

Jongleries pieds 2° phase : départ à la main. 2 essais. Tous les pieds sont comptabilisés, surfaces de rattrapage autorisées mais non comptabilisées. Seul le meilleur essai compte. **Objectif : 40 pieds (ne pas compter au-delà).**

Jongleries tête 2° phase : départ à la main. 2 essais. Pas de surface de rattrapage. Seul le meilleur essai compte. **Objectif : 15 têtes (ne pas compter au-delà).**

Les jongleries pieds et tête de chaque joueur sont additionnées. **Comptabiliser les 8 meilleurs résultats de l'équipe.**

Parcours 2° phase : conduite - tir. 2 essais chronométrés. Le joueur pose le ballon dans la porte de départ (les droitiers à gauche et les gauchers à droite). Le chrono est déclenché lorsque le joueur touche le ballon. Le joueur doit commencer le parcours par l'extérieur pour finir sur son pied fort (droitier à droite et gaucher à gauche), il slalome entre les plots sur la ligne des 13 m, contourne le 3ème, continue le slalom en direction du but et enchaîne par un tir dans le but vide (sans gardien) avant le point de penalty situé à 9 m du but (2 secondes de pénalité s'il rate une porte, si le ballon rebondit avant la ligne de but, si le tir est déclenché après le point de penalty ou si le tir n'est pas cadré). Le chrono est arrêté à la frappe du ballon. **Le temps est toujours arrondi à la seconde la plus proche (ex : 8.4 = 8 secondes, 8.5 = 9 secondes).** Seul le meilleurs temps compte, addition des 8 meilleurs temps de l'équipe (attention, les meilleurs temps sont les chronométrages les plus petits).

Matériel :

- 1 chrono
- 3 ballons
- stylos ou crayons
- 3 ou 4 feuilles de marque
- 7 cônes
- 7 coupelles

Position de l'éducateur

9 m

La frappe du pointu ne sera pas comptabilisée

Parcours

1 m 1 m 1 m 1 m 1 m 1 m

Droitier **Gaucher**

	<i>1ère possibilité</i>	<i>2ème possibilité</i>	<i>3ème possibilité</i>
<i>Jongleries</i>	Échauffement	Échauffement	Échauffement
<i>Parcours</i>	Échauffement	A x B C aux défis Etc...	Après les matchs

RAPPEL :

LES JOUEURS DOIVENT FAIRE LES DEFIS DANS L'ORDRE DE LEUR NUMERO.

	<i>2° phase</i>
<i>Jongleries</i>	40 pieds et 15 têtes (2 essais)
<i>Parcours</i>	5 m + tir à 9 m (2 essais chronométrés)

Les résultats individuels sont notés sur la feuille de match par DEFI. Prise en compte des 8 meilleurs résultats par équipe et TOTAL de ces 8 résultats. L'équipe qui totalise le **meilleur total à la jonglerie marque 2 points, la deuxième 1 point.** L'équipe qui totalise le **meilleur temps total au parcours marque 2 points, la deuxième 1 point.**

En cas d'égalité sur un défi, l'équipe avec le plus grand nombre de U10 dans les 8 joueurs, gagne, en cas de nouvelle égalité l'équipe possédant le plus de U10 F gagne, s'il y a de nouveau égalité, prise en compte des résultats du 9ème joueur, puis du 10ème joueur, puis du 11ème joueur et enfin du 12ème joueur.