

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^{er}).
- 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 2nde (+ jonglerie mouvement)

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^{ème} – 5^{ème} :** match à 8 contre 8.
- Pour les 4^{ème} – 3^{ème} :** match à 8 contre 8 OU 11 contre 11 selon le nombre de participants.
- Pour les 2nde – 1^{ère} – 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).

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

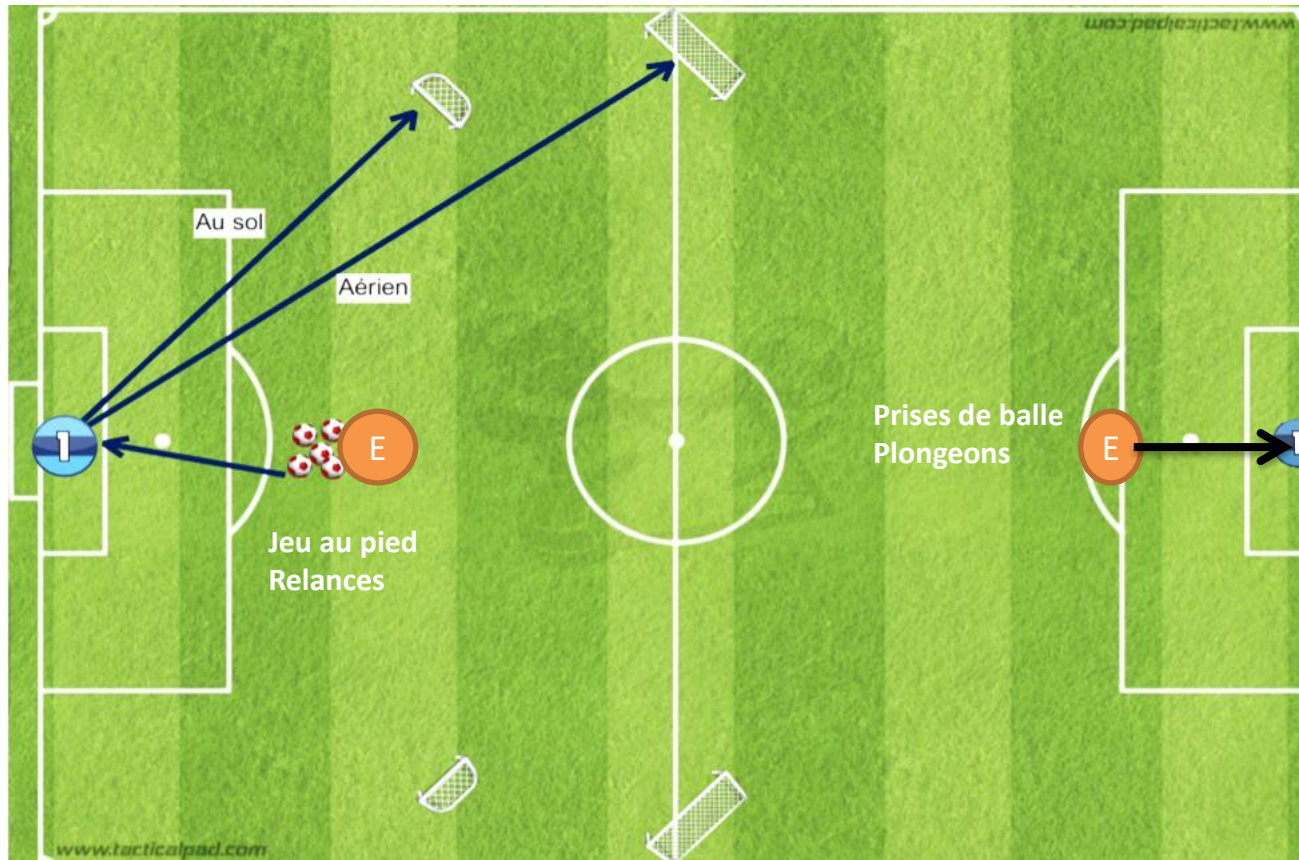
CRITERES DE VALIDATION

Evaluation : éléments observés (cf diapo précédente)



Les tests d'entrée Bontaz Academy

GARDIEN 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