



5.1

► Les activités éducatives





5.1 Les activités éducatives

Thématiques PEF	U8 – U11		U12 – U15	
SANTÉ	« Bien manger, c'est mieux jouer » <i>Action en salle</i>	« Garder la ligne d'eau » <i>Action terrain</i>	« Foot et santé combinés » <i>Action en salle</i>	« Le coup franc gagnant » <i>Action terrain</i>
ENGAGEMENT CITOYEN	« La vision du jeu » <i>Action terrain</i>	« Vis ta charte » <i>Action en salle</i>	« Un monde idéal » <i>Action terrain</i>	« Le match » (réseaux sociaux) <i>Action en salle</i>
ENVIRONNEMENT	« Ma journée d'enVERTgure » <i>Action transversale</i>	« L'eau est un trésor » <i>Action terrain</i>	« Mon équipe en or » <i>Action en salle</i>	« L'énergie verte » <i>Action terrain</i>
FAIR-PLAY	« Le poster du fair-play » <i>Action en salle</i>	« Les portes du succès » <i>Action terrain</i>	« Respecter les arbitres » <i>Action en salle</i>	« Le duel de l'élégance » <i>Action terrain</i>
RÈGLES DU JEU / ARBITRAGE	« Je me teste sur l'arbitrage » <i>Action en salle</i>	« La théorie au service du jeu » et « La ronde de l'arbitrage » <i>Action terrain</i>	« Direct ou indirect » <i>Action terrain</i>	« Le parcours de l'arbitre » <i>Action terrain</i>
CULTURE FOOT	« Le slogan du club » <i>Action en salle</i>	« Le challenge culturel » et « Le tir au bonus » <i>Action terrain</i>	« Le biathlon culture foot » <i>Action terrain</i>	« Le golf foot du club » <i>Action terrain</i>



SANTÉ ACTION EN SALLE

Bien manger, c'est mieux jouer

U8
à
U11

Compétences visées : Savoir s'alimenter et s'hydrater avant un entraînement ou un match

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser les jeunes sur l'alimentation et l'hydratation du sportif

Consignes de l'atelier :

- Organiser dans les locaux du club, un petit déjeuner ou un goûter pour les jeunes licenciés.
- Sensibiliser sur la crise sanitaire
- Demander à chaque licencié d'apporter un aliment/boisson en portion individuelle (privilégier sans couvert) qu'il a l'habitude de consommer au petit-déjeuner ou au goûter.
- lavage des mains au préalable
- Faire respecter les distanciations sociales
- Privilégier les petits îlots (tables) à 3 ou 4 enfants
- Inviter un spécialiste de la nutrition à participer à cet atelier (diététicien, médecin nutritionniste etc...).
- Il n'est pas nécessaire que l'intervenant soit un spécialiste (âge du public)
- Alternier les informations « verticales » et les temps d'échanges avec les enfants – questionnement

Première mi-temps : Demander au spécialiste de la nutrition de compiler tous les aliments apportés et questionner chaque licencié sur ses habitudes alimentaires.

Inviter le spécialiste de la nutrition à demander à tous les joueurs de catégoriser les aliments selon les degrés de consommation suivants : Limiter la consommation - 1 fois par jour - A volonté - A chaque repas - Au moins 5 fois par jour.

Deuxième mi-temps : Demander au spécialiste de la nutrition de détailler le petit-déjeuner et/ou le goûter « idéal » pour la pratique sportive. Lui demander également de réaliser un bilan plus général sur les bonnes habitudes alimentaires afin de rester en bonne santé.

Espace nécessaire :

Salle - Club house

Encadrement souhaité :

2 personnes dont un spécialiste de la nutrition

Effectif idéal :

15 joueurs

Durée de l'action :

1 heure

Matériel nécessaire :

Tables - chaises - Cartes (degré de consommation) - Aliments

Remarque :

Possibilité d'associer les parents, les partenaires locaux du club et la presse locale.



ALIMENTS ET CONSOMMATION



Limiter la consommation	Limiter la consommation	Limiter la consommation
1 fois par jour	1 fois par jour	1 fois par jour
A volonté	A volonté	A volonté
A chaque repas	A chaque repas	A chaque repas
Au moins 5 fois par jour	Au moins 5 fois par jour	Au moins 5 fois par jour

SANTÉ ACTION TERRAIN

Garder la ligne d'eau

U8
à
U11

Compétences visées : Bien s'hydrater pour jouer

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur l'hydratation du sportif par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 3 zones distinctes :
 - La zone « questions » : c'est la zone de départ de l'atelier
 - La zone « VRAI » : c'est la zone de réponse « VRAI »
 - La zone « FAUX » : c'est la zone de réponse « FAUX »
- Positionner les joueurs dans la zone « questions », ballon au pied, alignés les uns derrière les autres, face à l'éducateur.
- Matérialiser les zones « VRAI » et « FAUX » de part et d'autre de la zone « questions ».
- Poser une question à l'ensemble des joueurs.
- Demander aux joueurs de se rendre, ballon au pied, dans la zone correspondante à la « bonne » réponse.
- Attribuer les points de la manière suivante : +1 par bonne réponse.

Espace nécessaire :

1/2 terrain de Football

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

10 à 12 joueurs

Durée de l'action :

15 minutes

Matériel nécessaire :

Quiz « Vrai/Faux » -

Coupelles - Ballons -

Plots - Cerceaux

Remarques :

Possibilité de disposer un parcours technique entre les zones « questions » et « VRAI » / « FAUX »

Possibilité d'organiser l'atelier par équipe.



QUIZ - CRISE SANITAIRE COVID19



Numéro	Libellé des questions	Réponses	Commentaires
1	Le confinement a commencé le 17 Mars officiellement ?	Vrai	Après l'annonce de M. Macron
2	Faire du sport était un motif valable pour sortir de la maison ?	Vrai	1 heure par jour maximum
3	Sur le terrain de football, la distanciation est d'1 mètre ?	Faux	2 mètres
4	Plus que jamais, cracher est une habitude à supprimer ?	Vrai	La salive facilite la transmission
5	Pour se dire bonjour, la poignée de main est-elle autorisée ?	Faux	Le « Tchek » c'est mieux !
6	Ta santé mentale sera meilleure en reprenant le sport ?	Vrai	Hormone du plaisir
7	Il est toujours possible de boire à plusieurs dans une même gourde ?	Faux	Microbes – Gourde personnelle
8	Le gel hydro alcoolique est plus efficace que le savon ?	Faux	Le gel ne lave pas les mains
9	Après un but, les chorégraphies collectives doivent remplacer les embrassades ?	Vrai	En gardant une distanciation
10	Doit-on à l'avenir garder toutes ces mesures sanitaires ?	Vrai	Afin de préserver sa santé et celle des autres



QUIZ - SANTE - HYDRATATION



	Questions - Vrai ou faux	Réponses
1	Les aliments que nous mangeons apportent de l'eau à notre corps.	Vrai
2	Il est inutile de boire lorsque nous n'avons pas soif.	Faux
3	Les sportifs ne doivent pas boire avant et pendant l'effort car cela risque de les alourdir et de diminuer leur performance.	Faux
4	L'eau nettoie notre corps et élimine les déchets et les toxines.	Vrai
5	L'eau maintient la température corporelle autour de 37° degrés.	Vrai
6	Boire de l'eau potable provoque des maladies.	Faux
7	Un humain peut rester jusqu'à 40 jours sans boire.	Faux
8	L'eau garantit le bon fonctionnement de nos articulations.	Vrai
9	Nous devons boire au moins 1,5L d'eau par jour.	Vrai
10	Il est conseillé de boire du Soda pendant les matchs pour être plus résistant.	Faux



SANTÉ ACTION EN SALLE Foot et santé combinés

U12
à
U15

Compétences visées : Connaître le corps humain et prévenir des blessures

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur le fonctionnement du corps humain et la prévention des blessures

Consignes de l'atelier :

- Organiser dans les locaux du club, une sensibilisation aux bons gestes à adopter pour les jeunes licenciés.
- Inviter un spécialiste de la santé pour animer cet atelier (kinésithérapeute, ostéopathe etc...).

Première mi-temps : Présenter le métier du spécialiste invité.

