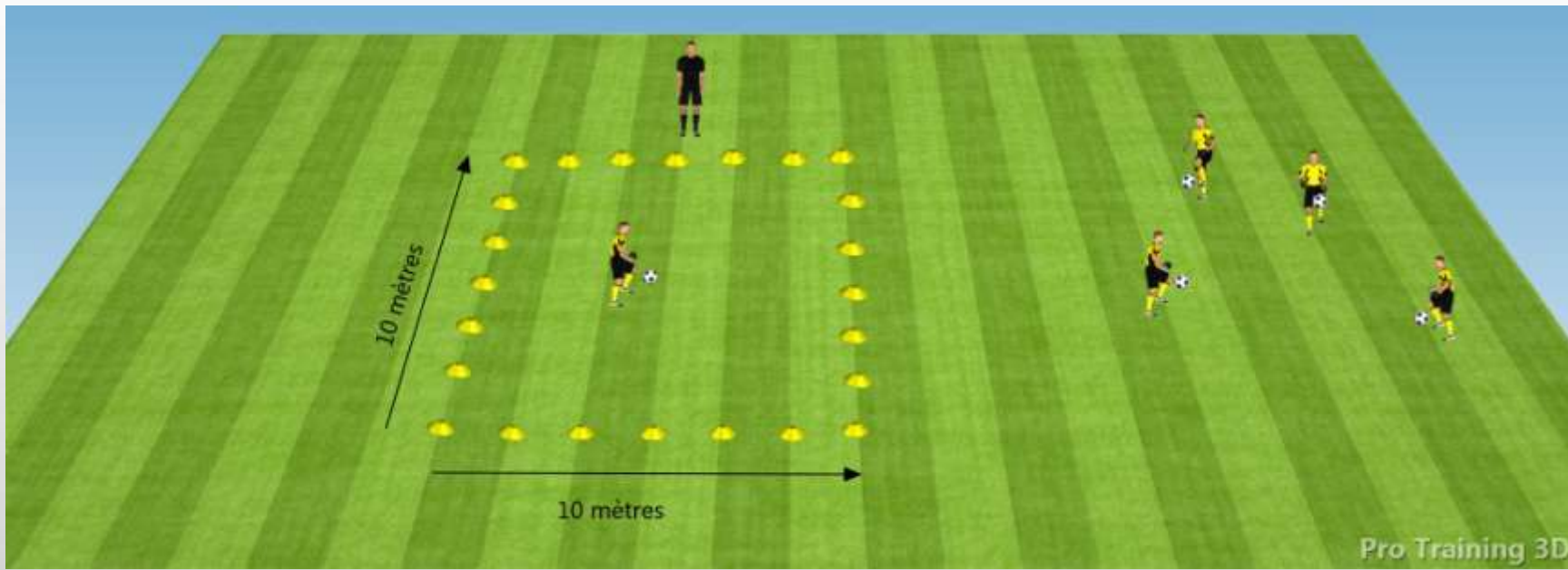
2 essais, départ ballon à la main : 30 maximum (1 point par contact)

### - 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.**



### A noter :

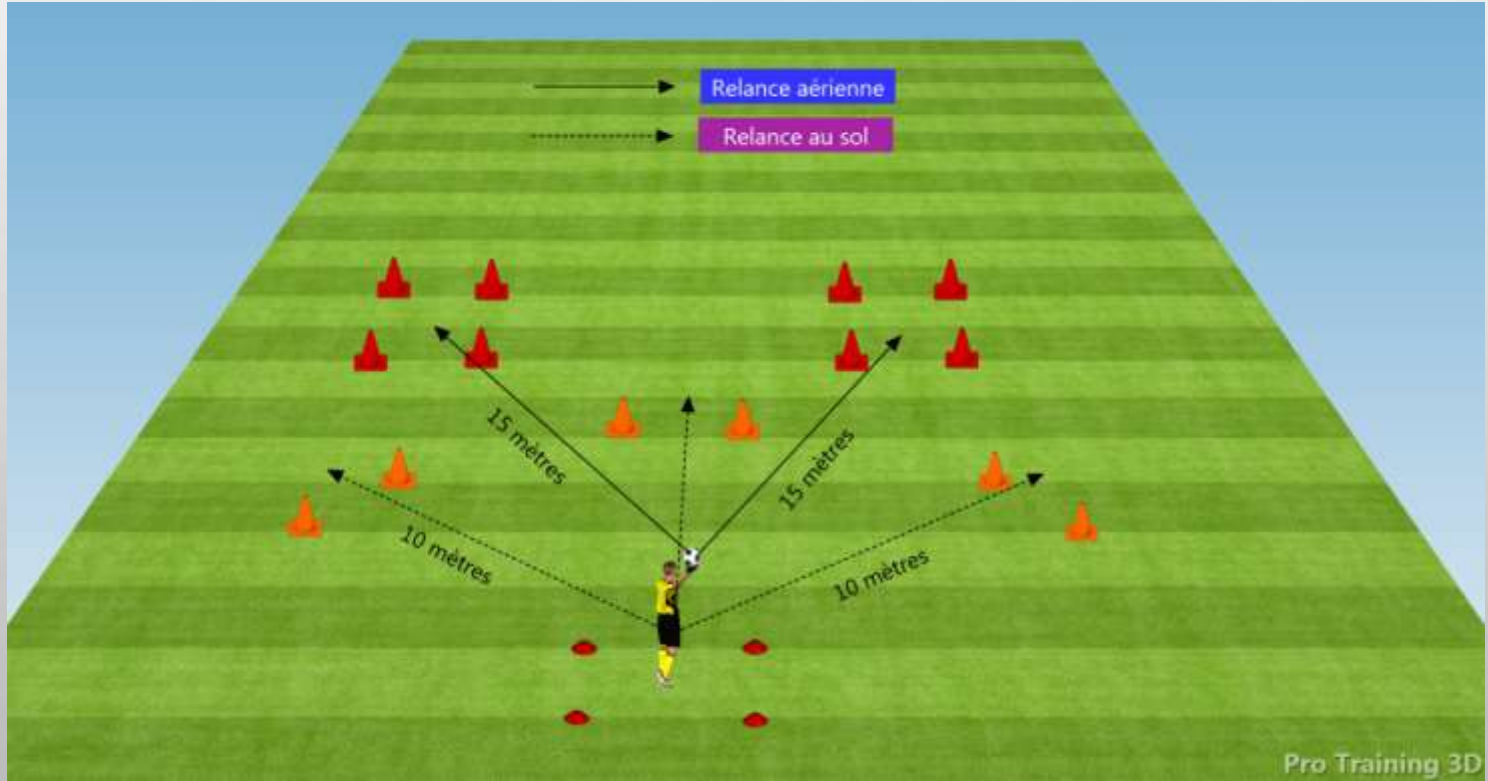
- Le joueur peut lever le ballon **avec l'un de ses pieds** ou **avec les mains**.
- **2 essais** (après quelques minutes d'échauffement) et **le meilleur score sera enregistré**.
- **Aucun contact de rattrapage** n'est autorisé, le responsable doit compter **tous les contacts successifs** et **arrêter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



