


|            |                          |                   |   |
|------------|--------------------------|-------------------|---|
| Catégorie  | <b>CONTRAT JONGLERIE</b> |                   |  |
| <b>U11</b> | <u>Valeur :</u>          | <b>ENGAGEMENT</b> |   |

**Veiller à :**

- Engagement dans sa pratique du jeune joueur : il se fixe des objectifs et s'efforce de les atteindre.
- une activité suffisante des enfants - idéalement 1 ballon par joueur

Chaque joueur se voit fixer un objectif par son éducateur ("contrat" éducateur / joueur).

Le départ se fait ballon à la main, le ballon doit être rattrapé à la main pour valider le palier.

Réussir le niveau 1 du contrat pour passer au niveau 2, puis 3, etc.

| Contrat | Bleu                 | Blanc                           | Rouge                        |
|---------|----------------------|---------------------------------|------------------------------|
| 1       | 1 pied               | 1 pied faible                   | 1 pied faible x5             |
| 2       | 1 pied x2            | 1 pied faible x2                | 2 pied faible x4             |
| 3       | 1 pied x3            | 1 pied faible x3                | 15 pieds x2                  |
| 4       | 1 pied x4            | 1 pied faible x4                | 4 pieds alternés x2          |
| 5       | 1 pied x5            | 5 pieds x2                      | 6 pieds alternés x2          |
| 6       | 2 pieds              | 1 pied droit + 1 pied gauche    | 8 pieds alternés             |
| 7       | 2 pieds x2           | 1 pied droit + 1 pied gauche x2 | 10 pieds alternés            |
| 8       | 2 pieds x3           | 1 pied droit + 1 pied gauche x3 | 4 pieds alt. + 2 cuisses x2  |
| 9       | 2 pieds x4           | 1 pied droit + 1 pied gauche x4 | 6 pieds alt. + 2 cuisses x2  |
| 10      | 2 pieds x5           | 1 pied droit + 1 pied gauche x5 | 3 pieds faibles x3           |
| 11      | 1 pied + 1 cuisse    | 2 pieds + 1 cuisse              | 4 pieds faibles x2           |
| 12      | 1 pied + 1 cuisse x2 | 2 pieds + 1 cuisse x2           | 5 pieds faibles              |
| 13      | 1 pied + 1 cuisse x3 | 2 pieds + 1 cuisse x3           | 8 pieds alt. + 2 cuisses x2  |
| 14      | 1 pied + 1 cuisse x4 | 2 pieds + 1 cuisse x4           | 10 pieds alt. + 2 cuisses x2 |
| 15      | 1 pied + 1 cuisse x5 | 2 pieds + 1 cuisse x5           | 20 pieds x2                  |
| 16      | 3 pieds              | 6 pieds                         | 2 forts + 2 faibles x2       |
| 17      | 3 pieds x2           | 7 pieds                         | 4 forts + 2 faibles x2       |
| 18      | 3 pieds x3           | 8 pieds                         | 8 forts + 2 faibles          |
| 19      | 3 pieds x4           | 9 pieds                         | 10 forts + 4 faibles         |
| 20      | 3 pieds x5           | 10 pieds                        | 30 pieds x2                  |

Nota : "1 pied x2" signifie qu'il faut réussir le palier 2 fois à la suite.

**Préconisation en cas d'effectifs trop importants et manque d'encadrement :**

Mettre les joueurs par groupe de 2 avec un ballon. Chacun essaye à tour de rôle de réaliser l'objectif donné par l'éducateur.

Retrouvez plus d'informations dans le Guide Interactif du Football des Enfants (GIFE). Téléchargeable sur le site de la FFF - [www.fff.fr](http://www.fff.fr)

Rubrique : DTN - Développement des pratiques - Football des Enfants - Le Guide Interactif du Football des Enfants