Deuxième mi-temps : Présenter les blessures fréquentes du footballeur ainsi que les traitements appropriés.

Prolongations : Mettre en place un atelier pratique (massages, manipulations etc...) pour les licenciés.

Remarques

- Il ne sera pas nécessaire d'avoir un invité. Les contenus des modules fédéraux permettent d'avoir des outils.
- Alternier les périodes d'échanges (type forum) et démonstrations (ex : étirements – souplesse – gainage)
- Des vidéos disponibles un peu partout pour appuyer les interventions
<https://www.youtube.com/watch?v=Nr-ZHwYeUCo>
- Mise en application des gestes appris par groupe de 3 ou 4 en autonomie (conseils des adultes)

Espace nécessaire :

Salle - Club house - Vestiaire

Encadrement souhaité :

2 personnes dont un professionnel de la santé

Effectif idéal :

10 à 30 joueurs

Durée de l'action :

1 heure

Matériel nécessaire :

Salle - paper board - table de massage (option) - vidéo projecteur (option)

Remarque :

Inviter ce spécialiste de la santé à l'issue/ en amont d'un entraînement.

SANTÉ ACTION TERRAIN

Le coup-franc gagnant

U12
à
U15

Compétences visées : Prévenir les comportements addictifs

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur les pratiques addictives par l'intermédiaire d'un atelier de coup-franc

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 3 zones distinctes :
 - La zone « questions » : c'est la zone de départ de l'atelier.
 - La zone « tir » : c'est la zone de frappe au but.
 - La zone « mur » : c'est la zone de positionnement du « mur » de défenseurs.
- Constituer les joueurs en 2 équipes de 7 joueurs (dont un gardien).
- Désigner une équipe « attaquants » et une équipe « défenseurs ».
- Poser une question à chaque joueur de l'équipe « attaquants » avant la réalisation du 1er tir.
- Chaque bonne réponse permet de retirer un joueur de l'équipe adverse du « mur » situé à 9M15.
- Demander à chaque joueur de l'équipe « attaquants » d'exécuter leur coup-franc (tous positionnés au même endroit).
- Inverser les rôles pour la seconde manche : l'équipe « attaquants » devient l'équipe « défenseurs ».
- Désigner le vainqueur par le plus grand nombre de buts marqués.

Espace nécessaire :

1/2 terrain de Football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

12 joueurs et 2 gardiens

Durée de l'action :

15 minutes

Matériel nécessaire :

But - Ballons - Questions/
Réponses - Chasubles



QUIZ - SANTE - PRATIQUES ADDICTIVES



	Questions - Vrai ou faux	Réponses	
1	Je suis stressé avant un match important, fumer du cannabis peut-il me détendre ?	Faux	
2	Boire de l'alcool permet de se désaltérer.	Faux	Il accélère la déshydratation du corps.
3	On peut faire une overdose avec de l'alcool.	Vrai	
4	L'alcool réchauffe et stimule le corps.	Faux	
5	Consommer régulièrement de l'alcool augmente le risque de blessure.	Vrai	Cela augmente le risque de crampes et ne permet pas une récupération optimale.
6	Le cannabis fait partie des produits dopants.	Vrai	Comme l'epo.
7	Il y a un risque de dépendance lorsque l'on fume la chicha.	Vrai	La fumée du tabac à chicha comme celle des cigarettes, crée et entretient une dépendance à cause de la nicotine qu'il contient.
8	Le tabac n'a aucun effet sur les muscles.	Faux	La qualité des fibres musculaires et le bon fonctionnement des muscles sont altérés.
9	Quand je fume une cigarette, je ne fume que du tabac.	Faux	
10	Faire du sport compense les effets nocifs de la cigarette.	Faux	
11	L'infarctus est le principal risque lors de la pratique sportive pour les fumeurs.	Vrai	La consommation de tabac peut provoquer l'obstruction des artères et l'augmentation du rythme cardiaque.
12	Les cigarettes roulées sont moins nocives que les cigarettes « blondes ».	Faux	Elles sont tout aussi nocives voire plus.
13	La drogue n'est pas néfaste dans la vie quotidienne (école, sport...).	Faux	
14	En cas de contrôle positif à un produit dopant je risque une sanction disciplinaire et pénale.	Vrai	
15	Il est préférable de consommer des drogues « douces » plutôt que des drogues « dures ».	Faux	
16	Lorsque je prends ma licence, je m'engage à ne pas me doper.	Vrai	
17	Fumer à côté d'un ami non-fumeur ne l'affecte pas.	Faux	Le tabagisme passif est aussi nocif.
18	La consommation de drogue excessive change mon comportement.	Vrai	
19	Boire de l'alcool pendant un match est autorisé.	Faux	
20	A dose équivalente, une femme est plus sensible à l'alcool.	Vrai	
21	Un sportif contrôlé positif est uniquement sanctionné dans son propre sport.	Faux	D'autres fédérations sportives peuvent également lui interdire de participer à des compétitions.
22	Fumer change mes capacités physiques.	Vrai	Rend moins rapide, endurant, fort.
23	Les boissons énergisantes sont considérées comme produits dopants.	Faux	Mais elles sont stimulantes et leurs effets n'ont pas encore été étudiés.
24	Je peux améliorer ma performance sans produits.	Vrai	Bien dormir, alimentation saine et variée, non consommation de tabac, d'alcool et stupéfiants. Ainsi que de l'entraînement.
25	Les jeunes deviennent beaucoup plus vite dépendants que les adultes.	Vrai	
26	Pour les filles, fumer et prendre la pilule en même temps est dangereux.	Vrai	
27	Il est conseillé de boire de l'alcool pour la récupération.	Faux	
28	Un sportif amateur risque moins qu'un sportif professionnel.	Faux	L'alcool, le tabac et la drogue ont les mêmes effets quelques soient les personnes et leur niveau de pratique.
29	Prendre une douche ou un café fait baisser son taux d'alcool.	Faux	Cela crée une « illusion » de réveil.
30	Si j'ai une addiction à une drogue (tabac, alcool, cannabis...) je ne peux pas en parler à quelqu'un.	Faux	Au contraire je dois vite en parler à mon entourage.

