



REGLEMENT

Concours
GRAINE DE CHAMPIONS
MADE IN JURA

PUBLIC concerné



- Garçons et Filles.

Catégories :

- **U11** garçons nés en 2009
- **U11** filles (nées en 2009) et **U12** filles (nées en 2008).

ETAPE 1

- Après réception des ateliers définis par le District, les clubs pourront préparer le concours à leur guise au sein de leurs structures.
- **Pour le 10 avril 2020**, chaque club pourra donner au District un certain nombre de joueurs et joueuses (nombre défini sur les diapositives suivantes). Les **joueurs et joueuses** présentés par les clubs au District **DEVRONT ETRE DISPONIBLES le MERCREDI 29 avril 2020 au MATIN** pour participer à la ½ finale du concours à Poligny.

ETAPE 2

- Organisation d'une demi-finale le mercredi 29 avril matin à Poligny
- Objectif de cette demi-finale : qualifier 10 garçons et 5 filles pour la finale départementale.

ETAPE 3

- Organisation d'une FINALE du concours lors de la finale de la Coupe Départementale des jeunes le samedi 6 juin 2020.
- Objectif : 1 vainqueur **G** et 1 vainqueur **F**.



IDEE ET PHILOSOPHIE DU CONCOURS

PHILOSOPHIE :

Le District souhaite avec la mise en place de ce concours remettre le travail technique au cœur de nos séances d'entraînements de jeunes joueurs et jeunes joueuses.

Le concours n'est pas un fin en soi, il n'a aucun caractère obligatoire. Les clubs participent s'ils le souhaitent.

IDEE :

Les éducateurs mettent en place et développent les ateliers proposés avec les joueurs et transmettent au District pour le 10/04, le (ou les) nom(s) du (ou des) joueurs qui auront obtenus les meilleurs résultats (voir diapo 5 et 6).

Les joueurs ne sont pas obligés de tout réussir pour être qualifiés pour la demi-finale. Les meilleurs seront invités à participer à la demi-finale.

Bien s'assurer que les joueurs qui participeront à la demi-finale soient disponibles le mercredi 29 avril 2020 (matin), voir Samedi 6 Juin en cas de qualification pour la finale.

RECOMPENSES :

Les finalistes et vainqueurs du concours présents à la finale samedi 6 Juin seront évidemment récompensés individuellement et collectivement (les vainqueurs gagneront des récompenses pour leur équipe d'origine)

Nombre de joueurs qualifiables par club pour la demi-finale



AIGLEPIERRE	1	HAUT JURA	1	PLAINE 39	3
ARCADE F - PAYS LUN	1	HAUTES COMBES	1	PLATEAU	1
ARCHELANGE	1	JURA DOLOIS FOOTBALL	3	POLIGNY GRIMONT FC	2
ARINTHOD	1	JURA LACS F.	2	PONT DE LA PYLE	1
AROMAS	1	JURA NORD F.	1	PS DOLE CRISSEY	2
ASPTT GRAND LONS JURA	1	JURA STAD' F.C.	1	RACING CLUB ANGILLON	1
BEAUFORT	1	JURA SUD FOOT	2	RAVILLOLES LES CROZETS	1
BRENNE-ORAIN	1	LA FERTE	1	ROCHEFORT AMANGE	1
BRESSE JURA FOOT	3	LA JOUX NOZERUY	1	S3 ACADEMY DE DOLE	1
CHAMPAGNOLE	1	LONS LE SAUNIER	3	SEPTMONCEL	1
CHAUX DU DOMBIEF	1	MACORNAY	1	SIROD	1
CHOISEY	1	MOISSEY	1	ST LAURENT	1
COTEAUX DE SEILLE	1	MOLAY	1	SUD REVERMONT	1
CROTENAY COMBE D'AIN	2	MONTMOROT	1	TRIANGLE D'OR JURA FOOT	1
FONCINOISE	1	MONTROND SP.	1	TROIS MONTS	1
FORT DU PLASNE	1	MOUCHARD ARC	1	VAL D'AMOUR MT SS VAU	2
FOUCHERANS	1	NEY	1	VAUX LES ST CLAUDE	1
GEVRY	1	PERRIGNY CONLIEGE	1	VIRY	1
	21		24		23
TOTAL U11G demi-finale = 68 joueurs					

