

Concours « Graine de Footballeur » - Finale



Tests Joueurs

District des Ardennes de Football





Concours U11 – Finale

**Au total :
180 points**

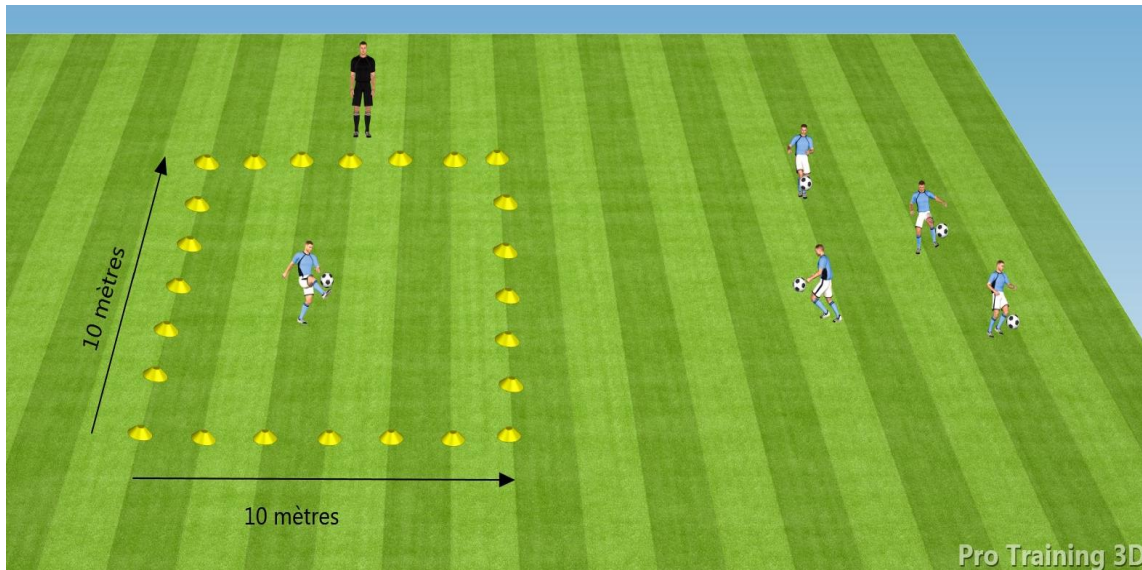
Test n°1 – JONGLERIE STATIQUE



Dans l'espace délimité, le joueur doit réaliser au maximum :

- 50 jonglages pied droit
- 50 jonglages pied gauche
- 50 jonglages libre
- 30 jonglages de la tête

- Le joueur peut lever le ballon avec l'un de ses pieds.
- Pour le pied droit et pied gauche, aucun contact de rattrapage (genoux, tête, cuisse ou autre partie du corps) n'est autorisé.
- Pour le jonglage libre, toutes les surfaces du corps (genoux, tête, cuisses) sont autorisés (sauf les mains).
- 2 essais pour chaque test et seul le meilleur score est enregistré.
- 1 point est attribué par contact réussi.
- Le responsable devra compter tous les contacts successifs et arrêter le test si tous les contacts ont été effectués.
- **Ce test n'est pas chronométré !**



