

LE DEFI JONGLAGE

U11 NIVEAUX 2 ET 3
Saison 2025/2026
Phase 2



- > Démontrer au plus grand nombre l'importance de la répétition de la jonglerie
- > Vivre une rencontre amicale face à un autre jeune
- > Démontrer aux enfants, éducateurs et adultes que toutes et tous sont capables de progrès avec les efforts nécessaires

A EFFECTUER EN DEBUT DE CRITERIUM

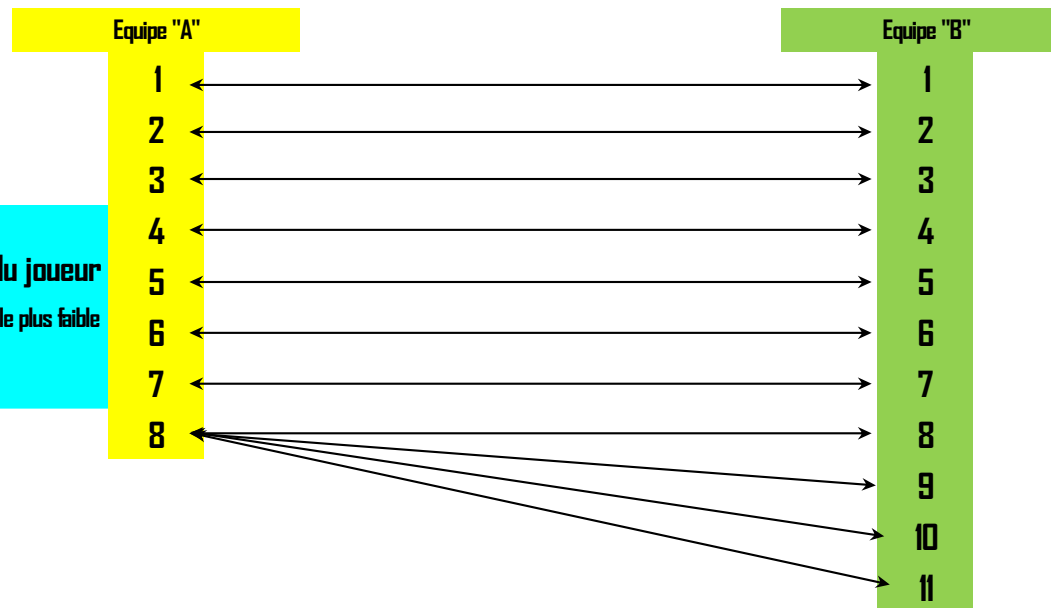
LE DEFI JONGLAGE



U10/U11

Explication Défi - Jonglages U11 - Niveau 2 et 3 - Foot à 8

Ce classement est établi dans l'ordre du joueur le plus fort aux jonglages (le N°1) au joueur le plus faible (le dernier N°)



Déroulement

Le 8ème de l'équipe "A" effectue son défi en même temps que le 8ème, 9ème, 10ème et 11ème de l'équipe "B".

Les 8 meilleurs résultat Thème 1 et Thème 2 additionnés seront pris en compte pour effectuer le total de l'équipe.

Si une équipe ne veut pas faire le défi, l'équipe adverse effectue les tests et l'éducateur note les performances sur la feuille de défi.

L'éducateur de l'équipe qui a effectué le test inscrit dans la case "réserve d'avant match" les raisons pour lesquelles le défi n'a pas été effectué.

Les deux équipes signent la feuille de match.



LE DEFI JONGLAGE

U10/U11



N° de feuille de match :

Niveau :

Poule :

Journée :

DEFI-JONGLAGE U11 "NIVEAU 2 et 3"

DATE ___/___/___

DOCUMENT
SPECIMEN

CLUB _____

CLUB _____

	Nom Prénom	Thème 1	Thème 2	TOTAL T1 + T2	Nom Prénom	Thème 1	Thème 2	TOTAL T1 + T2	
1	Pierre	30	3	33	Maxime	28	5	33	
2	Henri	28	8	36	Medhi	30	10	40	
3	Geoffrey	27	10	37	Mickaël	18	10	28	
4	Pascal	18	10	28	Fabien	29	8	37	
5	Romain	9	7	16	Mathieu	30	7	37	
6	François	5	8	13	Simon	12	10	22	
7	Andres	15	6	21	Vincent	3	10	13	
8	Jérémy	16	7	23	Guillaume	13	9	22	
9	Yoann	12	2	24	Nabil	3	4	7	
10					David	6	10	16	
11					Arthur	4	2	6	
Total des 8 meilleurs				218	Total des 8 meilleurs				235

Exemple : De la 6^{ème} à la 10^{ème} journée, objectifs : Jonglages Pied Fort (30) et Jonglages Tête (10).