GARCONS U11 NES EN 2009

Calcul réalisé au prorata du
nombre de licencié U11 par club :

- de 1 à 9 licencié(e)s = 1 j
- de 10 à 19 licencié(e)s = 2 j
- à partir de 20 licencié(e)s = 3 j

Nombre de joueurs qualifiables par club pour la demi-finale



AIGLEPIERRE	1	JURA LACS F.	1	PS DOLE CRISSEY	1
ARCADE F - PAYS LUN	1	JURA NORD F.	1	RACING CLUB ANGILLON	1
ARINTHOD	1	JURA STAD' F.C.	2	S3 ACADEMY DE DOLE	1
BEAUFORT	1	JURA SUD FOOT	1	SEPTMONCEL	1
BRENNE-ORAIN	1	LA FERTE	1	SIROD	1
BRESSE JURA FOOT	1	LA JOUX NOZEROY	1	TRIANGLE D'OR JURA FOOT	1
CHAMPAGNOLE	1	LONS LE SAUNIER	2	TROIS MONTS	1
COTEAUX DE SEILLE	1	MOISSEY	1	VAL D'AMOUR MT SS VAU	1
FONCINOISE	1	MOLAY	1	VAUX LES ST CLAUDE	1
FORT DU PLASNE	1	MONTROND SP.	1	VIRY	1
GEVRY	1	MOUCHARD ARC	1		
JURA DOLOIS FOOTBALL	2	PERRIGNY CONLIEG	1		
	13		14		10
TOTAL U11F et U12F demi-finale = 37 joueuses					

FILLES
U11F nées en 2009
U12F nées en 2008

Calcul réalisé au prorata du
nombre de licencié U11F et U12F
par club :

- de 1 à 9 licencié(e)s = 1 j
- de 10 à 19 licencié(e)s = 2 j
- à partir de 20 licencié(e)s = 3 j

LES ATELIERS du C1F39

Tous les ateliers sont évidemment à réaliser avec les conditions du foot à 8 (surface de réparation, buts....)



ATELIER 1 : Jonglerie Statique (atteindre un objectif précis de jonglages)

Pieds, Tête, Alternés, Pieds/Cuisse.

ATELIER 2 : Jonglerie Statique (le plus grand nombre de jonglages en un temps donné).

ATELIER 3 : Jonglerie en Mouvement (jongler sur une certaine distance + frappes).

ATELIER 4 : Conduite de balle (conduire le plus rapidement possible le ballon sur un circuit défini).

ATELIER 5 : Frappes : Les 4 ballons.

ATELIER 6 : Jeu long : à une distance de 15 mètres (mettre le ballon dans une zone précise).

ATELIER 7 : Vitesse : 10 mètres (courses droites)

ATELIER 8 : Vitesse : 15 mètres (course brisée).

ATELIER 9 : Conduite + Vitesse + frappe + Vitesse + Conduite .

ATELIER 10 : Questions sur le PEF : Règles de vies et règles du jeu.

ATELIER 1

Jonglerie Statique

70
points



ATELIER 1 : *Jonglerie Statique* : 1 surface de rattrapage autorisée mais non comptabilisée, 1 essai.

1 : Réaliser 25 contacts PIED FORT

2 : Réaliser 15 contacts PIED FAIBLE

3 : Réaliser 10 contacts TETE

4 : Réaliser 15 contacts PIED ALTERNES (pied gauche-pied droit-pied gauche-pied droit...).

5 : Réaliser 5 contacts PIED – CUISSE (un pied-une cuisse-un pied-une cuisse).

