

Concours « Graine de Footballeur » - Finale



Tests « Gardien de But »

District des Ardennes de Football





Concours U11 – Finale

**Au total :
70 points**

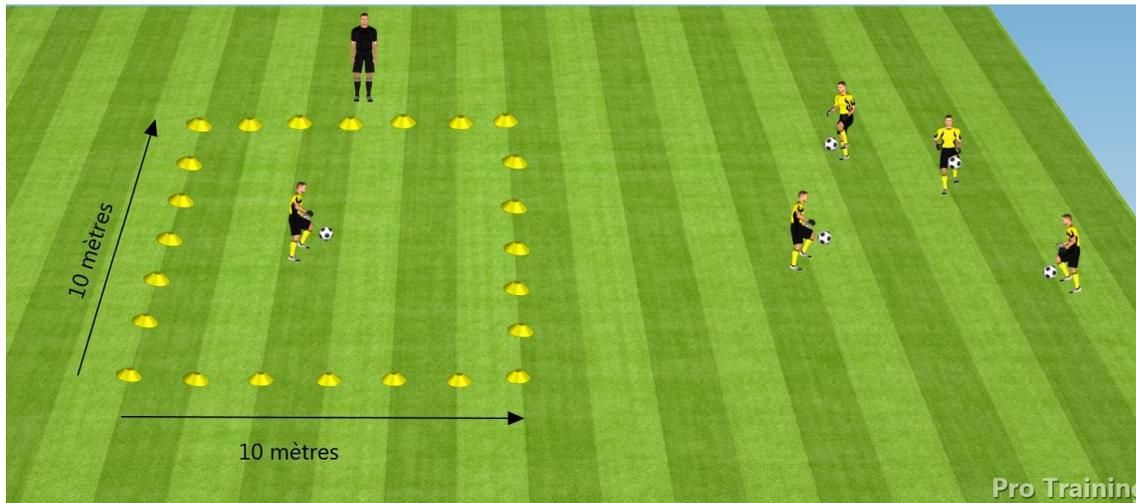


Test n°1 – JONGLERIE STATIQUE

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

- 15 jonglages pied droit
- 15 jonglages pied gauche
- 30 jonglages libre
- 10 jonglages de la tête

- Le joueur peut lever le ballon avec l'un de ses pieds ou avec les mains.
- 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 !

