



EQUIPE A :

1

EQUIPE B :

J	DATES*	DEFIS
RDF	18/09/2021	Rentrée du Foot
1	25/09/2021	Conduite de Balle
2	02/10/2021	Jonglerie Pieds et Tête
3	09/10/2021	Vitesse - Maîtrise
4	30/10/2021	Conduite de Balle
5	13/11/2021	Jonglerie Pieds et Tête
6	20/11/2021	Vitesse - Maîtrise
7	27/11/2021	Conduite de Balle

* Entourer la date du plateau

2

RESULTAT DU DEFI

Equipe A		Equipe B	
1		1	
2		2	
3		3	
4		4	
5		5	
6		6	
7		7	
8		8	
9		9	
10		10	
11		11	
12		12	
Total		Total	

ATTRIBUTION DES POINTS DU DEFIS		
DEFI JONGLERIE PIEDS + TETE	> 200	3 points
	> 81 et ≤ 200	2 points
	≤ 80	1 points
	NON Réalisé	0 point
DEFI CONDUITE et DEFI VITESSE MAITRISE	Premier	2 points
	Second	1 points
	En cas d'égalité	1 point partout
	NON Réalisé	0 point

DEFI EQUIPE A	DEFI EQUIPE B
..... Points Points

3

RESULTAT DU MATCH

	EQUIPE A	EQUIPE B
Nombre de Buts Buts Buts
Victoire : 3Points - Egalité: 2 points - Défaite: 1 point		
Nombre de Points Points Points

REMARQUES:

4

RESULTAT DU PLATEAU

Le Résultat ci-dessous est à saisir sur FootClubs

EQUIPE A		EQUIPE B
..... Points	Total des Points DEFI + MATCH Points
EQUIPE A		EQUIPE B
.....	Noms des Dirigeants
Signatures		

FEUILLE "LICENCES" - U12F PHASE N°1 - Saison 2021 - 2022

Joueuses nées en 2010, 2011 et 2012



Poule :

Date : / /

Lieu :

EQUIPE A :

EQUIPE B :

N°	Nom - Prénom	N° de licence	N°	Nom - Prénom	N° de licence
1			1		
2			2		
3			3		
4			4		
5			5		
6			6		
7			7		
8			8		
9			9		
10			10		
11			11		
12			12		

E= Educateur - D= Dirigeant

E= Educateur - D= Dirigeant

E		E	
D		D	

ARBITRE DU MATCH

A	Nom - Prénom	N° de licence
---	--------------	---------------

REMARQUES GENERALES SUR LE PLATEAU : (état-d'esprit sur le terrain, en dehors du terrain, déroulement du défi, 13ème joueur présent, arbitrage par des jeunes, autre...)

Signature responsable équipe A		Signature responsable équipe A	
Contrôle des licences effectué <input type="checkbox"/> (cocher la case)		Contrôle des licences effectué <input type="checkbox"/> (cocher la case)	
Avant match	Après match	Avant match	Après match

Feuille "LICENCES" à transmettre via footclubs en tant que feuille de match principale dans les 48h après la rencontre accompagnée de la feuille "RESULTATS".

LE DEFI CONDUITE DE BALLE EN U12F

EXPLICATION DE LA MISE EN PLACE DU DEFI

Chaque joueuse doit effectuer un slalom le plus rapidement possible.

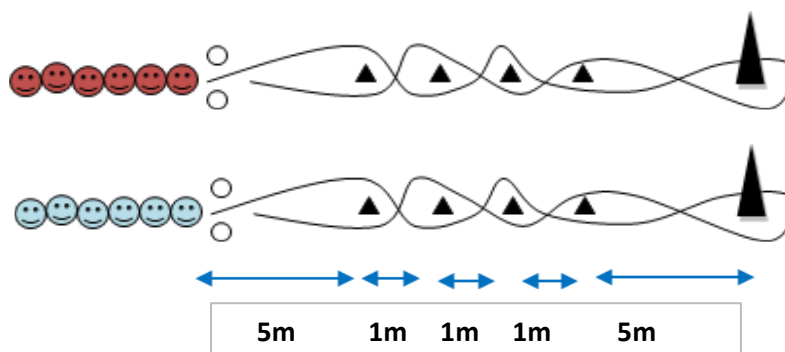
- * Les 2 équipes sont concernées en même temps par ce défi.
- * Le club recevant mettra en place 2 circuits identiques (voir croquis).
- * Le défi s'effectue entre 2 joueuses (une de l'équipe A, une de l'équipe B)
- * Mettre les joueuses dans l'ordre de la feuille "licences"
- * Tous les joueuses participent au défi
- * En cas de différence numérique, faire repasser une ou plusieurs joueuses ayant perdu leur défi

Au signal, les 3 joueuses font le parcours comme indiqué sur le schéma (elles peuvent commencer par contourner le 1er cône par la droite ou par la gauche)

> La 1^{ère} joueuse qui STOP son ballon derrière la ligne de départ **marque 3 points**

> La 2^{ème} joueuse **marque 2 points**

Si 2 joueuses arrivent en même temps, elles marquent 2 points chacune.



* Pour remporter le slalom, la joueuse doit parfaitement l'exécuter (voir croquis) et **IMMOBILISER LE BALLON SUR LA LIGNE D'ARRIVEE.**

* Quand toutes les joueuses sont passées au défi, l'équipe qui marque le plus de points gagne le défi et empoche 3 points, la deuxième empoche 2 points.