ENGAGEMENT CITOYEN

ACTION TERRAIN

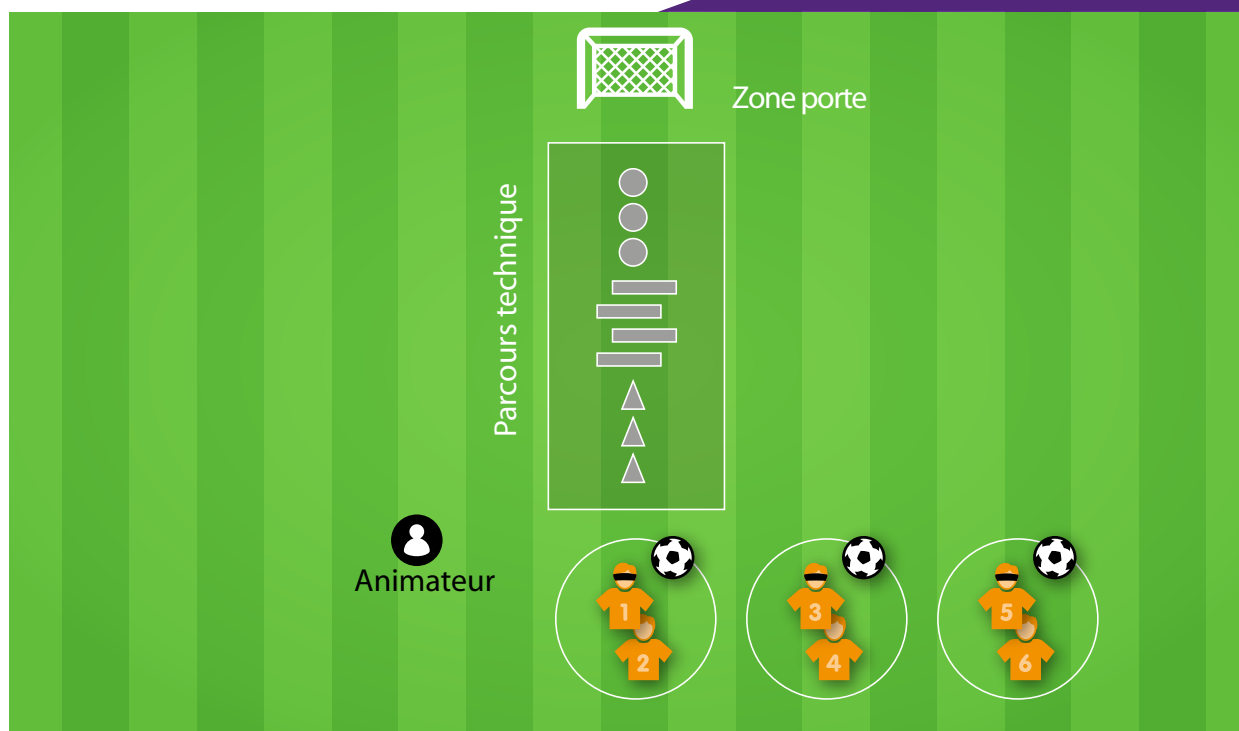
La vision du jeu

U8
U11

Compétences visées : S'interdire toute forme de discrimination

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur les formes de discriminations par l'intermédiaire d'un atelier basé sur l'orientation spatiale et la communication visuelle

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 2 zones distinctes :
 - La zone « technique » : c'est un parcours technique.
 - La zone « porte » : c'est la zone de frappe au but.
- Répartir les joueurs en équipe de 2 joueurs.
- Désigner dans chaque duo, un joueur « voyant » et un joueur « non voyant » (bandeau sur les yeux).
- Demander au joueur « non-voyant » de réaliser le parcours technique, guidé et accompagné par son coéquipier voyant.
- Valider le parcours en marquant dans le but vide.
- Variantes :
 - Réaliser le parcours à vide (sans bandeau sur les yeux).
 - Faire deux équipes pour mettre une compétition en place (3 non voyants et 1 guide). À l'issue des passages de chacun, répondre correctement à la question de l'animateur pour valider la victoire !
- Sur la communication visuelle :
 - Remplacer la porte par une zone de défis (laisser un mini-but) où le joueur devra prendre une information durant son parcours technique, afin de réaliser le défi dans la zone prédéfinie.
- Possibilité d'inclure également de la compétition par équipe ou en relais.

Espace nécessaire :

1/4 Terrain de football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

10 joueurs

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons (sonores si possible) - Coupelles
- Bandeaux - Mini-but -
Cerceaux - Piquets

Remarque :

Possibilité d'organiser un atelier chronométré, par équipe ou en relais.

ENGAGEMENT CITOYEN

ACTION EN SALLE

Vis ta charte

U8
à
U11

Compétences visées : Respecter le cadre de fonctionnement collectif

L'objectif de l'atelier : Construire collectivement une charte de la semaine de stage qui servira de support aux règles de fonctionnement de la prochaine saison

Consignes de l'atelier :

- Mettre en place cet atelier lors de la première demi-journée du stage.
- Répartir les joueurs et joueuses en sous groupe par catégorie d'âge afin de concevoir une « charte de vie » qui précisera les droits/devoirs de chacun.
- Présenter les enjeux et objectifs d'une « charte de vie ».
- Constituer des équipes de 3 à 4 joueurs.
- Définir pour chaque équipe, 4 droits et 4 devoirs sur les règles de vie en groupe.
- Organiser la restitution des travaux par le capitaine de chaque équipe.
- Organiser un vote pour retenir les 5 meilleurs « droits » et « devoirs ».
- Rédiger, imprimer et diffuser le document à l'ensemble des licenciés et leur entourage.
- Garder la possibilité de réaliser les supports en plusieurs fois (jour 2, jour 3, etc.).

Espace nécessaire :

Siège du club - Salle -
Club house

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

10 à 25 participants

Durée de l'action :

1 heure

Matériel nécessaire :

Salle - Chaises - Tables -
Crayons

ENGAGEMENT CITOYEN

ACTION TERRAIN

Un monde idéal

U12
U15

Compétences visées : Respecter le cadre de fonctionnement collectif

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur les règles de vie en société par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 3 zones distinctes :
 - La zone « A » : Passeur.
 - La zone « B » : Joueur qui travail.
 - La zone de décision : « Je dois / Je ne dois pas » / « oui / non ».
- Désigner un joueur « passeur » (zone A) et un joueur « remiseur » (zone B).
- Le joueur en zone B effectue un travail technique (il se déplace dans la largeur du carré en passant entre les portes) durant 30 secondes.
Thème technique : les prises de balle (intérieur, extérieur, orienté 3/4, pivot, semelle) et enchaînement (passe 2nd pied, même pied, en 3^e, touches, passement de jambes,...), la conduite de balle,...
- Au bout de 30sec, une question est posée au joueur qui doit tirer dans le but correspondant à la réponse.
- Possibilité de mettre en place 2-3 ateliers similaires en parallèle, afin de les mettre en compétition (réussite technique + quizz).
- Le joueur « passeur » devient joueur « remiseur » pour la prochaine situation de jeu.

Espace nécessaire :

Terrain de football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

10 à 12 joueurs

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Coupelles -

Cerceaux -

Liste d'affirmations



FICHE « COMPORTEMENT »



« JE DOIS »

Respecter
mes parents

Etre
honnête

Aider une personne
en difficulté

Accepter les
différences
des autres

Dire bonjour
à tout le monde

Laisser le vestiaire
propre

« JE NE DOIS PAS »

Partir sans dire
au revoir

Me battre avec
un adversaire

Critiquer mon
éducateur

Mentir à mon
éducateur

Arriver en retard
à l'entraînement

Partir du terrain sans
ramasser le matériel

ENGAGEMENT CITOYEN

ACTION TERRAIN

Le match connecté

U12
U15

Compétences visées : Utiliser à bon escient les réseaux sociaux

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur l'utilisation des réseaux sociaux par l'intermédiaire d'un jeu basé sur l'attribution d'un bonus/malus

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser un espace de jeu en intérieur ou en extérieur et organiser la séquence de jeu. Chaque joueur joue pour son équipe ou pour lui en fonction du mode choisi. Chacun à un numéro attribué.
- Pendant le déroulement du jeu, appeler un joueur à venir dans la zone « questions ».
- Poser une question à ce joueur sur la thématique d'internet et des réseaux sociaux.
 - Si la réponse est bonne : points attribués collectivement ou individuellement.
 - Si la réponse est mauvaise : inviter le joueur à réaliser un gage.
- Filmer les joueurs lorsqu'ils répondent aux questions et/ou réalisent leur gage.
- Publier la vidéo (avec l'accord du licenciés et de ses parents) sur les réseaux de communication du joueur et/ou du club.

Espace nécessaire :

1/2 Terrain de football ou salle aménagée

Encadrement souhaité :

1 à 2 personnes

Effectif idéal :

10 à 20 joueurs

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Coupelles - Coupelles
- Questionnaire « réseaux sociaux » - Cônes - Caméra

Remarque :

Réaliser cette action après la mise en place de l'atelier « Mets toi à la page ». Possibilité de diversifier les questions/réponses sur d'autres thématiques du PEF.