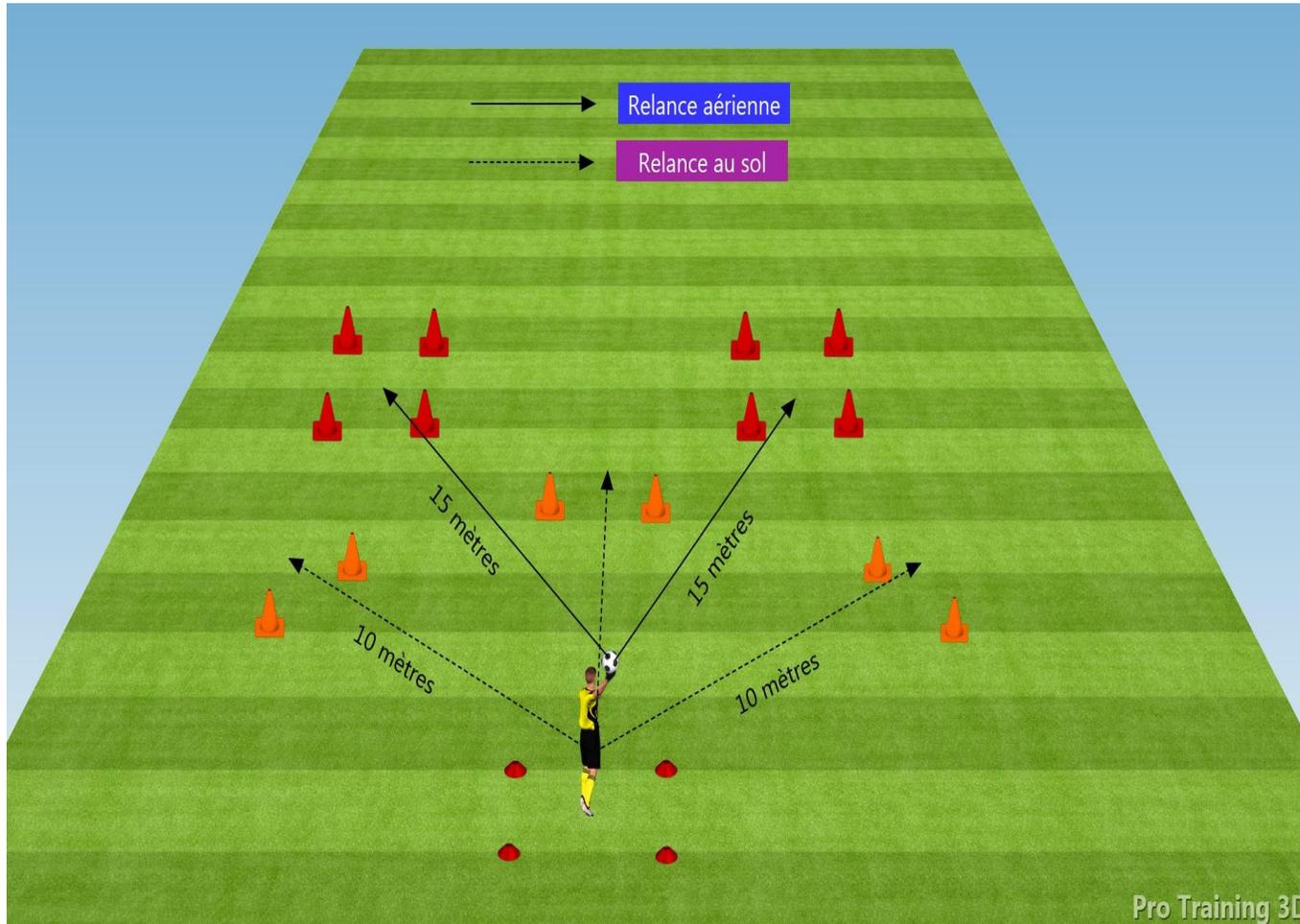




Concours U11 – Finale

Au total :
40 points

Test n°2 – Relance à la main



- 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

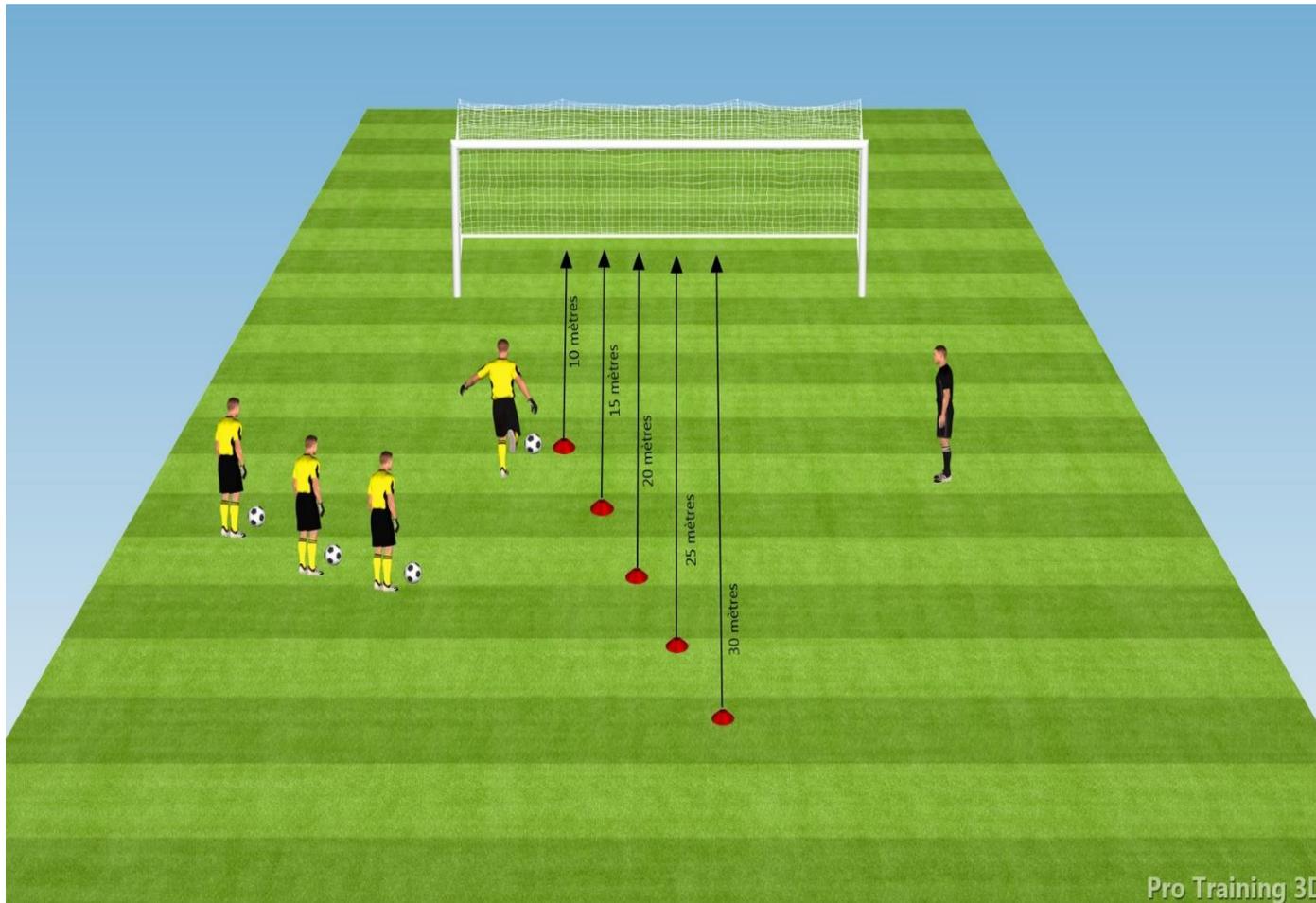
- Si objectif non atteint = 0 point



