Fondation du Football
ASSOCIATION DE PRÉFIGURATION

Ce que le football m'apporte !

1 Une meilleure condition physique bien sûr !

Outre la dépense physique indispensable aux jeunes joueurs, le football développe l'ossature et les capacités musculaires. Il a également des effets positifs sur le système cardio-vasculaire (diminution de la tension artérielle, augmentation de la force et du fonctionnement du cœur).

2 Du plaisir avant tout !

Le football est avant tout un loisir où le plaisir est le premier objectif recherché.

3 Le développement de la confiance en soi

Evoluer dans une équipe à un poste précis où on a des responsabilités, gagner ensemble… autant de situations qui permettent aux jeunes joueurs de prendre confiance en eux.

4 L'épanouissement personnel et l'appartenance au groupe

S'engager dans un sport collectif, c'est vouloir trouver un équilibre personnel en apprenant à « jouer avec les autres » et en vivant des expériences ensemble.

5 L'esprit de compétition

Le football contribue à développer l'esprit de compétition, en essayant d'être le meilleur dans les limites acceptées des règles du jeu.

6 Le dépassement de soi

Dans le sport, comme dans la vie de tous les jours, il s'agit de tendre vers le « toujours mieux » et donc de rechercher systématiquement à progresser.