QUESTIONNAIRE « INTERNET/RESEAUX SOCIAUX »



	Questions	Réponses
1	Pourquoi dois-tu faire attention à ce que tu publies sur Internet ?	<i>Car cela y restera pour toujours.</i>
2	Comment appelle-t-on la liberté qui permet à chacun d'exprimer librement ses idées ?	<i>La liberté d'expression (dans le respect des autres toutefois).</i>
3	Vrai ou faux ? Il faut demander l'autorisation à quelqu'un avant de publier sa photo.	<i>Vrai (c'est le droit à l'image).</i>
4	Comment dois-je réagir si, en tant que joueur, à l'issue de mon match, un joueur de l'équipe adverse m'insulte sur Facebook ou Twitter ?	<i>J'enregistre le message et je le signale à Facebook ou Twitter.</i>
5	Vrai ou faux ? J'ai le droit de parier en ligne sur des matchs de football si je suis mineur.	<i>Faux.</i>
6	Quel est l'âge minimum requis pour s'inscrire sur Facebook ?	<i>13 ans.</i>
7	Quelle application permet d'envoyer des photos et vidéos qui n'apparaissent que pendant quelques secondes ?	<i>Snapchat. Sois vigilant à ce que tu peux envoyer à tes amis.</i>
8	Quel réseau social est symbolisé par un oiseau bleu ?	<i>Twitter.</i>
9	Comment appelle-t-on un faux nom emprunté par quelqu'un qui souhaite dissimuler sa vraie identité sur internet ?	<i>Un pseudo (ou pseudonyme).</i>
10	Réalise un « hashtag » avec tes doigts.	<i>#</i>

ENVIRONNEMENT ACTION TRANSVERSALE

La journée d'enVERTgure

CLUB

Compétences visées : Adopter un comportement éco-citoyen

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur l'environnement par l'intermédiaire d'une journée au sein du club

Consignes de l'atelier :

- Mettre en place 4 animations majeures : dans le cadre d'un stage FOOT « VERT »

- Animation sportive :

- > Organiser un tournoi de football intergénérationnel « CUP 21 » directement en lien avec l'environnement. Chaque but marqué engendre une question sur le thème de l'environnement posée par l'arbitre. Seule une « bonne » réponse permet de valider le but marqué.
- > Organisation d'un DÉFI FOOT (voir fiches DÉFI FOOT Guide).

- Animation solidaire :

- > Organiser une collecte de vêtements (avec le soutien d'une association spécialisée dans le domaine) sur les installations du club afin de sensibiliser sur les thèmes de la solidarité, du gaspillage, et des comportements éco-citoyen.
- > Intervention en salle d'une association sur temps méridien.

- Animation loisir :

- > Organiser un atelier en lien avec la thématique de l'environnement : « Ca coule de source » - « La montante-descendante » - « One, Tout, Tri » - « En vert et contre tous » - « Le ballon béré » - « L'énergie verte » (cf : détails des fiches dans la thématique « environnement » du catalogue).
- > Organisation d'un atelier PEF (voir fiche PEF du guide) avec question

- Animation culinaire :

- > Mettre en place le tri-sélectif, la limitation des déchets, l'utilisation d'aliments « bio » ainsi qu'une fabrication dite « maison » sur l'ensemble des repas proposés.
- > Préparation d'un goûter du sportif

Espace nécessaire :

Equipements et infrastructures du club

Encadrement souhaité :

Selon évolution sanitaire

Effectif idéal :

Selon évolution sanitaire

Durée de l'action :

1 journée

Matériel nécessaire :

Paperboard - Chaises - Crayons - Papiers - Tables

Remarque :

Associations locales en lien avec l'environnement.

Réalisation d'un clip vidéo de la journée à diffuser (attention au droit à l'image)



Questionnaire « Environnement »



Questions - Vrai ou faux		Réponses	
1	Plus tes parents roulent vite moins ils consomment d'essence.	Faux	<i>(c'est le contraire !).</i>
2	Le maillot de l'équipe de France de Football est fabriqué à partir de bouteilles d'eau.	Vrai	<i>(13 bouteilles permettent de fabriquer un maillot et un short).</i>
3	Une télévision laissée en veille ne consomme pas d'électricité.	Faux	
4	Le réchauffement climatique augmente le niveau des océans.	Vrai	
5	Un chewing-gum met 1 an pour se décomposer dans la nature.	Faux	<i>C'est au moins 5 ans.</i>
6	L'avion ne pollue pas l'atmosphère.	Faux	<i>Par contre, ton vélo ne pollue pas la planète.</i>
7	Un sac plastique jeté dans la nature met 400 ans à disparaître.	Vrai	
8	Le pétrole est une énergie renouvelable.	Faux	
9	Les pays riches polluent davantage la planète que les pays pauvres.	Vrai	
10	Une douche consomme 2 fois moins d'eau qu'un bain.	Faux	<i>C'est 6 fois moins d'eau.</i>

ENVIRONNEMENT

ACTION TERRAIN

L'eau est un trésor

U8
à
U11

Compétences visées : Economiser l'eau

L'objectif de l'atelier : Responsabiliser sur l'économie de l'eau par l'intermédiaire d'un atelier technique

Cibles à atteindre ajustables (cerceaux, buts, planches à rebonds...)

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Mettre les joueurs en file indienne (en respectant les distanciations). Équipe de 3 à 4 joueurs max; en fonction du nombre de joueurs tolérés. 1 ballon par joueur.
- Matérialiser 3 zones distinctes :
 - La zone « comportement » : c'est la zone d'annonce d'un type de comportement.
 - La zone « technique » : c'est la zone de réalisation d'un parcours technique.
 - La zone « cerceau » : c'est la zone de décision.
- Répartir les joueurs en 2 équipes.
- Construire 2 parcours techniques identiques à l'issue desquels figurent 2 cerceaux. Chaque cerceau correspond à un type de comportement en rapport avec l'eau.
- Annoncer un type de comportement à haute voix au début de l'atelier.
- Demander à chaque joueur de réaliser le parcours technique le plus rapidement possible et de déposer son ballon dans le « bon » cerceau.
- Le premier joueur qui arrive à effectuer le parcours et à déposer son ballon dans le « bon » cerceau fait marquer 1 point à son équipe.

Espace nécessaire :

1/2 Terrain de football

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

Selon les évolutions des mesures sanitaires

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Coupelles - Chasubles - Cerceaux - Exemples de comportement - Plots - Piquets

- 12 à 15 questions posées
- Parcours technique différent en fonction de la catégorie et du niveau
- Limiter autant que possible l'utilisation de matériel



EXEMPLES DE COMPORTEMENTS

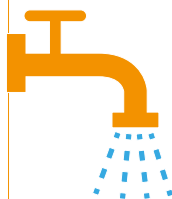


J'ÉCONOMISE L'EAU :



- Je prends une douche
- Je fais la vaisselle à la main
- Je ferme le robinet en me lavant les mains
- Je récupère l'eau de pluie
- J'utilise une chasse d'eau à double commande

JE GASPILLE L'EAU :



- Je prends un bain
- Je laisse couler le robinet d'eau
- Je fais tourner le lave-vaisselle tous les jours
- Je laisse couler inutilement l'eau en me lavant les mains
- Je jette la bouteille d'eau que je n'ai pas terminée de boire

ENVIRONNEMENT

ACTION EN SALLE

Mon équipe en or

U12
à
U15

Compétences visées : Sensibiliser à l'éco-citoyenneté

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser à l'éco-citoyenneté par l'intermédiaire d'un jeu de questions/réponses

Consignes de l'atelier :

- Répartir les joueurs en 2 ou 3 équipes max.
- Désigner un capitaine dans chaque équipe qui sera le seul interlocuteur officiel du jeu.
- Poser une première question dite de « rapidité » afin de déterminer l'équipe qui « aura la main ».
- Enoncer une question à l'équipe qui « a la main ».
- Demander à cette équipe de donner 5 réponses (les plus communément citées) en moins d'une minute.
- Le barème de points est le suivant (cf : questionnaire « Environnement ») :
 - La réponse 1 = 5 points ;
 - La réponse 2 = 4 points ;
 - La réponse 3 = 3 points ;
 - La réponse 4 = 2 points ;
 - La réponse 5 = 1 point ;
- L'objectif pour l'équipe qui « a la main » est d'enchaîner un sans-faute dans l'énoncé des 5 réponses.
- En cas d'erreur, la « main passe » à l'équipe adverse qui tente de trouver la ou les réponses manquantes.
- L'équipe qui donne la dernière « bonne réponse », remporte l'intégralité des points marqués par les équipes.
- Après 2 tentatives, si aucune des équipes ne parvient à trouver les 5 réponses proposées, les points acquis sont attribués respectivement à chaque équipe.

Espace nécessaire :

Club-house - Salle

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

Selon les évolutions des mesures sanitaires

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Paperboard - Chaises - Chronomètre

Remarque :

Possibilité de dupliquer cet atelier sur l'ensemble des thématiques du PEF.



