

# Les tests d'entrée Bontaz Academy

## JOUEUSE

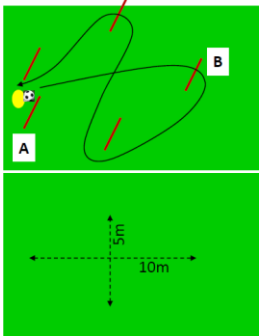
### Conduite de Balle (Technique)

#### PROTOCOLE

- Départ à 50cm derrière la porte « A » avec le ballon à l'arrêt.
- Conduire le ballon en contournant les jalons selon le parcours indiqué (jalon B à contourner en 1<sup>er</sup>).
- Revenir au point A en arrêtant le ballon derrière la porte.

#### CRITERES DE VALIDATION

2 essais chronométrés (le meilleur des 2 est conservé).



### Jonglerie (Technique)

#### PROTOCOLE

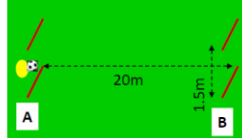
- Jonglerie statique :
  - ✓ Aucune surface de rattrapage.
  - ✓ Pied : départ possible avec le meilleur pied.
  - ✓ Tête : départ à la main.
- Jonglerie en mouvement :
  - ✓ Le chronomètre est déclenché lorsque le joueur franchit la porte « A » ; arrêt lorsque le joueur franchit la porte « B »

#### CRITERES DE VALIDATION

- 2 essais par surface de contact.
- Total des meilleurs essais de chaque surface de contact

NB : U13 (3x20), A partir de U14 (3x50), A partir de la 2<sup>nd</sup>e (+ jonglerie mouvement)

#### Jonglerie en mouvement (lycée)



1 compteur

1 jongleur

Jonglerie statique (collège et lycée)

### Détente horizontale – explosivité (Athlétique)

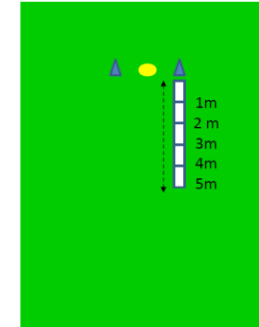
#### PROTOCOLE

- Saut en longueur sans élan.
- Départ pieds joints.
- Réception pieds joints.
- La mesure se fera sur le pied arrière si décalage des pieds à la réception.

#### CRITERES DE VALIDATION

2 essais (retenir le meilleur des 2 essais).

Pied à plat au départ.



### Vitesse – vivacité (Athlétique)

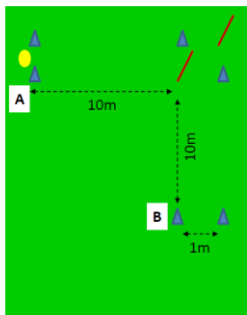
#### PROTOCOLE

- Course en L sous forme aller-retour.
- Départ arrêté, virage à 90° à droite, blocage pied derrière la ligne B, virage à 90° à gauche, puis arrivée en A.
- Des plots sont positionnés aux sorties extérieures de virage pour que le joueur « casse sa course ».

#### CRITERES DE VALIDATION

2 essais chronométrés (un dans chaque sens : porte A, porte B).

Le test n'est pas validé si un plot ou jalon est touché.



### Jeu à effectif total (Technico Tactique)

#### PROTOCOLE

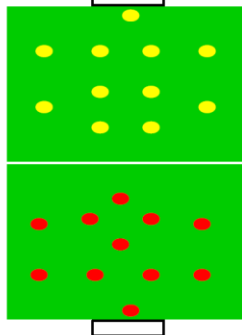
- Pour les 6<sup>ème</sup> – 5<sup>ème</sup> :** match à 8 contre 8.
- Pour les 4<sup>ème</sup> – 3<sup>ème</sup> :** match à 8 contre 8 OU 11 contre 11 selon le nombre de participants.
- Pour les 2<sup>nd</sup>e – 1<sup>ère</sup> – Term :** match à 11 contre 11.

