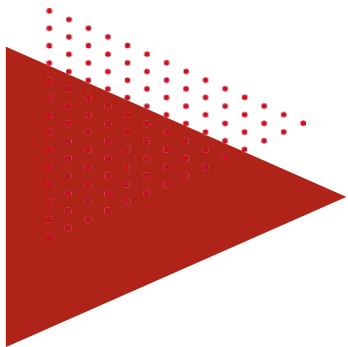




# PROGRAMME ÉDUCATIF FÉDÉRAL

FICHE  
ACTION







29/09/2022



	Indiquez le nom votre ligue, district et club
LIGUE	BRETAGNE
DISTRICT	ILLE ET VILAINE
CLUB	ESP CHARTRES DE BRETAGNE FOOTBALL

		
U6/U9	U10/U13	U14/U19
X		

Mettre une croix dans la case que vous souhaitez

Choix de la thématique		
		Mettre une croix dans la case
	Santé	X
	Engagement citoyen	
	Environnement	
	Fair-Play	
	Règles du jeu et arbitrage	
	Culture foot	





# SAC DE FOOT

- Il semble très important de sensibiliser dès le plus jeunes âge les joueurs et joueuses sur l'importance du contenu de son sac de foot. C'est pourquoi nous avons mit en place l'atelier « SAC DE FOOT » pendant une séance d'entraînement avec les joueurs(ses) des catégories U8/U9 !
- Cet atelier est adapté aux catégories de U6 à U9. Idéalement, 10/12 joueurs(ses) sont nécessaires pour son bon déroulement soit 2 équipes de 5/6 joueurs(ses).
- Ce dernier se déroule sous forme de relais chronométré. Chaque équipe est positionnée dans sa propre zone de départ caractérisée par des coupelles. Au top, le joueur 1 de chaque équipe se lance balle aux pieds dans un circuit technique qui aboutit sur une frappe dans un but réduits. Une fois le ballon tiré dans le but, le joueurs doit se rendre le plus rapidement possible vers la « zone images » où sont dispersées différentes images objets qu'il est nécessaire ou non de mettre dans son sac de foot. Ce joueur doit faire le choix de prendre une image et aller la positionner dans son sac à dos positionné non loin des buts réduits avant de récupérer son ballon et de le ramener à son coéquipier pour qu'il puisse enchaîner sur le même parcours.
- Une fois que chaque membre de chaque équipe est passé 1 fois, l'éducateur arrête le chronomètre et demande aux 2 équipes de venir se rassembler devant leur sac de foot respectif contenant les images choisies. Chacun reprends son image et explique pourquoi avoir prit cette dernière (utilité, vision de la chose, point de vue...). En cas de mauvaise réponse, l'équipe en question se voit rajouter 5 secondes sur son chronomètre.
- L'équipe qui a donc le temps le moins élevé remporte la manche. Dans l'idéal, il est bon de faire 3 manches maximum.