Questionnaire « Environnement »



Question	Réponse
Citez un métier ayant un rapport avec l'environnement.	Un agent d'entretien
	Un éboueur
	Un jardinier
	Un garde forestier
	Un architecte
Citez les animaux les plus regardés au zoo.	Un singe
	Un lion
	Un tigre
	Une girafe
	Un ours
Citez un moyen de déplacement non polluant à utiliser en ville.	Un vélo
	La marche à pieds
	Tramway
	Trottinette
	Skateboard
Citez une fleur que l'on peut trouver dans un jardin.	Les roses
	Les tulipes
	Les hortensias
	Les jonquilles
	Le muguet
Citez une couleur de l'arc en ciel.	Bleu
	Jaune
	Rouge
	Vert
	Violet
A quoi pense-t-on quand on parle d'environnement.	L'eau
	Les économies d'énergie
	La nature
	Les arbres
	La pollution
Citez un animal que l'on trouve dans les arbres.	Un écureuil
	Un oiseau
	Un chat
	Un singe
	Un koala
Citez une énergie renouvelable.	L'eau
	Le vent
	Le soleil
	Le gaz
	La chaleur
Citez une catégorie de déchets.	Plastique
	Carton/Papier
	Verres
	Toxiques
	Liquides
Citez les raisons d'utilisation de l'eau pour un être humain.	Se laver
	Manger
	S'hydrater
	Jardiner
	Se rafraichir

ENVIRONNEMENT

ACTION TERRAIN

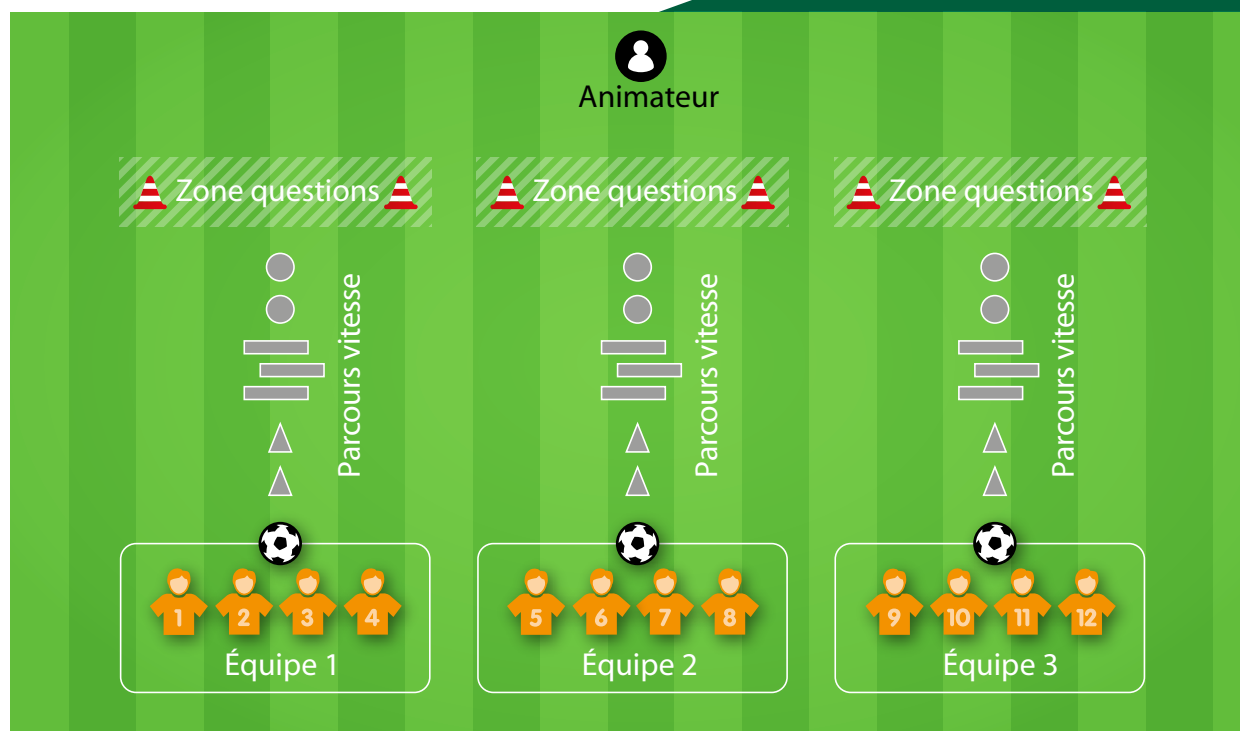
L'énergie verte

U12
à
U15

Compétences visées : Réduire sa consommation d'énergie

L'objectif de l'atelier : Mettre en place un atelier de vitesse/vivacité associé à un quiz sur l'environnement

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Mettre les joueurs en file indienne en respectant la distanciation.
1 ballon par joueur.
- Répartir les joueurs en 3 équipes.
- Matérialiser 2 zones distinctes :
 - Une zone « vitesse » : c'est un parcours de vitesse - vivacité.
 - Une zone « questions ».
- Demander à 1 joueur de chaque équipe de réaliser le parcours vitesse/vivacité.
- Poser une question uniquement au joueur le plus rapide sur l'exercice.
- En cas de bonne réponse : +2 points pour son équipe
- En cas de mauvaise réponse : 0 point
- Attribuer la victoire à l'équipe qui a marqué le plus grand nombre de points.

Espace nécessaire :

1/4 Terrain de football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

Selon les évolutions des mesures sanitaires

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - plots - cerceaux
- coupelles - chasubles
- cônes - Questions/
Réponses - Chronomètre

Remarque :

Possibilité de dupliquer cet atelier sur l'ensemble des thématiques du PEF.



Questionnaire « Environnement »



	Questions	Réponses
1	Vrai ou faux ? Plus tu roules vite moins tu consommes d'essence.	<i>Faux (c'est le contraire !).</i>
2	Quel système consiste à utiliser une seule voiture à plusieurs pour faire un même trajet ?	<i>Le covoiturage (penses-y quand tu vas au stade ou à l'entraînement).</i>
3	Quel est le temps de décomposition d'un sac plastique jeté dans la nature : 4, 40, 400 ans ?	<i>400 ans.</i>
4	Quel est l'intrus : eau, vent, pétrole, marée, chaleur de la terre, soleil ?	<i>Pétrole (ce n'est pas une énergie renouvelable).</i>
5	Quels pays « polluent » le plus la Terre : les pays riches, les pays pauvres ou les pays chauds ?	<i>Les pays riches.</i>
6	Que doit-on faire de ton chargeur quand il a terminé de charger ton portable ?	<i>Le débrancher (sinon, il continue à consommer de l'électricité).</i>
7	À qui est dû le changement climatique actuel : aux hommes, au soleil ou aux animaux ?	<i>Aux hommes (et à leurs activités : transport, industrie, agriculture).</i>
8	Vrai ou faux ? Il faut 9 000 litres d'eau pour produire 1 kilo de viande de bœuf.	<i>Vrai.</i>
9	Où doit-on rapporter des médicaments non utilisés ?	<i>À la pharmacie.</i>
10	Quel gaz, dénommé CO ₂ , est une des causes de la pollution et du réchauffement de la planète ?	<i>Le Dioxyde de Carbone.</i>
11	Combien de déchets un Français produit-il chaque jour : 100 g, 1 kg ou 10 kg ?	<i>1 Kg (soit près de 350 kilos par an).</i>
12	Combien d'années un chewing-gum met-il pour se décomposer dans la nature : 1, 5, 10 ans ?	<i>5 ans.</i>
13	Mon 1 ^{er} suit M. Mon 2 ^e suit Q. Mon 3 ^e suit I. Mon tout doit être économisé pour moins polluer la planète.	<i>Énergie (N - R - J).</i>
14	Combien de kilos de matières premières faut-il pour fabriquer 1 jean : 12, 22 ou 32 kilos ?	<i>32 kilos.</i>
15	Vrai ou faux ? Une télévision laissée en veille ne consomme pas d'électricité.	<i>Faux.</i>



Questionnaire « Environnement »