Concours U11 – Finale

Au total :
40 points

Test n°3 – Relance au pied



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

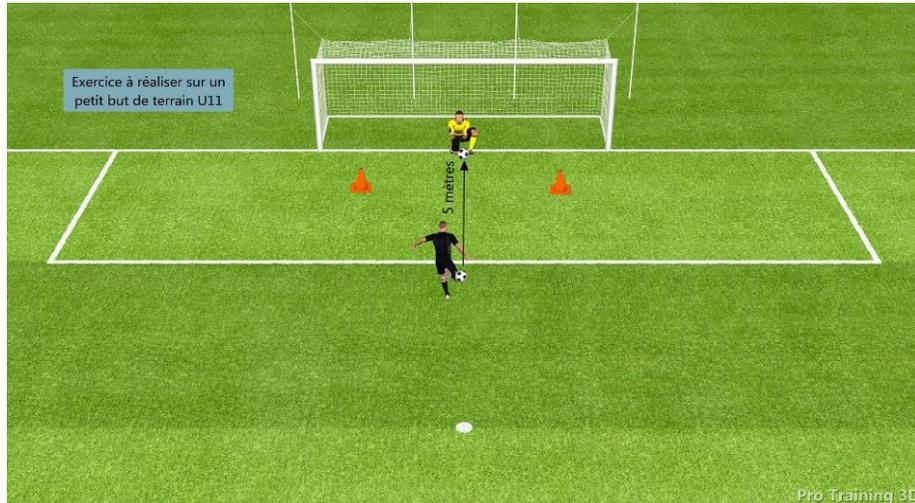
Si non cadré ou poteau ou barre transversale = 0 point