**Temps de pratique :** 20 à 40 min répartis sur 1 à 2 matchs.

#### CRITERES DE VALIDATION

**Evaluation :** éléments observés (cf diapo précédente).

3 contre 8 OU 11 contre 11



### Jeu réduit (Technico Tactique)

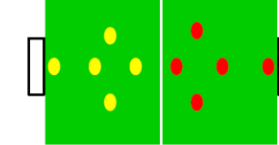
#### PROTOCOLE

**Taille de terrain :** 25 à 30m x 30 à 35m  
**Nombre de match :** 3 à 4 matches de 5 à 8min

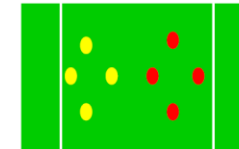
#### CRITERES DE VALIDATION

**Evaluation :** éléments observés (cf diapo précédente)

5 contre 5 (4c4 + GB)



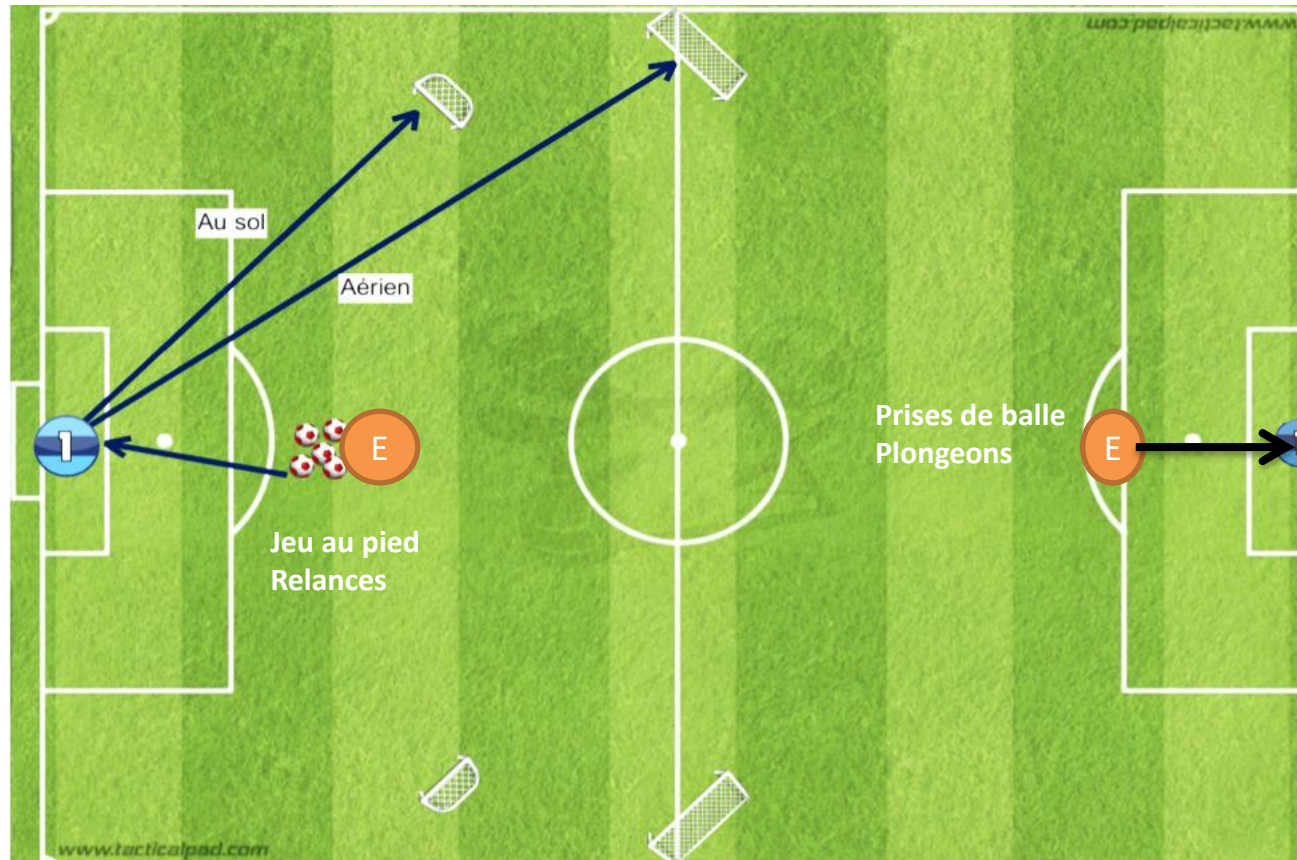
4 contre 4 sans GB





# Les tests d'entrée Bontaz Academy

## GARDIENNE DE BUT



### Tests :

1. Jeu au pied au sol
2. Jeu au pied aérien
3. Relance à la main sol
4. Relance à la main bras roulé
5. Prises de balles
6. Plongeurs