POINTS : 70 points maximum : 25+15+10+15+5 = 70 points max.

ATELIER 2

Jonglerie Statique

50
points



ATELIER 2 : Jonglerie Statique : 1 essai, 1 surface de rattrapage autorisée mais non comptabilisée.

- Réaliser le plus grand nombre de jonglages avec les pieds en 30 secondes.
- Réaliser le plus grand nombre de jonglages avec la tête en 30 secondes.

POINTS : 50 points maximum : Meilleure performance 50 points puis 45 points au 2nd, 40 points au 3^{ème}... ainsi de suite jusqu'à 5 points minimum pour tous les joueurs qui ont réussi le parcours.

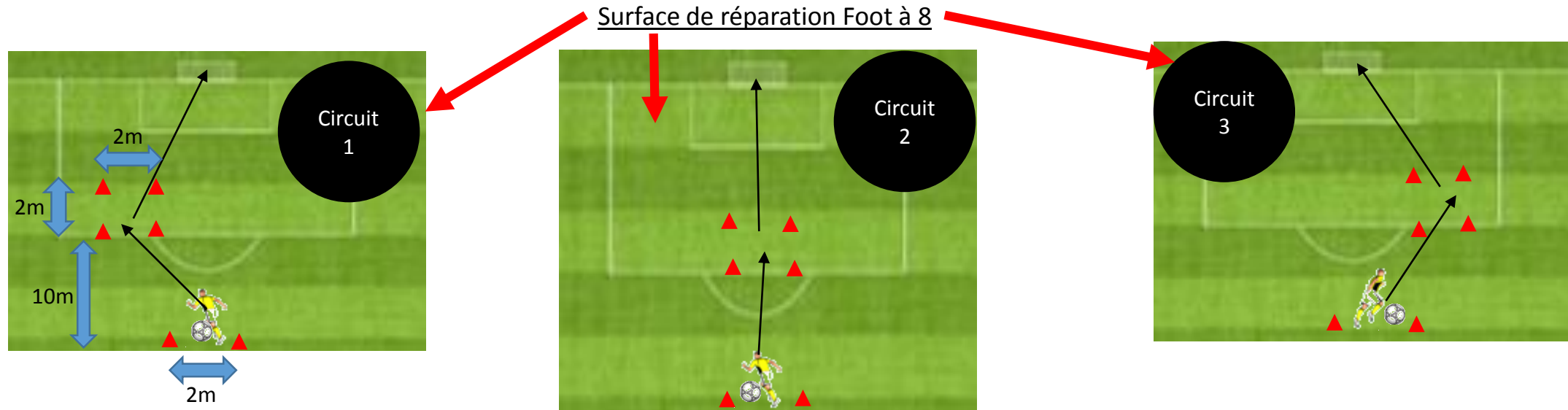
ATELIER 3 : Jonglerie en Mouvement

60
points



ATELIER 3 : Jonglerie en Mouvement

- Jongler en mouvement sur une distance de 10 mètres sans faire tomber le ballon et enchaîner une frappe de volée ou de demi-volée.
- Un essai par circuit.
- Jonglerie en mouvement libre (pied droit ou gauche) mais frappe de volée ou demi-volée « Pied gauche pour le circuit 1 », « Pied libre pour le circuit 2 », « Pied droit pour le circuit 3 ».



