



JONGLERIE STATIQUE

Pied gauche / Pied droit / Tête

DESCRIPTION

ORGANISATION

Placer les joueurs sur un espace suffisamment avec un sol uniformément plat.

CONSIGNES

Monter le ballon avec les pieds et réaliser la jonglerie sans surface de rattrapage (une surface par test).

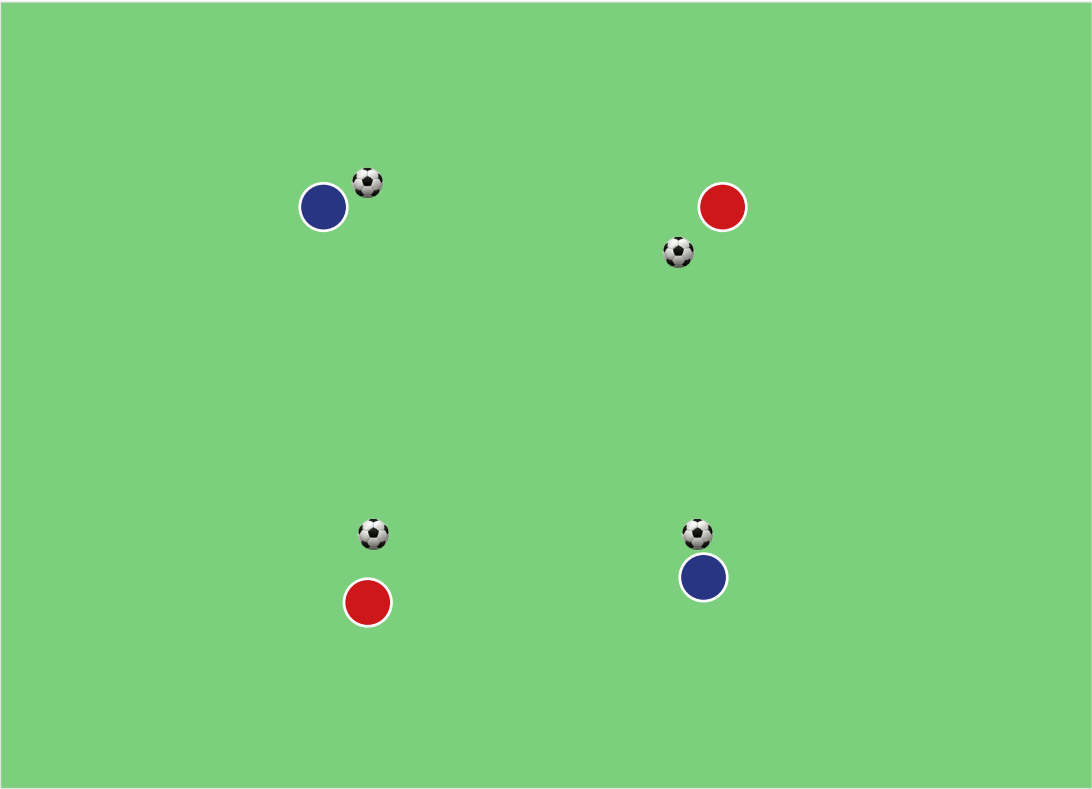
Pour les jongles avec la tête, les joueurs peuvent monter le ballon avec les mains.

RÈGLES

2 essais par surface

Pas de surface de rattrapage.

Fin du test si le ballon touche le sol.



SURFACE	
Long	10 m
Larg	10 m

MATÉRIEL	
	-
	-
	-
	-
	-
	-
	4
	déplacement
	conduite
	passe / tir

ÉVALUATION

APPRÉCIATION	Équilibre. Coordination. Toucher de balle. Aisance.
BARÈMES	Objectifs à atteindre : - U13 : 20 jongles de la tête, 20 jongles pied gauche, 20 jongles pied droit. - U14 : 20 jongles de la tête, 50 jongles pied gauche, 50 jongles pied droit. - U15 : 50 jongles de la tête, 50 jongles pied gauche, 50 jongles pied droit.
ATTENTES	Être capable : - de garder la maîtrise avec des jongles rapprochés.