Les objectifs sont montrés à titre d'exemple

Se référer pour cette phase à ceux présentés sur le site en fonction de votre niveau de pratique





N° de feuille de match :

Niveau :

Paule :

Journée :

Saison 2025-2026

DEF-JONGLAGE U11 "NIVEAU 2 et 3"

**DOCUMENT A RETOURNER OBLIGATOIREMENT AU SECRETARIAT
DU DISTRICT A L'ISSUE DE LA RENCONTRE**

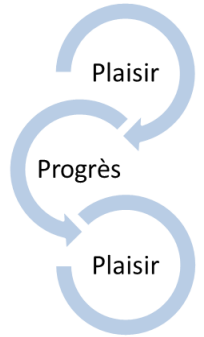
PHASE 2

DATE ___ / ___ / ___

CLUB _____

CLUB _____

	Nom Prénom	Thème 1	Thème 2	TOTAL T1 + T2		Nom Prénom	Thème 1	Thème 2	TOTAL T1 + T2
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
	Total des 8 meilleurs					Total des 8 meilleurs			



De la 1^{ère} à la 5^{ème} journée, objectifs : Jonglages Pied Fort (20) et Pied Faible (10).
De la 6^{ème} à la 10^{ème} journée, objectifs : Jonglages Pied Fort (30) et Jonglages Têtes (10).



Feuille de Défi Jonglages uniquement pour le critérium U11 "Niveau 2 et Niveau 3" lors de cette seconde phase.

LE DEFI JONGLAGE

REGLES

Lever du ballon au pied.

* 2 manches par défi ⇒ Chaque manche = 1 thème technique.

* 2 manches par défi ⇒ 2 essais par thème

1^{ère} phase : Septembre et Décembre

OBLIGATOIRES

5 journées

5 journées

Niveau 1

1^{ère} manche : Jonglages pieds libres (Objectifs 30)

2^{ème} manche : Jonglages tête (Objectifs 10)

* Surfaces de rattrapage autorisées mais non comptabilisées.

Niveaux 2 et 3 « Brassage »

1^{ère} manche : Jonglages pieds libres (Objectifs 20)

2^{ème} manche : Jonglages tête (Objectifs 5)

*Protocole expliqué lors des réunions
de pays de début de saison*

* Surfaces de rattrapage autorisées mais non comptabilisées.

2^{ème} phase : Janvier à Juin (10 journées)

Niveaux 2 et 3

Niveau 1 – Niveau 1 bis

Journées 1 à 5 : matchs aller

1^{ère} manche : Jonglages pied fort (Objectifs 30)

2^{ème} manche : Jonglages pied faible (Objectifs 20)

* Surfaces de rattrapage autorisées (**2 maxi**) pour les jonglages pied fort et pied faible.

Journées 6 à 10 : matchs retour

1^{ère} manche : Jonglages pied fort (Objectifs 40)

2^{ème} manche : Jonglages têtes (Objectifs 10)

Journées 1 à 5 : matchs aller

1^{ère} manche : Jonglages pied fort (Objectifs 20)

2^{ème} manche : Jonglages pied faible (Objectifs 10)

Journées 6 à 10 : matchs retour

1^{ère} manche : Jonglages pied fort (Objectifs 30)

2^{ème} manche : Jonglages têtes (Objectifs 10)

Un briefing entre Educateur est incontournable avant le début des défis afin de se mettre d'accord sur la réalisation des jonglages pour les enfants.

Il est préférable qu'un joueur dont on sait qu'il ne fera pas beaucoup de jonglages se voit proposer de les réaliser avec un départ à la main. Au final il en réalisera peut-être 2 ou 3 mais ce sera pour lui, beaucoup plus valorisant que de n'en réaliser aucun !!!

* Surfaces de rattrapage autorisées pour les jonglages pied fort et pied faible.

Participe à une meilleure coordination motrice générale/spécifique

Développe les qualités techniques et psychologiques

Transfère direct vers la technique