	Questions	Réponses
1	Vrai ou faux ? Plus tu roules vite moins tu consommes d'essence.	<i>Faux (c'est le contraire !).</i>
2	Quel système consiste à utiliser une seule voiture à plusieurs pour faire un même trajet ?	<i>Le covoiturage (penses-y quand tu vas au stade ou à l'entraînement).</i>
3	Quel est le temps de décomposition d'un sac plastique jeté dans la nature : 4, 40, 400 ans ?	<i>400 ans.</i>
4	Quel est l'intrus : eau, vent, pétrole, marée, chaleur de la terre, soleil ?	<i>Pétrole (ce n'est pas une énergie renouvelable).</i>
5	Quels pays « polluent » le plus la Terre : les pays riches, les pays pauvres ou les pays chauds ?	<i>Les pays riches.</i>
6	Que doit-on faire de ton chargeur quand il a terminé de charger ton portable ?	<i>Le débrancher (sinon, il continue à consommer de l'électricité).</i>
7	À qui est dû le changement climatique actuel : aux hommes, au soleil ou aux animaux ?	<i>Aux hommes (et à leurs activités : transport, industrie, agriculture).</i>
8	Vrai ou faux ? Il faut 9 000 litres d'eau pour produire 1 kilo de viande de bœuf.	<i>Vrai.</i>
9	Où doit-on rapporter des médicaments non utilisés ?	<i>À la pharmacie.</i>
10	Quel gaz, dénommé CO ₂ , est une des causes de la pollution et du réchauffement de la planète ?	<i>Le Dioxyde de Carbone.</i>
11	Combien de déchets un Français produit-il chaque jour : 100 g, 1 kg ou 10 kg ?	<i>1 Kg (soit près de 350 kilos par an).</i>
12	Combien d'années un chewing-gum met-il pour se décomposer dans la nature : 1, 5, 10 ans ?	<i>5 ans.</i>
13	Mon 1 ^{er} suit M. Mon 2 ^e suit Q. Mon 3 ^e suit I. Mon tout doit être économisé pour moins polluer la planète.	<i>Énergie (N - R - J).</i>
14	Combien de kilos de matières premières faut-il pour fabriquer 1 jean : 12, 22 ou 32 kilos ?	<i>32 kilos.</i>
15	Vrai ou faux ? Une télévision laissée en veille ne consomme pas d'électricité.	<i>Faux.</i>



FAIR-PLAY ACTION EN SALLE Le poster du Fair-Play

Compétences visées : Jouer sans tricher

L'objectif de l'atelier : Modéliser un poster représentant les valeurs « PRETS » de la Fédération Française de Football

Consignes de l'atelier :

- Organiser, dans les locaux du club, un atelier de réflexion et de création autour des valeurs « PRETS » : PLAISIR - RESPECT - ENGAGEMENT - TOLERANCE - SOLIDARITE ou des valeurs du club
- Répartir les joueurs en différentes équipes en respectant les gestes barrières.
- Désigner un capitaine dans chacune des équipes. Choisir le dessinateur en amont pour ne pas que tout le monde touches les feutres ou stylos.
 - 1^{ère} mi-temps : Demander à chaque groupe de modéliser un poster sur les 5 valeurs de la FFF ou les valeurs du club.
 - 2^{ème} mi-temps : Demander à chaque capitaine de groupe de présenter à tous ses coéquipiers les travaux réalisés.
 - Prolongations : Demander à tous les joueurs de voter pour l'élection du « meilleur poster ». Celui-ci devra être affiché dans les vestiaires, club house ou siège du club.

Espace nécessaire :

Siège du club - Salle - Club house

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

9 participants + 1 éducateur

Durée de l'action :

1h

Matériel nécessaire :

Salle - Chaises - Tables - Feuilles - Crayons

FAIR-PLAY ACTION TERRAIN

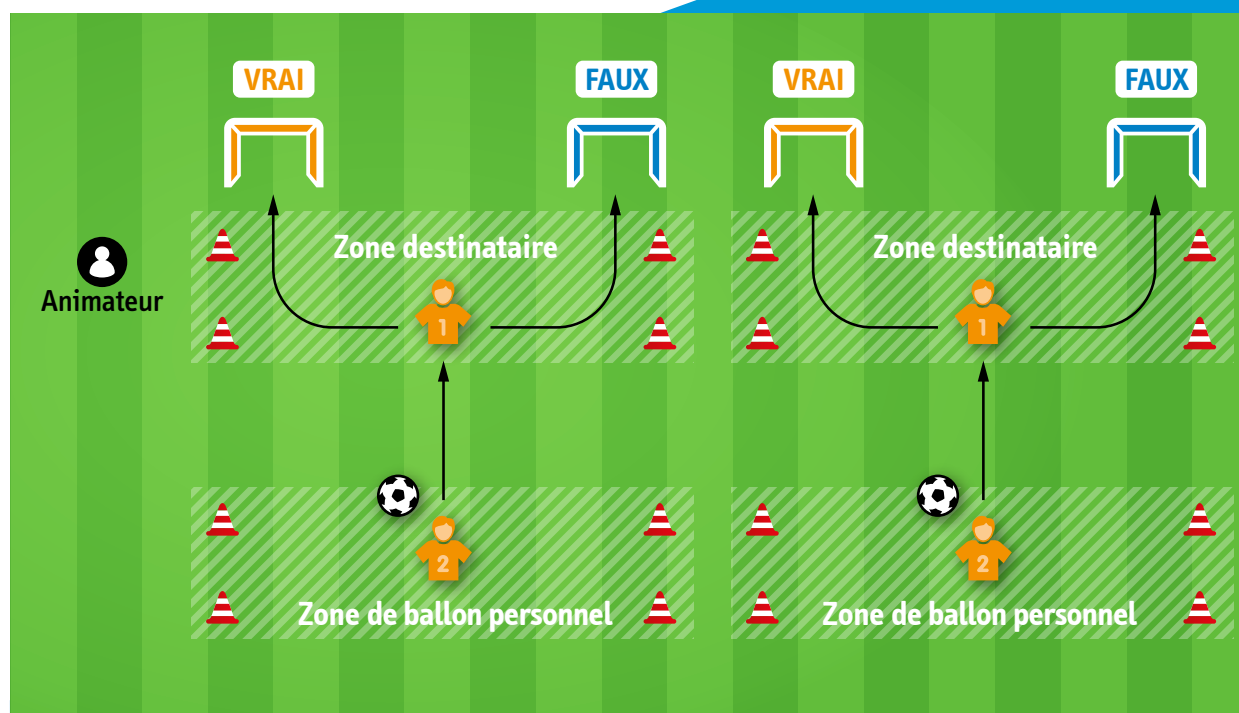
Les portes du succès

U8
U11

Compétences visées : Respecter ses partenaires et son éducateur

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur les « bons » comportements par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Délimiter 2 zones distinctes :
 - Une zone « de ballon personnel » : c'est la zone de départ.
 - Une zone « destinataire » : c'est la zone de décision qui est matérialisée par 2 portes de sortie : Porte VRAI / Porte FAUX.
- Construire un parcours technique basé sur la réalisation d'une passe, d'un contrôle de balle et d'une prise de décision.
- Demander à son « partenaire » de se situer dans la zone « destinataire ».
- Le joueur de la zone destinataire va chercher son ballon dans la zone « ballon personnel ».
- Au même moment, poser une question à ce « partenaire » situé dans la zone « destinataire ».
- Demander à ce « partenaire » de contrôler le ballon et de se diriger dans la « bonne » porte (V/F).
- Attribuer le point si la passe est réussie et si la « bonne » porte est franchie.
- Le réceptionneur se met en attente par la suite.