Pro Training 3D



Concours U11 – Finale

Au total :
150 points

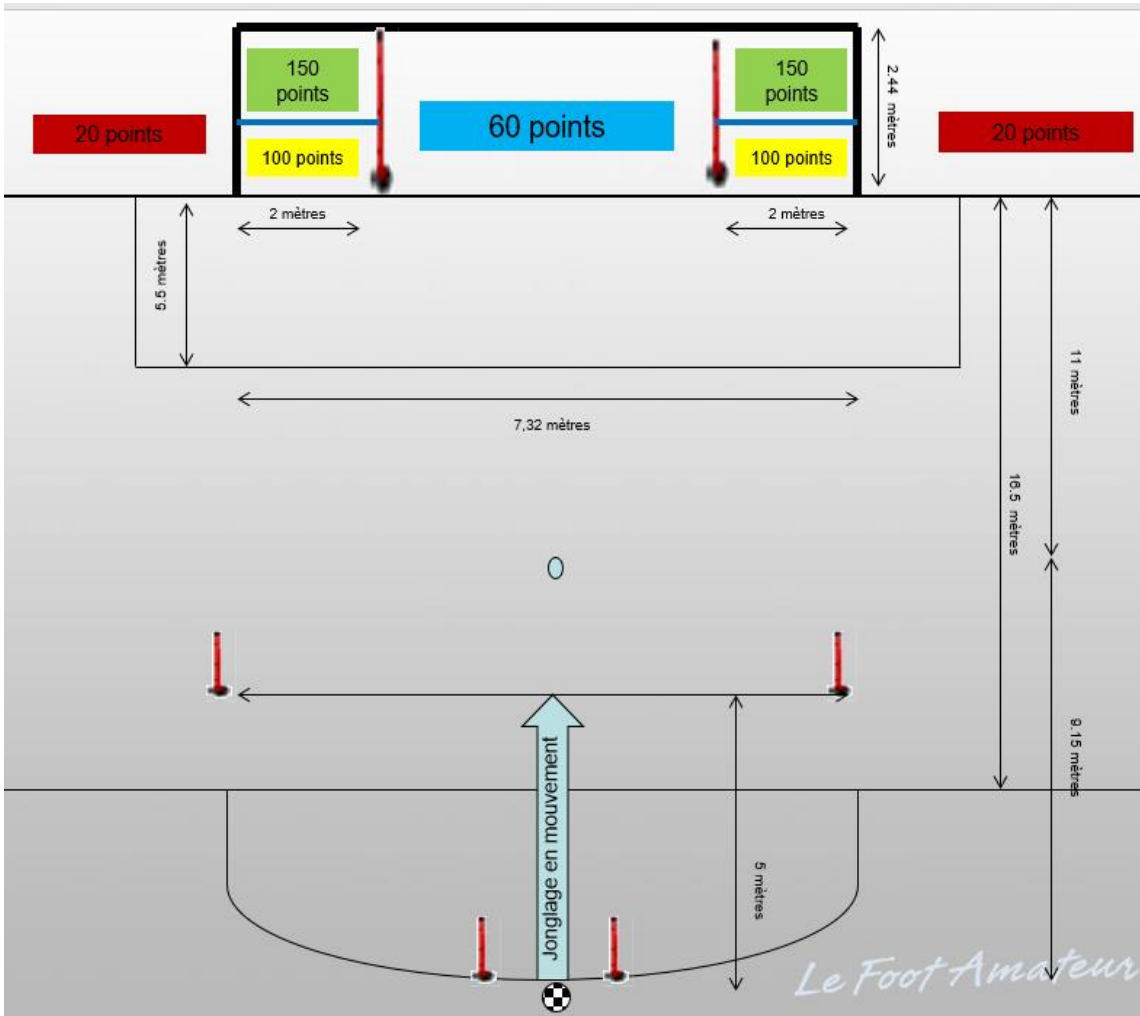
Test n°2 – JONGLERIE EN MOUVEMENT + FRAPPE

