M12 2ème année

LIVRET DU JEUNE JOUEUR

Cette grille concerne les joueurs, joueuses en ***deuxième année de M12 uniquement***
Compléter uniquement les cases blanches :
- Une ***colonne par joueur***
- Indiquer un symbole " ***x*** *" si* ***Acquis*** *-* ***Laisser la case vide*** *si* ***en cours d'acquisition ou non acquis***
- Les ***smileys apparaissent automatiquement*** *en fonction des acquis du joueur (bien respecter la condition précédente)*
Pour chaque thématique ***un nombre d'acquis minimum*** *est nécessaire : si le smiley de la thématique est* ***"vert"*** *la* ***thématique est validée,*** *si le smiley est* ***"orange"*** *la* ***thématique n'est pas validée***
- Les critères en ***rouge*** *doivent* ***obligatoirement être acquis*** *pour valider la thématique*
Pour ***valider la seconde année*** *, le joueur, la joueuse devra avoir validé les* ***3 premieres thématiques plus deux autres thématiques minimum***
- La validation de la seconde année M12 se symbolise par un ***grand "smiley vert"*** *en* ***fin de page,*** *si un* ***grand "smiley orange"*** *apparait la seconde année M12* ***n'est pas validée***

Nom du Club											
Saison Sportive											
Date de l'évaluation											
Thématique 1 : ETAT D'ESPRIT											
1.1	Je porte les valeurs du rugby										
1.2	Je maîtrise mes émotions										
1.3	Je suis acteur de la vie de groupe (autonomie)										
1.4	Je suis assidu(e) aux matchs et aux entraînements										
1.5	Je prends soin de mes affaires										
1.6	J'aide au rangement du matériel										
TOTAL THEMATIQUE 1 (année 1 minimum : 3 acquis ; **année 2 minimum 4 acquis**)											
Thématique 2 : POUSSEE POSTURE											
2.1	Je réalise un squat complet										
2.2	Je me déplace en 4 appuis dans les 4 directions										
2.3	Je réalise le circuit pré mêlée										
2.4	J'enchaîne 2 sauts en longueur										
2.5	J'annonce les commandements en appliquant les postures appropriées										
2.6	Je pousse puis je recule en conservant la bonne posture										
2.7	Je réalise le pont en extension cervicale durant 3x5 sec										
2.8	Je fais une roulade de judo épaule gauche et épaule droite										
TOTAL THEMATIQUE 2 (année 1 minimum : 4 acquis ; **année 2 minimum 6 acquis**)											
Thématique 3 : PLAQUAGE (Gauche : G ; Droite : D)											
3.1a	Plaquage D : Je cible la taille et j'y engage mon épaule										
3.1b	Plaquage G : Je cible la taille et j'y engage mon épaule										
3.2a	Plaquage D : Je place ma tête du bon côté sur le flan du porteur de balle (tête contre le dos de l'adversaire)										
3.2b	Plaquage G : Je place ma tête du bon côté sur le flan du porteur de balle (tête contre le dos de l'adversaire)										
3.3a	Plaquage D : Je serre fort les bras et m'aide de la tête pour accentuer le déséquilibre du porteur de balle										
3.3b	Plaquage G : Je serre fort les bras et m'aide de la tête pour accentuer le déséquilibre du porteur de balle										
3.4a	Plaquage D : Je pousse sur les jambes pour déséquilibrer le porteur de balle										
3.4b	Plaquage G : Je pousse sur les jambes pour déséquilibrer le porteur de balle										
3.5a	Plaquage D : Je fais tomber rapidement le porteur de balle en ayant gagné du terrain										
3.5b	Plaquage G : Je fais tomber rapidement le porteur de balle en ayant gagné du terrain										
TOTAL THEMATIQUE 3 (année 1 minimum : 5 acquis **; année 2 minimum 7 acquis)**											
Thème 4 : REGLES DU JEU											
4.1	Je différencie la ligne d'avantage et la ligne de hors-jeu										
4.2	Je connais la règle hors-jeu sur le jeu au pied										
4.3	Je peux assurer un rôle d'arbitre lors de l'entrainement										
4.4	Je connais et respecte les règles de sécurité										
4.5	J'applique correctement les règles du jeu										
4.6	Je connais les différentes formes de pratique de ma catégorie										
TOTAL THEMATIQUE 4 (année 1 minimum : 3 acquis **; année 2 minimum 4 acquis)**											
Thématique 5 : HABILITES MAINS / PIEDS											
Habilité main :											
5.1	Je Maîtrise la passe au sol										
5.2	Je réceptionne un ballon en mouvement										
5.3	J'ai une trajectoire de passe tendue										
5.4	J'envoie le ballon à un partenaire à droite à 5m qui peut le réceptionner										
5.5	J'envoie le ballon à un partenaire à gauche à 5m qui peut le réceptionner										
Habilité pied :											
5.6	Je droppe dans une zone (au-delà des 10m et dans les 15m)										
5.7	Je botte le ballon avec un jeu au pied de volée										
5.8	Je botte le ballon avec le mauvais pied										
5.9	Je touche une cible avec un jeu au pied rasant (motricité fine)										
5.10	Je pousse le ballon au sol dans la course										
TOTAL THEMATIQUE 5 (année 1 minimum : 5 acquis ; **année 2 minimum 7 acquis**)											
Thématique 6 : LECTURE DU JEU											
6.1	Pré agit : je me démarque										
6.2	Pré agit : j'adapte ma profondeur										
6.3	J'avance avec de la vitesse / Vers l'en-but adverse										
6.4	Je prends en compte mon partenaire / Adversaire (tourne la tête / je regarde)										
6.5	Je fais le bon choix : Passe au partenaire / Garde et Perce										
6.6	Essai : Je marque / je fais marquer										
TOTAL THEMATIQUE 6 (année 1 minimum : 3 acquis ; **année 2 minimum 4 acquis**)											
RESULTATS M12 - 2ème année : **Smiley vert : année validée ; Smiley orange : année non validée**											