



LE DEFI JONGLAGE U13



OBJECTIF : REALISER LE MAXIMUM DE JONGLAGES PENDANT 3 MINUTES

La performance à atteindre

50 pieds droits

50 pieds gauches

50 têtes

**Le responsable de la jonglerie prévoit 2 x 12 ballons, 1 sifflet et prend avec lui les feuilles de jonglage.
Il se met en place dans le rond central du terrain à 11.**

Les 2 équipes qui jouent l'une contre l'autre s'alignent sur leur terrain, face à face, en laissant assez d'espace à chaque enfant pour jongler.

**Les enfants sont ainsi 2 par 2, 1 de chaque équipe. Un enfant jongle, pendant que l'autre compte.
Tous les enfants d'une même équipe jonglent en même temps.**

Le responsable donne un coup de sifflet pour avvertir du début du défi jonglage. C'est parti pour 2 minutes des pieds.

Les enfants commencent par les pieds. Le ballon est monté au pied à partir du sol (si l'enfant est en grande difficulté, il peut monter le ballon avec les mains).

Aucun rattrapage n'est autorisé. Le ballon ne doit toucher que le pied avec lequel l'enfant jongle.

Si le ballon touche le sol, ou une autre partie du corps que celle autorisée, le compteur recommence à 0.

Il n'y a pas de limite de nombre d'essais.

Le responsable indique aux enfants qu'il reste 1 minute pour les pieds. Les enfants ont ainsi un repère temporel pour réaliser une performance pour chaque pied.

Une fois les 2 minutes écoulées, le responsable donne un coup de sifflet afin de prévenir les enfants qu'ils doivent jongler de la tête. C'est parti pour 1 minute de la tête. Un enfant qui réalise 50 contacts de chaque pied avant la fin des 2 minutes imparties, il peut commencer à jongler de la tête avant le coup de sifflet.

Le ballon est monté sur la tête avec les mains. Il n'y a pas de rattrapage possible. Si le ballon touche une autre partie du corps que la tête, le compteur recommence à 0.

Le responsable donne un dernier coup de sifflet pour indiquer la fin du jonglage de la tête.

Les compteurs vont rapporter le meilleur score du pied droit, du pied gauche et de la tête au responsable afin qu'il les note sur la feuille de jonglage.

Une fois les résultats donnés, les enfants retournent à leur place, prennent un ballon, et attendent le coup de sifflet de départ. Les rôles sont ainsi alors inversés.

Si le nombre de joueurs n'est pas égal, les joueurs qui jonglent seuls sont sous la surveillance des accompagnateurs des 2 équipes.