Concours U11 – Finale

Au total :
60 points

Test n°4 – Déplacement + prise de balle au sol et demi-hauteur



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**



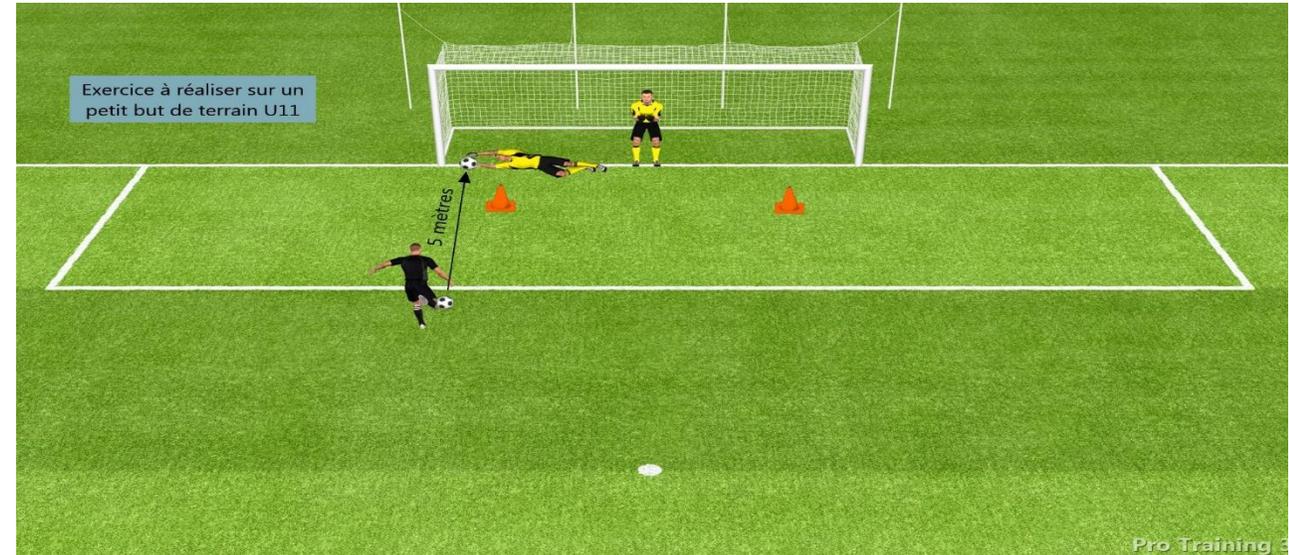
Concours U11 – Finale

Test n°4 – Déplacement + prise de balle au sol et demi-hauteur

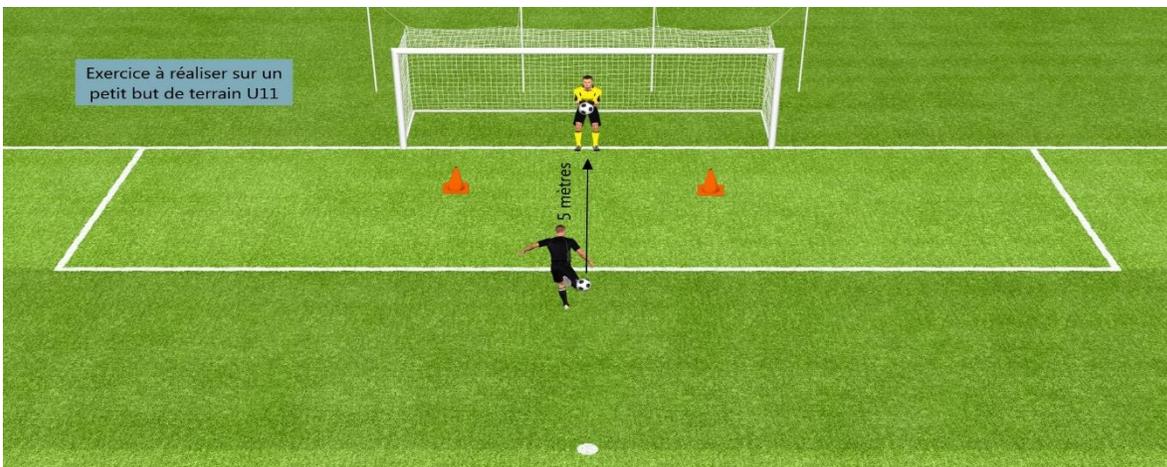
Exercice à réaliser sur un petit but de terrain U11