Espace nécessaire :

1/2 terrain de Football

Encadrement souhaité :

8 joueurs + 1 encadrant

Effectif idéal :

4 ateliers de 2 joueurs par atelier avec une zone d'attente

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Coupelles
- Plots



QUESTIONNAIRE VRAI/FAUX



Questions		Réponses	
1	Le rôle d'un arbitre est facile.	Faux	(il est seul face aux joueurs, il doit juger et prendre très vite des décisions).
2	Quand tu es sur le terrain, tu peux faire des signes aux supporters pour qu'ils encouragent ton équipe.	Vrai	(même si tu as sans doute d'autres choses à faire).
3	applaudir son adversaire à 1 mètre.	Vrai	
4	Le capitaine d'une équipe est reconnaissable à ses chaussures fluo.	Faux	grâce à son brassard de capitaine.
5	Un joueur peut recevoir 3 cartons jaunes au cours du même match.	Faux	Il devra être exclu du terrain après son 2 ^e carton jaune.
6	Après avoir marqué un but de la main, tu ne dis rien à l'arbitre s'il ne l'a pas vu.	Faux	(mieux vaut perdre sans tricher, que tricher pour gagner).
7	Tu peux faire semblant d'être blessé pour gagner du temps ou arrêter une action de but de tes adversaires.	Faux	(simuler une chute ou une blessure est considéré comme de l'antijeu).
8			
9			

FAIR-PLAY
ACTION TERRAIN

Respecter les arbitres

U12
U15

Compétences visées : Le rôle de l'arbitre est de faire appliquer les lois du jeu. Il doit être considéré comme un partenaire du jeu. Ses décisions sont parfois contestées, principalement en raison d'une méconnaissance des règles. Ces comportements peuvent avoir des effets négatifs sur le climat des rencontres et sur l'image du football en général

L'objectif de l'atelier : Apprendre aux licenciés à respecter les décisions de l'arbitre

Consignes de l'atelier :

- Bien accueillir les arbitres dès leur arrivée au stade.
- Faire venir un arbitre sur un créneau, quiz sur les lois du jeu en profitant de ses précisions à apporter.
- L'ensemble des joueurs échange une poignée de main avec les arbitres à la fin du match quel que soit le résultat.
- Partager, à l'issue du match, un « pot de l'amitié » avec les arbitres.
- Faire une action sur le terrain pour comprendre les différents gestes de l'arbitre central et des arbitres de touches.

Espace nécessaire :

Terrain - Club house

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

Une équipe

Durée de l'action :

Saison complète

CODE DE BONNE CONDUITE VIS-À-VIS DE L'ARBITRE



Sans arbitre, il n'y a pas de match. Il est là pour faire respecter les lois du jeu et protéger les joueurs.
Le respect de l'arbitrage est donc l'affaire de tous : joueurs, entraîneurs, dirigeants, spectateurs, parents...
Et lorsque la tension monte, c'est à l'éducateur d'intervenir pour calmer ses joueurs et appuyer les décisions de l'arbitre, quelles qu'elles soient.

Accueillir l'arbitre

Faire réfléchir les joueurs par petit groupe sur chacune des thématiques afin qu'ils trouvent les réponses à ce que le thème implique lors de l'intervention de l'arbitre en salle.

Refuser la tricherie

Simuler ou contester n'aident pas l'arbitre dans ses décisions : dans tous les cas, la tricherie et la violence doivent être bannies.

Comprendre la complexité d'arbitrer

Le rôle de l'arbitre est difficile. Sur le terrain, il est seul face aux joueurs des deux équipes et n'a que ses yeux pour juger et prendre très vite ses décisions. Il y a 17 lois du jeu donnant lieu à des détails et interprétations pour chacune des règles.

Accepter les décisions de l'arbitre et ses erreurs éventuelles

Si l'arbitre prend une décision, il faut la respecter. En cas de mauvaise compréhension, demander calmement une explication à la fin du match. Et s'il peut lui arriver de se tromper, cela fait partie du jeu, il faut donc accepter ses erreurs. Pas d'agressivité, ni de pression ! C'est inutile et ne fera pas changer la décision de l'arbitre.

S'appuyer sur le capitaine

Le capitaine entend et voit tout ce que disent ses coéquipiers. Il connaît les caractères de chacun de ses partenaires. Alors, si l'un d'eux s'énervé ou conteste, c'est à lui de le calmer et de lui expliquer.

FAIR-PLAY ACTION TERRAIN Le duel de l'élégance

U12
U15

Compétences visées : Se comporter avec élégance sur et en dehors du terrain

L'objectif de l'atelier : Répondre à la question pour réussir son duel

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- 2 équipes s'affrontent : les « attaquants » et les « défenseurs ».
- Construire un parcours technique en identifiant 3 zones distinctes :
 - Une zone « Duel/questions » : l'animateur y pose une question.
 - Une zone « Finition » : le joueur qui a bien répondu peut marquer un point supplémentaire si il marque dans le but.
 - Une zone « but » : avec une cible à atteindre.
- Inviter 2 joueurs à rejoindre l'animateur dans la zone « questions » : 1 de chaque équipe
- Poser une question aux 2 :
 - Celui qui répond bien en premier doit prendre son ballon et marquer dans la cible en rentrant dans la zone de finition.
- Attribuer les points de la manière suivante :
 - +3 points par but marqué.
 - +1 point par bonne réponse à la question.

Espace nécessaire :

1/2 terrain de Football

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

10 à 15 participants

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Plots - Coupelles

- Chronomètre - But -

Questionnaire



QUESTIONNAIRE « FAIR-PLAY »



	Questions	Réponses
1	Dans un stade, quelle personne a le droit de contester ouvertement une décision de l'arbitre ?	<i>Aucune (joueurs, entraîneurs, supporters doivent respecter ses choix).</i>
2	En 10 lettres, commençant par F : lien de solidarité qui unit les membres d'un club, d'une équipe.	<i>Fraternité (elle implique d'écouter les autres, de les respecter et de les aider).</i>
3	Quel risque encourt un joueur proférant des insultes racistes : une peine de prison et une amende, une suspension et une amende ou les 2 à la fois ?	<i>Les 2 à la fois (prison et amende au tribunal ; suspension et amende avec la FFF).</i>
4	Comment appelle-t-on une personne qui travaille dans un club sans rémunération ?	<i>Un bénévole.</i>
5	Mon 1 ^{er} est toujours contre, mon 2 ^e est un jeu où l'on s'amuse, mon 3 ^e est un arbre. Mon tout est contraire à l'esprit du jeu.	<i>Antisportif (anti - sport - if).</i>
6	Laquelle de ces fautes n'entraîne pas une exclusion : une touche mal exécutée, une faute grossière, ou cracher sur un adversaire.	<i>Une rentrée de touche mal exécutée.</i>
7	Complète la phrase : « Sans arbitre, il n'y a pas de ... »	<i>...match ».</i>
8	Dans quel endroit peut-on se mettre en tenue et partager la joie d'une victoire ou la tristesse d'une défaite avec ses coéquipiers ?	<i>Les vestiaires.</i>
9	Quelle sanction un joueur risque-t-il en simulant une faute ?	<i>Un carton jaune (cela est considéré comme de l'antijeu).</i>
10	Mon 1 ^{er} est le contraire d'amateur, mon 2 ^e est l'inverse de tard, mon 3 ^e sert à lier des pièces entre elles. Mon tout est une action de fair-play d'avant match.	<i>Protocole (pro - tôt - colle).</i>
11	En 9 lettres, commençant par T : qualité qui respecte la liberté de penser, la couleur de peau, la religion, la nationalité...des autres joueurs.	<i>Tolérance (du latin tolerare qui signifie supporter).</i>
12	En français, comment traduit-on l'expression « fair-play » : faire le jeu, franc jeu ou jouer pour gagner ?	<i>Franc jeu (ce terme désigne une attitude honnête et sans tricherie dans le jeu).</i>
13	Mot anglais signifiant « maison du club » où l'on peut se retrouver après un match ?	<i>Club house.</i>
14	En 7 lettres, commençant par R : je suis l'une des principales valeurs du football et du sport en général.	<i>Respect (on peut l'associer à la loyauté, à l'effort, le plaisir, la fraternité...).</i>