Si match nul, chaque équipe empoche 2 points.

**On ne se débarasse pas du défi !!!
Celui-ci permet aux éducateurs d'observer
une progression technique des joueuses...**

LE DEFI JONGLERIE EN U12F

EXPLICATION DE LA MISE EN PLACE DU DEFI

1) Expliquer les règles à toutes les joueuses (nombre d'essais, surface de rattrapages, etc....)

Le défi est réalisé avant la rencontre.

2) Mettre les joueuses par 2, c'est-à-dire :

la numéro 1 de l'équipe A avec la numéro 1 de l'équipe B

la numéro 2 de l'équipe A avec le numéro 2 de l'équipe B

.....

S'il y a un nombre impair de joueurs, former un groupe de 3 joueuses.

3) Dans un groupe de 2 joueuses, il y en a une qui compte les jonglages de l'autre et quand celle-ci a terminé son défi, elle s'arrête. Cette fois-ci les rôles s'inversent, celle qui comptait va jongler et celle qui jonglait va compter.

4) Chaque joueuse doit réaliser la jonglerie "PIEDS" et la jonglerie "TETE" . Chaque joueuse réalise les 2 défis à la suite. Exemple :

La numéro 1 de l'équipe A réalise son défi "PIEDS" , il totalise 41 contacts "PIEDS"

Puis elle réalise le défi "TETE" et totalise 13 contacts "TETE"

La numéro 1 de l'équipe B retiendra donc le résultat de 54 contacts pour la numéro 1 de l'équipe A

5) Une fois le défi terminé, chaque "binôme" se dirige vers leur éducateur qui va relever les résultats sur la feuille annexe.

RAPPELS DES REGLES et OBJECTIFS

- * L'objectif à atteindre à chaque défi est de 70 contacts (50 contacts PIEDS + 20 contacts TETE).
- * Le départ du défi "PIEDS" s'effectue au sol ou à la main.
- * Les surfaces de rattrapage sont autorisées, illimitées mais non comptabilisées
- * La joueuse possède 2 essais pour réaliser sa performance. La meilleure sera notée sur la feuille de plateau dans le tableau prévu à cet effet.
- * Quand tous les joueuses ont effectué le défi, l'éducateur entoure les 8 meilleures performances. Le total de l'équipe ne peut pas dépasser 560 jonglages (8 x 70 = 560). Puis en fonction du total des 8 meilleures résultats, l'équipe obtient soit 3, 2 ou 1 point comme indiqué ci-dessous.

3 points si > 200

2 points si > 81 et ≤ 200

1 point si ≤ 80

0 point si non réalisé

**On ne se débarasse pas du défi !!!
Celui-ci permet aux éducateurs d'observer
une progression technique des joueuses...**

LE DEFI VITESSE MAITRISE

EXPLICATION DE LA MISE EN PLACE DU DEFI

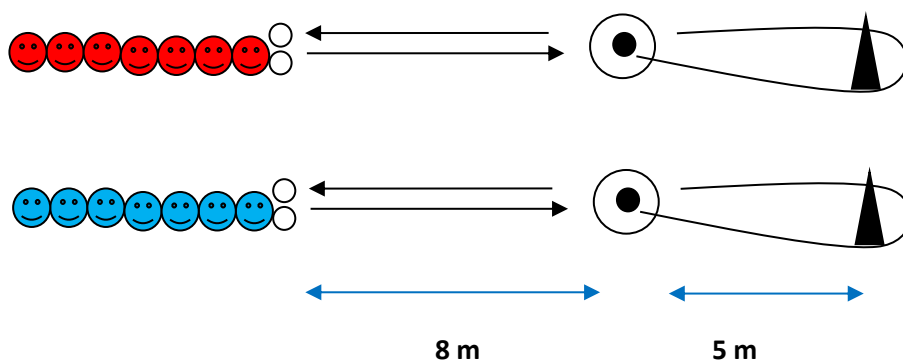
- * Les 2 équipes sont concernées en même temps par ce défi.
- * Le club recevant mettra en place 2 circuits identiques (voir croquis).
- * Le défi s'effectue entre 2 joueuses (une de l'équipe A, une de l'équipe B)
- * Mettre les joueuses dans l'ordre de la feuille "licences"
- * Toutes les joueuses participent au défi
- * En cas de différence numérique, faire repasser une ou plusieurs joueuses ayant perdu leur défi

Au signal, les 2 joueuses partent, sprintent sur 8 mètres, récupèrent le ballon dans le cerceau, conduisent le ballon, contournent le piquet, arrêtent le ballon dans le cerceau puis sprintent jusqu'à l'arrivée.

> La 1^{ère} joueuse qui passe la ligne de départ **marque 3 points**

> La 2^{ème} joueuse **marque 2 points**

Si les 2 joueuses arrivent en même temps, elles marquent 2 points chacune.



* Quand toutes les joueuses sont passées au défi, l'équipe qui marque le plus de points gagne le défi et empoche 3 points, la deuxième empoche 2 points et la troisième empoche 1 point.

Si match nul, chaque équipe empoche 2 points.

**On ne se débarasse pas du défi !!!
Celui-ci permet aux éducateurs d'observer
une progression technique des joueuses...**