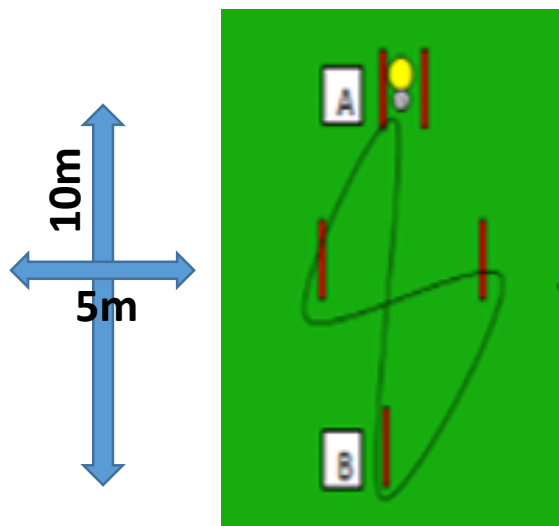
POINTS : 20 points maximum par circuit (10 points de jonglerie maîtrisée + 10 points si but marqué de volée ou demi-volée sans que le ballon ne touche le sol entre la frappe et le but).

ATELIER 4 : Conduite de Balle

50
points



ATELIER 4 : Conduite de balle (conduire le plus rapidement possible le ballon sur un circuit défini).



Protocole :

- Départ derrière la porte (ballon arrêté).
- Conduire le ballon en contournant les piquets suivant le schéma. (Piquet B à contourner en premier).
- A la fin du parcours en « 8 » le joueur doit mettre le pied sur le ballon derrière la porte.

POINTS : 50 points maximum : Meilleure performance 50 points puis 45 points au 2nd, 40 points au 3^{ème}... ainsi de suite jusqu'à 5 points minimum pour tous les joueurs qui ont réussi le parcours.

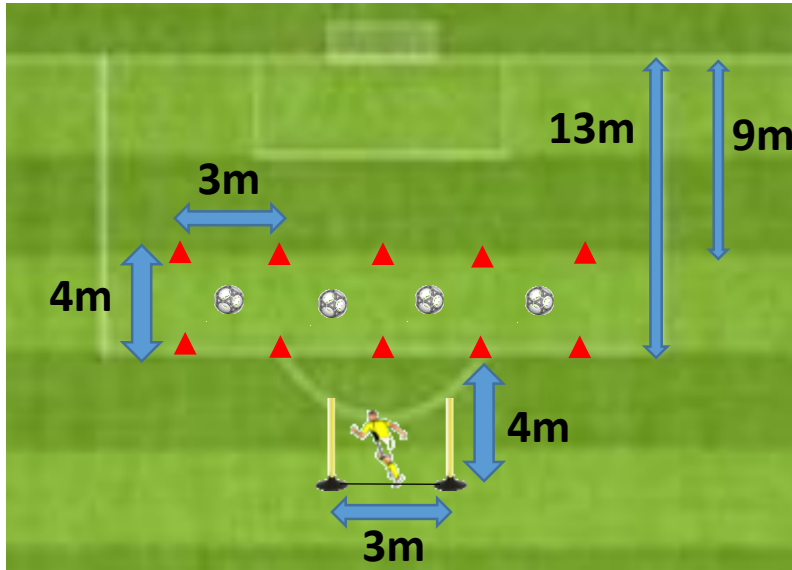
ATELIER 5 : Frappes « les 4 ballons »

50
points



ATELIER 5 :

Surface de réparation Foot à 8

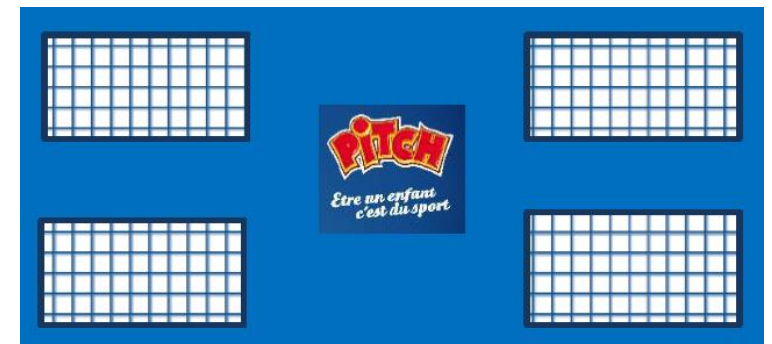


POINTS : 50 points maximum :
Meilleure performance 50 points puis
45 points au 2nd, 40 points au 3^{ème} ...
ainsi de suite jusqu'à 5 points minimum
pour tous les joueurs qui ont réussi le
parcours.