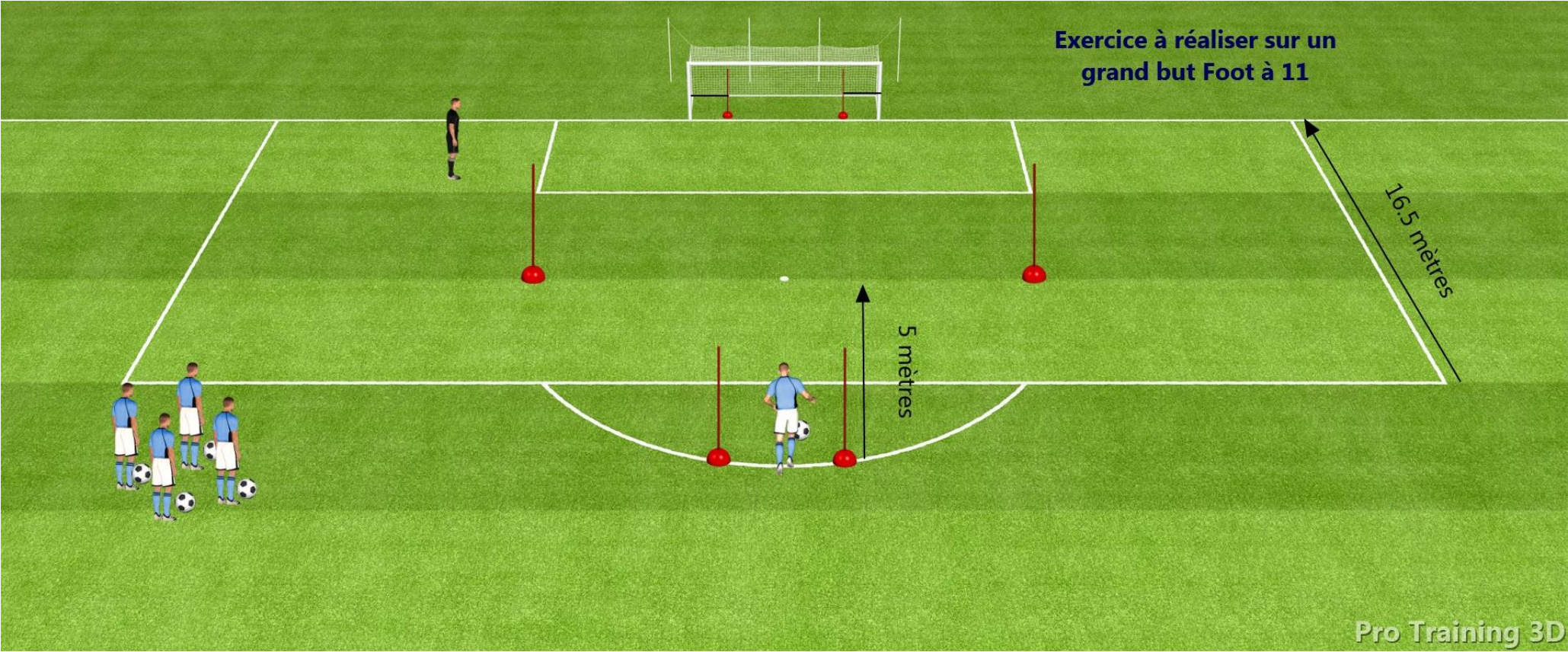
Parcourir une distance de 5 mètres en jonglant avec le ou les pieds (possibilité d'utiliser les genoux, la tête...) et terminer sur une frappe (volée) au but.

- 2 essais, départ ballon au pied entre la porte et dès que le ballon touche le sol, l'essai est terminé.

- Le responsable devra comptabiliser le nombre de points marqué après la frappe (voir schéma).

- **ATTENTION** : Si l'enfant frappe avant les 5 mètres de jonglage ou si le ballon tombe dans cette zone des 5 mètres (jonglage en mouvement) = **0 point.**







Concours U11 – Finale

Au total :
120 points

Test n°3 – PARCOURS TECHNIQUE CHRONOMETRE



Déclenchement du chronomètre au moment où le joueur franchit la première porte et **arrêt du chronomètre** lorsque le ballon franchit la ligne de but (plots).

L'objectif est de réaliser le parcours le plus rapidement possible et de terminer sur un tir pour faire tomber des plots.

