PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

« FICHE ACTION »

Ligue :	LIGUE MEDITERRANEE DE FOOTBALL
District :	District des Alpes de Football
Club :	Laragne Sport Football

U6 U9 ☐ | U10 U13 ☑ | U14 U19 ☐

CHOIX DE LA THÉMATIQUE

Santé ☑ | Engagement citoyen ☐ | Environnement ☐ | Fair-Play ☐ | Règles du jeu et arbitrage ☐ | Culture foot ☐

Nom de l'Action :	Apprendre à faire ses lacets

PHOTO DE L'ACTION

RÉSUMÉ DE L'ACTION

Un atelier sous forme de relais chronométré divisé en deux parcours, avec une zone laçage, un zone vérification et une zone technique par parcours.
Organisation d'une démonstration collective sur la manière de réaliser ses lacets de chaussures puis répartition des deux équipes sur les parcours.
Les joueurs partent avec les lacets défait jusqu'à la zone de laçage, une fois le lacet fais ils continuent le parcours vers la seconde zone ou l'éducateur effectue la vérification puis si les