



LARAGNE SPORTS FOOTBALL

07/01/17

environ 50 U8 U9

Nom du club (à compléter)

Date (à compléter)

Nb participants (à compléter)

District

Des ALPES

Thématique

SANTÉ



Nom de l'action

FAIRE SON SAC
et Bien S'équiper

Résumé de l'action

(Qui ? Quand ? Quoi ? Ou ? Comment ?)

Nous avons mis en place un slalom, à effectuer en conduite de balle, avec une zone en fin de slalom, dans laquelle les enfants devaient choisir les objets à récupérer pouvant constituer leur sac de foot.

Une fois tous les enfants passés, nous les avons rassemblés afin de débrieffer avec eux quels objets ont été sélectionnés et pourquoi.

Puis nous leur avons expliqués comment adapter son équipement selon les surfaces de jeux et les conditions climatiques.

Pour finir nous avons parlé de l'importance de bien faire ses lacets afin d'éviter toutes blessures.