Protocole : Frapper 4 ballons le plus vite possible.

- Départ derrière la porte. Le chronomètre débute quand le joueur franchit la ligne de la porte de départ.
- Le joueur doit tirer au but 4 ballons arrêtés au centre des zones délimitées sur le schéma.
- Entre chaque tir, le joueur doit venir poser le pied derrière la ligne délimitée par la porte de départ. La chronomètre s'arrête au moment de la frappe du dernier ballon.
- Le joueur a le choix de frapper les ballons dans le sens de son choix.
- Dans le but, il y a une cible avec des « trous » des lucarnes et en bas de chaque poteau. Dans cet atelier, seules les lucarnes sont concernées.

Un bonus de -3 sec sera attribué à chaque fois que le ballon rentrera dans une lucarne (sans toucher terre) sur le temps total.

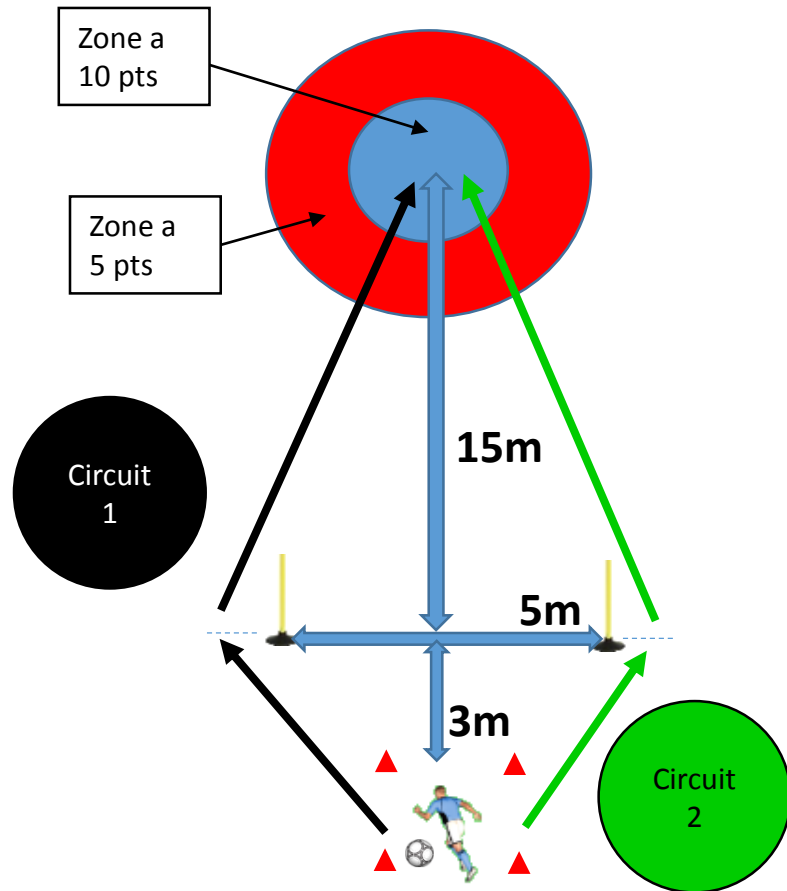


ATELIER 6 : Jeu Long

40
points



ATELIER 6 : Jeu long : à une distance de 15 mètres (mettre le ballon dans une zone précise).



Protocole : **Jeu long**.

-Départ dans le carré Rouge. Ce n'est pas un exercice de vitesse (pas de notion de temps).

-Chaque joueur a 4 ballons à jouer (2 ballons à jouer « pied gauche » et 2 ballons à jouer « pied droit »). La conduite jusqu'au piquet est libre mais le jeu long doit se jouer pied gauche pour le circuit 1 et pied droit pour le circuit 2 avant la ligne symbolisée par les pointillés

POINTS : 40 points maximum.