# Test n°2 (40 points)

## Relance à la main

Test de relance à la main



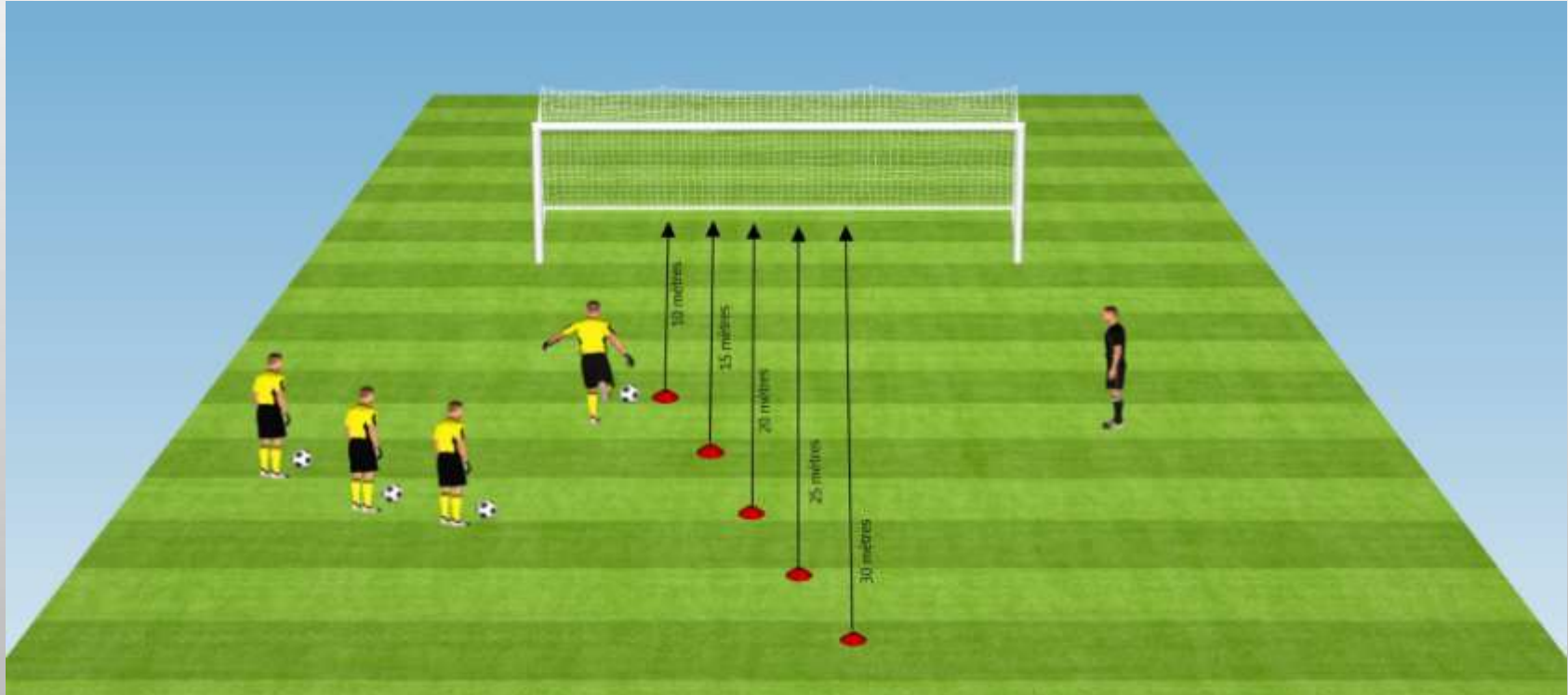
### A noter :

- **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 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 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



Ballon frappé au pied de l'éducateur

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

Exercice à réaliser sur un  
petit but de terrain U11



Ballon lancé à la main par l'éducateur

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





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 (60 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

