

# JE JOUE



## Evaluation des compétences de JOUEUR

**Cahier technique  
7 – 11 ans**

### DRIBBLER :

JD1	- main forte et main faible	D3
JD2	- protéger le ballon face à un défenseur : garder le contrôle du ballon sous une pression défensive	D10
JD3	- en changeant de main pour passer un défenseur	D6
JD4	- aller tirer en dribblant : enchaîner dribble et tir	TC11

### PASSER :

JP1	- à un partenaire immobile	P1
JP2	- à un joueur seul : passe à un partenaire qui se déplace	P7
JP3	- face à un défenseur : passe à un partenaire malgré une pression défensive	P8
JP4	- en lancer de contre-attaque à une main à un joueur qui se déplace	P5 + P10 (j'apprends)

### TIRER :

JT1	- en course après dribble (main forte / main faible)	T6
JT2	- en course après passe (main forte / main faible)	T10
JT3	- en course avec pression défensive	TC6
JT4	- à mi-distance après dribble	T11

### REGARDER :

#### Attaquant :

JR1	- porteur : jouer le 1c1 : fixer passer ou tirer	D12 + TC12
JR2	- non porteur : se démarquer, se déplacer pour faciliter l'action du porteur, occuper les espaces libres, ne pas rester dans l'espace de jeu direct du porteur	P12
JR3	- sait réagir rapidement au changement de statut attaquant/défenseur : participer à une contre-attaque, au repli défensif	TC12

#### Défenseur :

JR4	- sait gêner la passe sur un non porteur	P12
-----	--	-----