

| M10 2 ^{ème} année | | LIVRET DU JEUNE JOUEUR | | | | | | | | | |
|---|--|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  | | <p>Cette grille concerne les joueurs, joueuses en deuxième année de M10 uniquement</p> <p>Compléter uniquement les cases blanches :</p> <p>- Une colonne par joueur</p> <p>- Indiquer un symbole "x" ou du texte si Acquis - Laisser la case vide si en cours d'acquisition ou non acquis</p> <p>- Les smileys apparaissent automatiquement en fonction des acquis du joueur (bien respecter la condition précédente)</p> <p>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</p> <p>- Les critères en rouge doivent obligatoirement être acquis pour valider le thème</p> <p>Pour valider la seconde année, le joueur devra avoir validé les 3 premières thématiques plus deux autres thématiques minimum</p> <p>- La validation de la seconde année M10 se symbolise par un grand "smiley vert" en fin de page, si un grand "smiley orange" apparaît la seconde année M10 n'est pas validée</p> | | | | | | | | | |
| | |  | | | | | | | | | |
| 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 m'engage et démontre du goût à l'effort | | | | | | | | | | |
| 1.3 | J'accepte les différences (culturelles, sociales...) | | | | | | | | | | |
| 1.4 | J'assume les responsabilités confiées par l'éducateur | | | | | | | | | | |
| 1.5 | J'informe de mes absences et je suis ponctuel(le) | | | | | | | | | | |
| 1.6 | J'aide au rangement du matériel | | | | | | | | | | |
| TOTAL THEMATIQUE 1 (année 1 minimum : 3 acquis ; année 2 minimum 4 acquis) | | | | | | | | | | | |
| Thématique 2 : PUSSEE POSTURE | | | | | | | | | | | |
| 2.1 | Je marche en canard | | | | | | | | | | |
| 2.2 | Je fais dos plat, dos creux, dos rond | | | | | | | | | | |
| 2.3 | Je me déplace en 4 appuis dans les 4 directions | | | | | | | | | | |
| 2.4 | Je saute à 2 pieds par-dessus un ballon en étant équilibré à la réception | | | | | | | | | | |
| 2.5 | A l'annonce des commandements de l'éducateur, j'applique les postures appropriées. | | | | | | | | | | |
| 2.6 | Je pousse pour gagner le ballon | | | | | | | | | | |
| 2.7 | Je réalise le pont extension cervicale durant 5 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 ma tête reste collée au plaqué jusqu'à la fin du plaquage | | | | | | | | | | |
| 3.3b | Plaquage G : Je serre fort les bras et ma tête reste collée au plaqué jusqu'à la fin du plaquage | | | | | | | | | | |
| 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 | | | | | | | | | | |
| 3.5b | Plaquage G : Je fais tomber rapidement le porteur de balle | | | | | | | | | | |
| TOTAL THEMATIQUE 3 (année 1 minimum : 5 acquis ; année 2 minimum 7 acquis) | | | | | | | | | | | |
| Thématique 4 : REGLES DU JEU | | | | | | | | | | | |
| 4.1 | Je connais la règle du ruck et ses lignes de hors-jeu | | | | | | | | | | |
| 4.2 | Je connais la règle de la touche et ses lignes de hors-jeu | | | | | | | | | | |
| 4.3 | Je connais la règle de la mêlée et ses lignes de hors-jeu | | | | | | | | | | |
| 4.4 | Je connais la règle du maul et ses lignes de hors-jeu | | | | | | | | | | |
| 4.5 | Je connais et respecte les règles de sécurité | | | | | | | | | | |
| 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 | | | | | | | | | | | |
| Habileté main : | | | | | | | | | | | |
| 5.1 | Je réceptionne un ballon en mouvement | | | | | | | | | | |
| 5.2 | Je réalise la passe en mouvement sans me bloquer sur les appuis | | | | | | | | | | |
| 5.3 | J'ai une trajectoire de passe tendue | | | | | | | | | | |
| 5.4 | J'envoie le ballon à un partenaire à droite à 4m qui peut le réceptionner | | | | | | | | | | |
| 5.5 | J'envoie le ballon à un partenaire à gauche à 4m qui peut le réceptionner | | | | | | | | | | |
| Habileté pied : | | | | | | | | | | | |
| 5.6 | Je réalise un coup de pied franc décollé du sol | | | | | | | | | | |
| 5.7 | Je maîtrise le drop | | | | | | | | | | |
| 5.8 | Je botte un ballon de volée | | | | | | | | | | |
| 5.9 | Je vise une cible avec 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 sa 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 M10 - 2^{ème} année : Smiley vert : année validée ; Smiley orange : année non validée | | | | | | | | | | | |