Exercice à réaliser sur un petit but de terrain U11



Exercice à réaliser sur un petit but de terrain U11



Exercice à réaliser sur un petit but de terrain U11

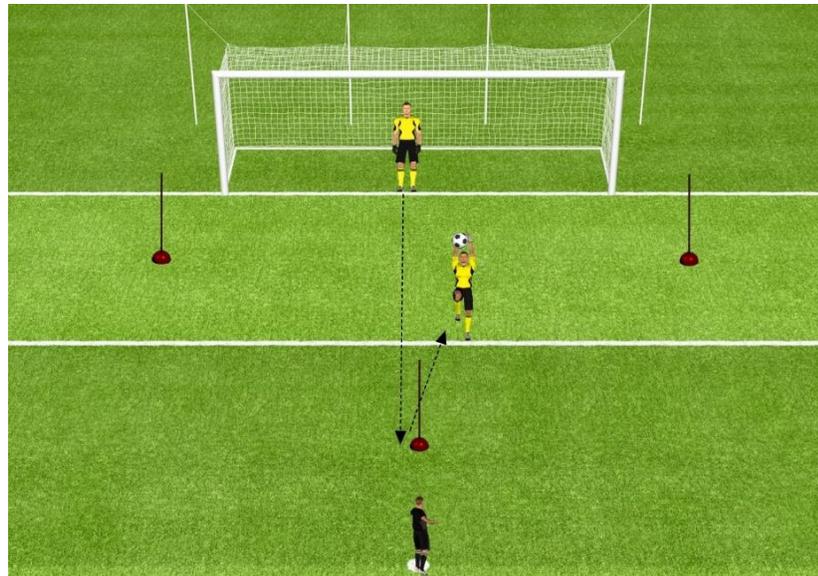
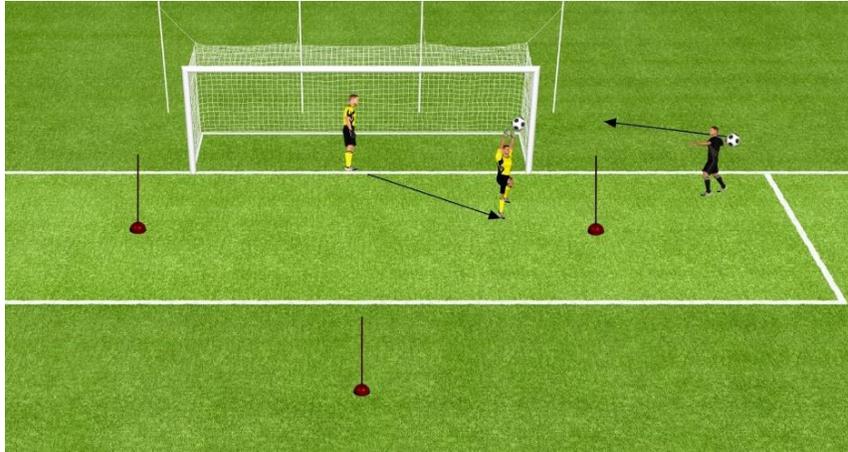




Concours U11 – Finale

Au total :
60 points

Test n°5 – Déplacement + prise de balle aérienne



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**



Concours U11 – Finale

Au total :
120 points



Le Programme Éducatif Fédéral vise à inculquer aux jeunes licenciés âgés de 5 à 18 ans, les valeurs du football



par l'apprentissage de règles (de vie et de jeu) déclinées autour de 6 thèmes :



Test n°6 – Programme Éducatif Fédéral

12 questions sur le « Programme Éducatif Fédéral »
[Le PEF - Programme Éducatif Fédéral \(fff.fr\)](http://fff.fr)

- 2 questions sur la « **CULTURE FOOT** »
- 2 questions sur « **L'ENGAGEMENT CITOYEN** »
- 2 questions sur « **L'ENVIRONNEMENT** »
- 2 questions sur le « **FAIR-PLAY** »
- 2 questions sur les « **REGLES DU JEU ET L'ARBITRAGE** »
- 2 questions sur la « **SANTE** »



Chaque participant devra donc répondre par écrit à 12 questions.

Chaque bonne réponse rapportera 20 points.



Concours U11 – Finale

Au total :
80 points

Note technique générale du « Gardien de But »

Les responsables spécialistes « Gardien de But » présents, qui seront en charge de la réalisation des tests lors de la finale, donnerons une note objective sur la technique générale de chaque GDB finaliste.

- **Qualité des prises de balle**
- **Explosivité**
- ...





Concours U11 – Finale

A vous de jouer !



Rencontres 5 contre 5 pour terminer la journée...

Non évaluées pour le concours !