

FEUILLE de PLATEAU U10-U11 – PHASE 3 – Niveau 2 et Niveau 3
Samedi 14 mai 2022 ou Samedi 21 mai 2022

Emplacement étiquette 1er match	Nom de l'arbitre : Signature :
---------------------------------	--

Emplacement étiquette 2ème match	Nom de l'arbitre : Signature :
----------------------------------	--

Emplacement étiquette 3ème match	Nom de l'arbitre : Signature :
----------------------------------	--

Samedi 14 mai ou Samedi 21 mai 2022 : Test « jonglerie en mouvement » à réaliser pendant que l'équipe ne joue pas.

Test « jonglerie en mouvement »

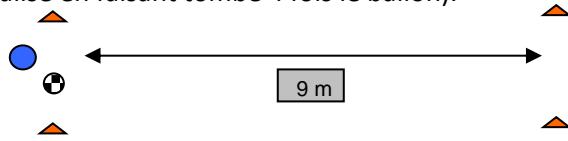
Objectifs : Amélioration de la maîtrise technique et travail de coordination

Réaliser 9 m en jonglant avec les pieds.

Réalisation du test :

Faire 9 m en jonglant sur la longueur. Pas de surface de rattrapage. Utilisation des deux pieds possible.

Si le joueur fait tomber le ballon, il reprend là où il s'est arrêté, et l'on compte le nombre de fois où le ballon est tombé. (Ex : 9 m réalisé en faisant tombé 4 fois le ballon).



A la fin du plateau, reporter les résultats sur la feuille de plateau de la façon suivante : 1^{ère} case : mettre R pour « Réussi » et 2^{ème} case nombre de fois où le ballon est tombé. Ex : R – 3 (le ballon est tombé 3 fois).

Conseil :

Le test peut être précédé d'un petit échauffement technique afin de permettre une bonne performance.

Après les rencontres, pendant le goûter des enfants, remplir la feuille de plateau en présence de tous les éducateurs.

Cette feuille est à renvoyer au DOF dans les 24 heures qui suivent le plateau par le club recevant.

OBSERVATIONS ou RESERVES :