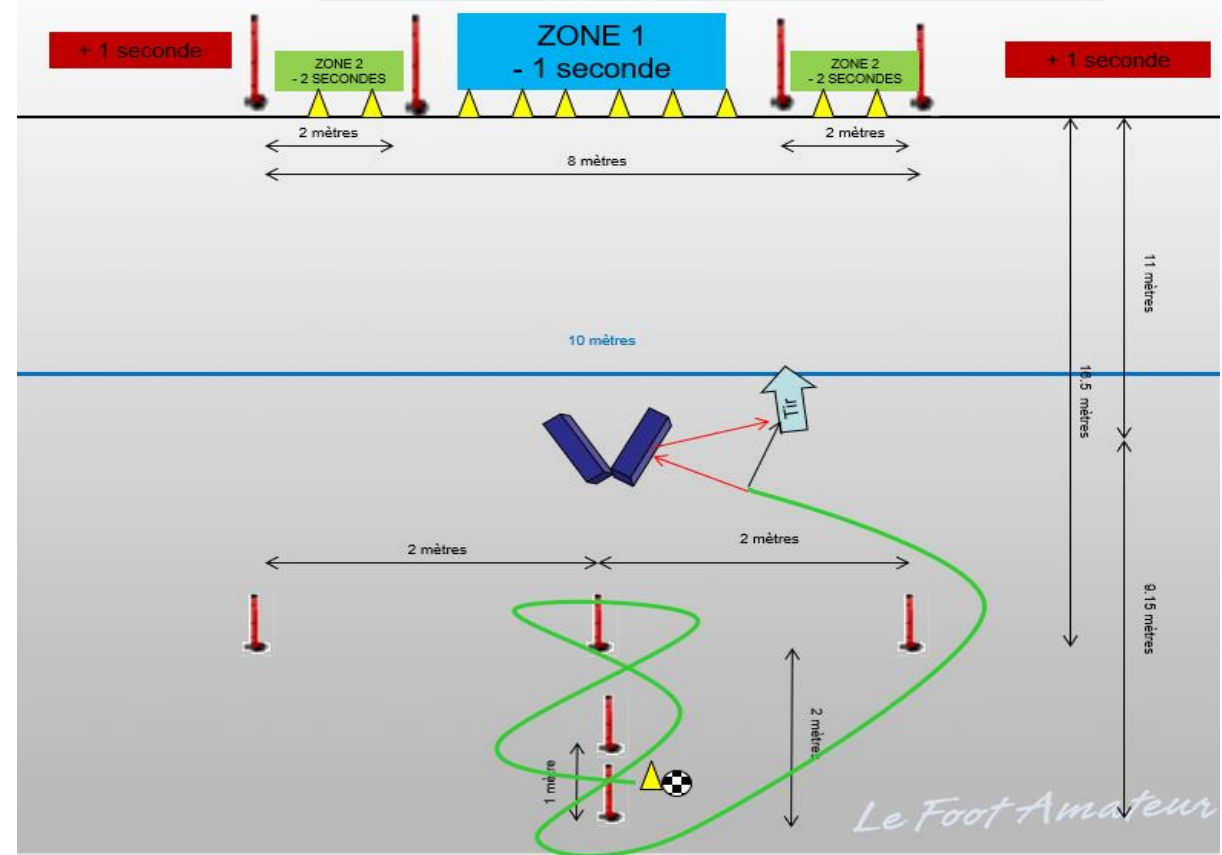
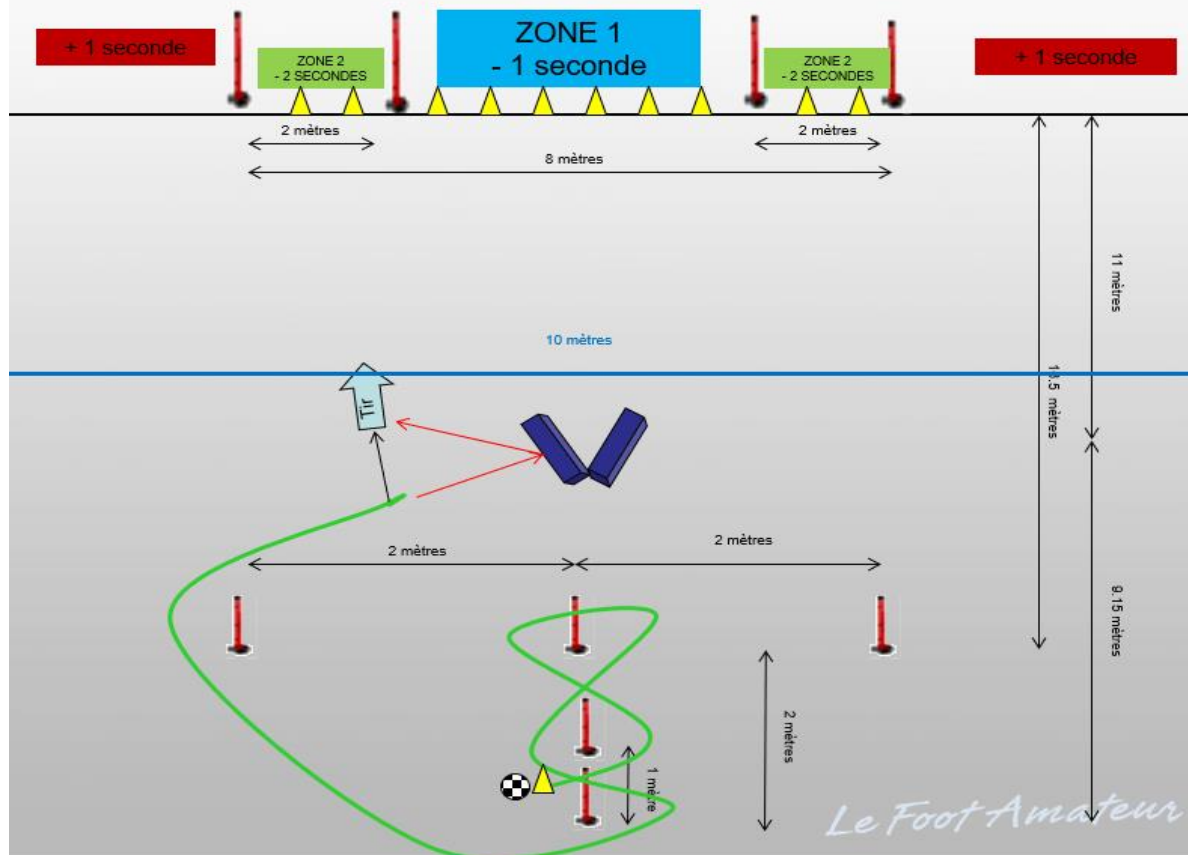
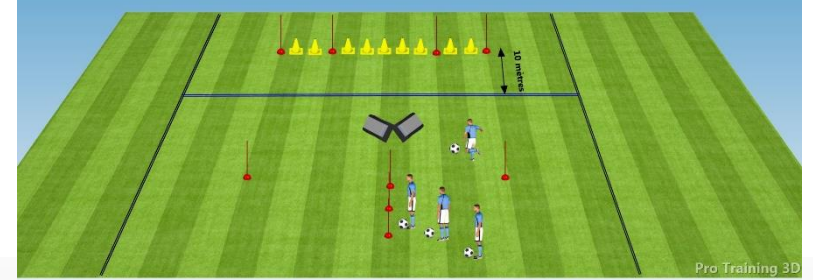
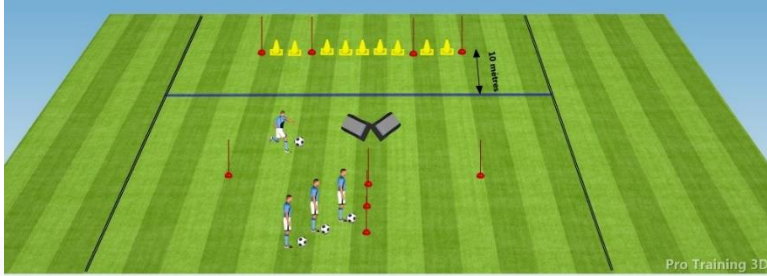
2 essais (un à droite et un à gauche) et le meilleur temps est conservé : essai nul (0 point) si un ou plusieurs obstacles escamoté.