Si le ballon tombe dans la zone  (diamètre de 8 m) sans toucher le sol après la conduite de balle = 5 points.

Si le ballon tombe dans la zone  (diamètre de 4 m) sans toucher le sol après la conduite de balle = 10 points.

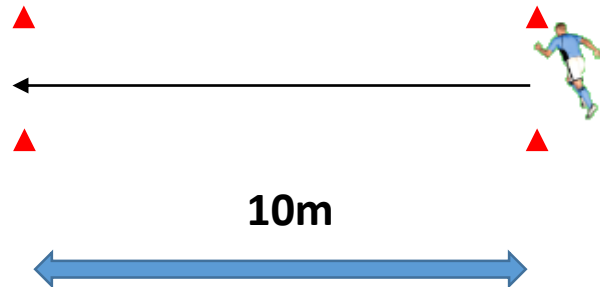
4 ballons au total à joueur – 10 points par ballon, soit un total de 40 points maximum

ATELIER 7 : Vitesse

60
points



ATELIER 7 : Vitesse : 10 mètres (course droite)



Protocole : **Vitesse**

- Aller le plus vite possible sur une distance de 10 mètres avec un départ arrêté.

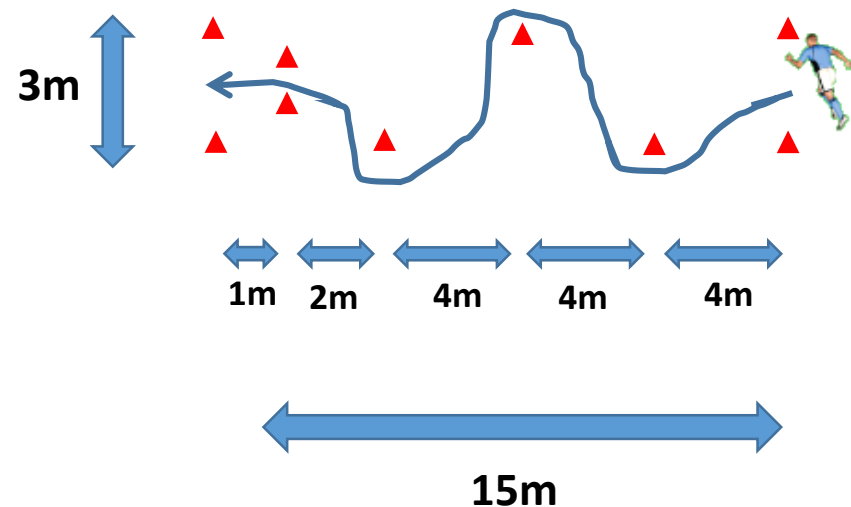
POINTS : 60 points maximum : Meilleure performance 60 points puis 55 points au 2nd, 50 points au 3^{ème}... ainsi de suite jusqu'à 5 points minimum pour tous les joueurs

ATELIER 8 : Vitesse course brisée

50
points



ATELIER 8 : Vitesse : 15 mètres (course brisée)



Protocole : **Vitesse**

- Aller le plus vite possible sur une distance de 15 mètres avec un départ arrêté.

