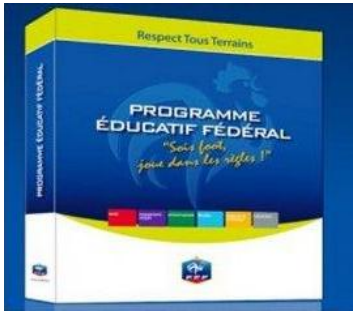
LIGUE DE FOOTBALL
NOUVELLE-AQUITAINE

L' A.S.M.U.R. s'engage dans le Programme Éducatif Fédéral



Référent PEF:
SARTHOU Ludovic
Responsables de l'action:
CORTINA Aude
LOUSTAU Léa
HOURCAILLAOU Marie

DOMAINE DE COMPETENCES:

TITRE DE L'ACTION: SANTÉ - HYDRATATION

CATEGORIE:

U6 / U9		U10 / U13	X	U14 / U19	X

P PLAISIR R RESPECT Ê ENGAGEMENT T TOLÉRANCE S SOLIDARITÉ

FICHE D'ACTION

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

« Respect Tous Terrains »

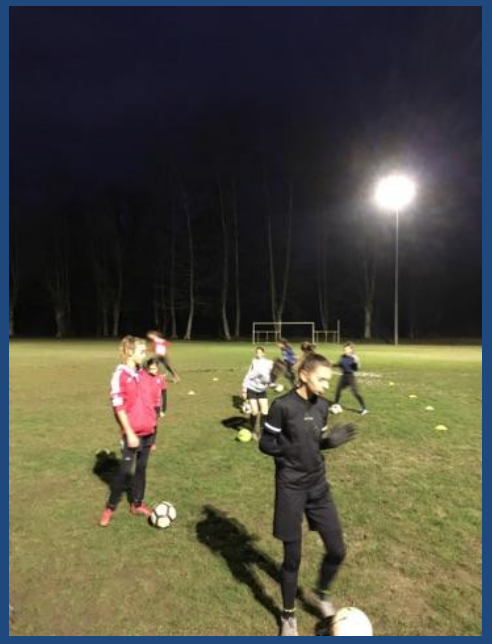
« Sois foot, joue dans les règles ! »

SANTÉ - HYDRATATION

OBJECTIF: Sensibiliser sur l'hydratation du sportif par l'intermédiaire d'un atelier technique
Bien s'hydrater, pour bien jouer

DESCRIPTIF: Mise en place d'un atelier technique (conduite de balle) et questions sur la Santé et l'hydratation pour jouer au football.
3 zones distinctes (zone QUESTION, zone VRAI et zone FAUX)
L'éducatrice pose une question, et la joueuse doit se déplacer en conduite de balle vers la zone VRAI ou FAUX.
Atelier réalisé seule, celle qui répond correctement aux questions remporte cette atelier.
Un bilan est réalisé ensuite avec l'ensemble des joueuses.

RETOUR EN IMAGES SUR L'ACTION



DATE: 02/02/18 Responsable de l'action: CORTINA Aude / LOUSTAU Léa
HOURCAILLAOU Marie