- **1 seconde** si la ballon fait tomber un plot dans la zone 1 ou s'il arrive dans la zone 2 sans faire tomber un plot.
- **2 secondes** si le ballon fait tomber un ou plusieurs plots dans la zone 2
- + **0 seconde** s'il arrive dans la zone 1 ou dans la zone 2 sans faire tomber un plot.
- + **1 seconde** si le ballon n'arrive ni en zone 1, ni en zone 2 !

Moins de 9 secondes : 120 points ; **Entre 9 et 10 secondes** : 100 points ; **Entre 10 et 11 secondes** : 80 points ; **Entre 11 et 12 secondes** : 60 points ; **Entre 12 et 13 secondes** : 40 points ; **Plus de 13 secondes**: 25 points



Concours U11 – Finale

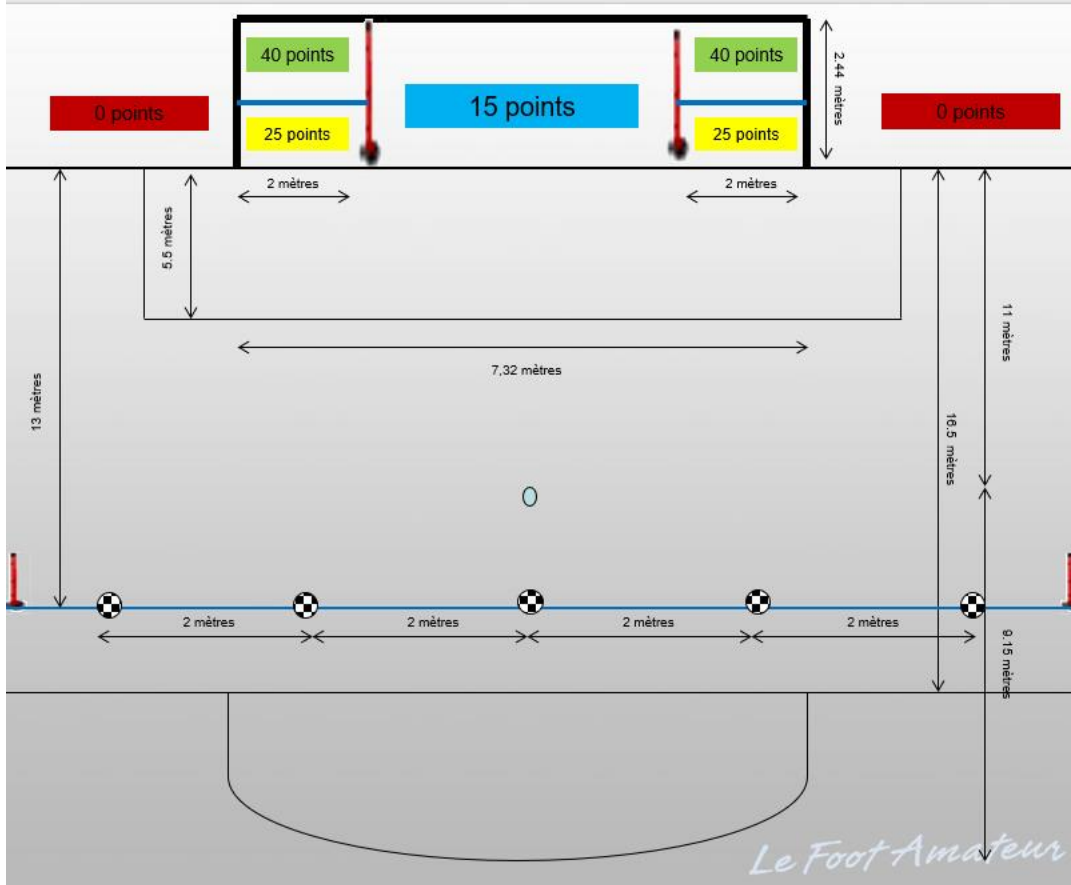




Concours U11 – Finale

Au total :
200 points

Test n°4 – 5 TIRS ARRETES



Ce test n'est pas chronométré et s'effectue sur un but de foot à 11 sans gardien !

Le joueur doit réaliser **5 tirs arrêtés à 13 mètres du but** et **viser différentes zones pour marquer le plus de points possible** (test de précision sur un grand but : terrain foot à 11).

1 seul essai et la **position des ballons doit-êtr**e la même pour tous les participants (voir schéma).

- Si le ballon tape le poteau ou la barre transversale et sort en dehors du but : **5 POINTS**
- Si le ballon tape le construit dans le but et sort en dehors du but : **15 POINTS**
- Si le ballon tape le poteau, la barre transversale ou le construit et qu'il termine sa course dans la zone des 15 points : **15 POINTS**
- Si le ballon tape le poteau, la barre transversale ou le construit et qu'il termine sa course dans la zone des 25 points : **25 POINTS**
- Si le ballon tape le poteau, la barre transversale ou le construit et qu'il termine sa course dans la zone des 40 points : **40 POINTS**



Concours U11 – Finale

A vous de jouer !



Rencontres 5 contre 5 (ou 7 contre 7) pour terminer la demi-journée...

Non évaluées pour le concours !