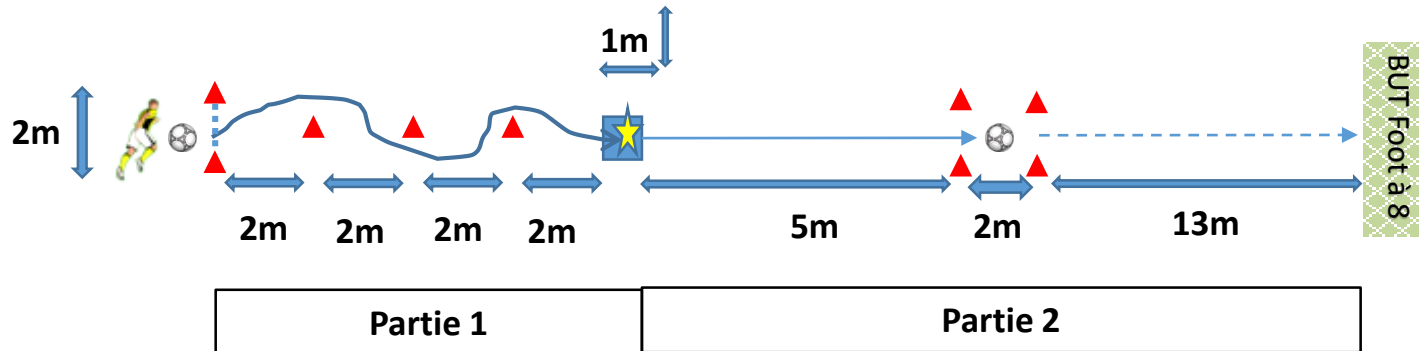
POINTS : 50 points maximum : Meilleure performance 50 points puis 45 points au 2nd, 40 points au 3^{ème}... ainsi de suite jusqu'à 5 points minimum pour tous les joueurs

ATELIER 9 : Conduite + Vitesse + frappe + Vitesse + Conduite .

50
points



ATELIER 9 : Conduite + Vitesse + frappe + Vitesse + Conduite (parcours ALLER-RETOUR).



*POINTS : 50 points maximum :
Meilleure performance 50 points puis
45 points au 2nd, 40 points au 3^{ème}...
ainsi de suite jusqu'à 5 points minimum
pour tous les joueurs*

Protocole : Objectif : réaliser un parcours le plus vite possible. Le parcours s'effectue en ALLER-RETOUR.

Trajet ALLER : Slalom en partie 1, puis le joueur pose le ballon dans le carré★. Il accélère sans ballon pour frapper un autre ballon en partie 2.

Trajet RETOUR : Une fois que le joueur a frappé le ballon, il effectue le parcours en sens inverse pour revenir au début du circuit, c'est-à-dire « Accélération » pour reprendre son ballon initial, slalom avec le ballon et dépôt du ballon en l'immobilisant derrière la ligne de départ.

Sur la frappe, si le ballon rentre directement dans le but sans toucher terre, un bonus de -3 sec sera accordé au joueur.



ATELIER 10 : QUIZZ

20
points

ATELIER 10 : Questions sur le PEF « Programme Educatif Fédéral »

Protocole :

Chaque joueur aura un questionnaire à choix multiple à remplir de 10 questions.
Ces questions porteront sur les règles de vies, les règles du jeu, la culture foot...

POINTS : 20 points maximum : Chaque bonne réponse rapportera 2 points au joueur.



FEUILLES DE RESULTATS



NOM :			PRENOM :			CLUB :			
Atelier 1	Atelier 2	Atelier 3	Atelier 4	Atelier 5	Atelier 6	Atelier 7	Atelier 8	Atelier 9	Atelier 10
Perf joueur	Perf joueur	Perf joueur	Perf joueur	Perf joueur	Perf joueur	Perf joueur	Perf joueur	Perf joueur	Perf joueur
Sur 70 pts	Sur 50 pts	Sur 60 pts	Sur 50 pts	Sur 50 pts	Sur 40 pts	Sur 60 pts	Sur 50 pts	Sur 50 pts	Sur 20 pts
TOTAL POINTS JOUEUR :			/ 500 pts						
CLASSEMENT :									

Pour tous renseignements :



Ludovic Cornebois

CTD PPF

[*lcornebois@lbfc.fff.fr*](mailto:lcornebois@lbfc.fff.fr)

0647682669

Clément Jaillet

CTD DAP

[*cjaillet@jura.fff.fr*](mailto:cjaillet@jura.fff.fr)

0683108137

BON TRAVAIL