ARBITRAGE

ACTION EN SALLE

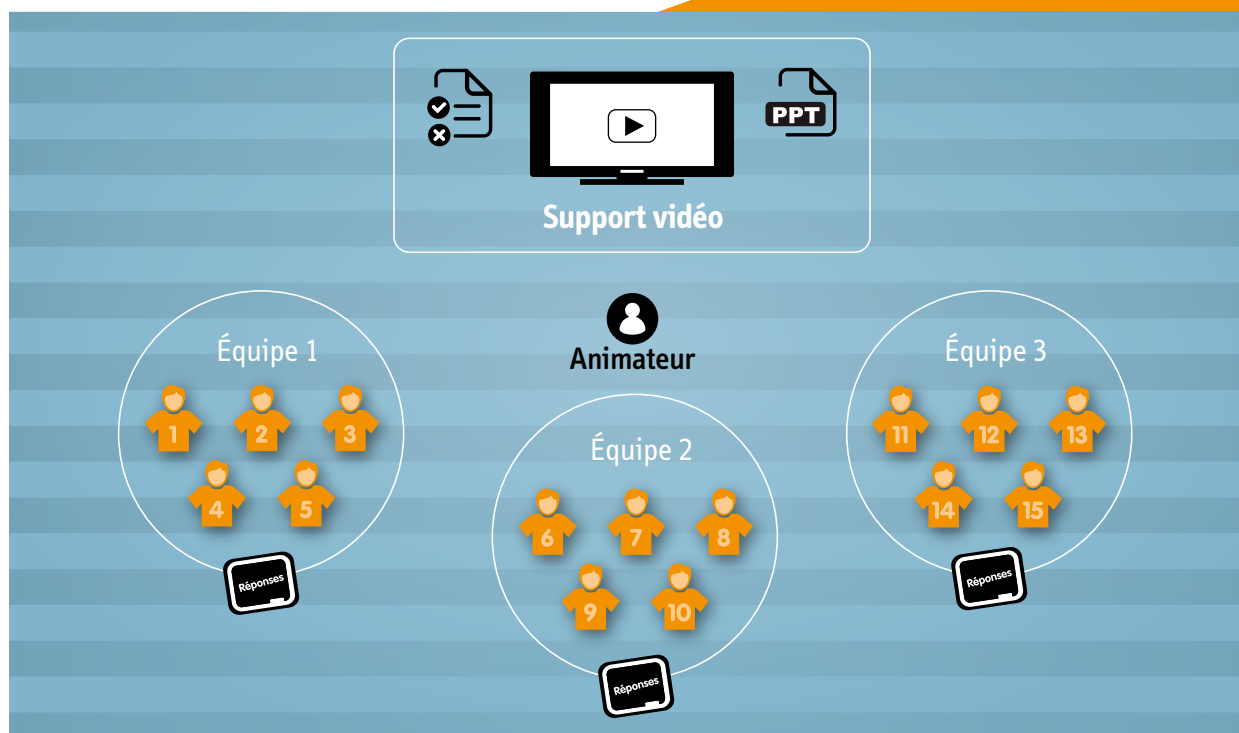
Je me teste sur l'arbitrage

U8
U11

Compétences visées : Connaître les règles essentielles du jeu

L'objectif de l'atelier : Organiser un jeu de questions/réponses sur le thème de l'arbitrage

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Mettre en place cet atelier dans les locaux du club.
- Répartir les joueurs en équipe de 5.
- Désigner un joueur « capitaine » d'équipe.
- Animer un questionnaire sur les lois du jeu, par équipe.
- Ecrire les réponses aux questions sur une ardoise (une par équipe).
- Comptabiliser les points et valoriser l'équipe vainqueur.

Espace nécessaire :

Club house -
Siège du club - Salle

Encadrement souhaité :

1 éducateur

Effectif idéal :

8 participants

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Salle - Chaises - Tables -
Ardoises - Questionnaire
et/ou Powerpoint

Remarque :

Possibilité d'inviter un
arbitre du club pour
animer l'atelier.



QUESTIONNAIRE « ARBITRAGE »



	Questions	Réponses
1	Comment distingue-t-on le capitaine des autres joueurs : à ses chaussures, à son brassard ou à sa grande taille ?	A son brassard (le capitaine doit toujours avoir une attitude exemplaire sur le terrain).
2	Mon 1er est un moyen de transport, mon 2e est un adjectif possessif, mon 3e est une couleur. Mon tout sert à sanctionner un joueur.	Carton jaune (car - ton - jaune), ou carton rouge.
3	Je pense que l'arbitre a commis une erreur. Que dois-je faire : je lui dis qu'il s'est trompé, je ne lui dis rien et je me replace, je le dispute ?	Je ne lui dis rien et je me replace.
4	Vrai ou faux : J'ai le droit de jouer au football avec des filles.	Oui, la mixité est autorisée jusqu'en U15.
5	Lorsque je joue au football, je dois écouter les consignes : de mes parents, de mon éducateur, de mes adversaires ?	De mon éducateur car c'est le responsable de mon équipe et c'est lui le « spécialiste » du football.
6	Au football, que se passe-t-il pour un joueur qui reçoit 2 cartons jaunes au cours du même match ?	Il est exclu du terrain par l'arbitre : carton rouge.
7	Quel signal dois-tu attendre avant d'engager la partie ?	Le coup de sifflet de l'arbitre.
8	Si mon partenaire fait une grosse erreur technique : je l'encourage, je ne dis rien, je le dispute ?	Je l'encourage.
9	Vrai ou faux ? Les protège-tibias sont obligatoires lors d'un match de football.	Vrai, cela me permet de limiter les risques de blessure.
10	Je me rends coupable d'une faute si : je fais un « petit pont » à mon adversaire, je pousse mon adversaire, le ballon sort du terrain ?	Je pousse mon adversaire.
11	Le football est un sport : individuel, collectif, de combat ?	C'est un sport collectif car plusieurs joueurs composent ton équipe.
12	Quel équipement ne figure pas dans le matériel de l'arbitre : le sifflet, le brassard de capitaine, le drapeau de touche ?	Le brassard de capitaine appartient aux équipes.
13	Lors d'un coup franc, comment appelle-t-on le groupe de joueurs que le gardien place en ligne devant lui ?	Le mur (doit être placé à 6m du ballon chez les jeunes et à 9m15 dans les autres cas).
14	Trouvez l'intrus : Ligne de touche, ligne de but, ligne de mire.	Ligne de mire car elle n'existe pas pour délimiter un terrain de football.
15	Comment appelle-t-on la barre fixée horizontalement au sommet de deux poteaux et délimitant le haut d'un but : La barre de rir, la barre transversale, la barre de céréales.	La barre transversale.
16	Quelles sont les valeurs de la Fédération Française de Football (« PRETS ») ?	Plaisir - Engagement - Respect - Tolérance - Solidarité
17	Que se passe-t-il si je commets une faute dans ma propre surface de réparation contre un adversaire : Penalty, Hors-jeu, Corner ?	Penalty.
18	Quel autre nom utilise-t-on pour évoquer le « carton jaune » : l'applaudissement, l'avertissement, le divertissement ?	L'avertissement.
19	Mon 1er est une planète, mon 2e est un département français, mon tout est le lieu sur lequel tu pratiques le football.	Terrain (Terre - Ain).
20	Comment appelle-t-on les minutes que l'arbitre ajoute à la fin d'un match : le temps additionnel, le temps perdu, ou le petit plus du chef ?	Le temps additionnel (il correspond au temps des arrêts de jeu).

1 quiz (V/F) - coupelles - Plots - chasubles



QUESTIONNAIRE « ARBITRAGE »



Questions - Vrai ou faux		Réponses	
1	J'ai le droit de jouer au football avec des filles.	Vrai	Oui, la mixité est autorisée jusqu'en U15.
2	Tu peux poursuivre ton action et marquer un but même si l'arbitre a sifflé un hors-jeu.	Faux	Tu dois t'arrêter et te replier sans contester sa décision.
3	Pour qu'un but soit accordé par l'arbitre, il faut que le ballon touche la ligne de but.	Faux	Il faut que le ballon ait entièrement franchi la ligne de but entre les montants.
4	Les protège-tibias sont obligatoires lors d'un match de football.	Vrai	Cela me permet de limiter les risques de blessure.
5	Sur un corner, je peux marquer un but directement contre l'équipe adverse.	Vrai	
6	Le ballon peut être botté dans n'importe quelle direction au coup d'envoi.	Vrai	
7	Ton gardien peut prendre le ballon à la main dans sa surface de réparation sur une passe que tu lui as faite avec la cuisse.	Vrai	Il peut aussi se saisir du ballon sur une passe de la tête ou de la poitrine.
8	Un joueur peut être signalé en position de hors-jeu sur un coup de pied de but (6m).	Faux	Un joueur ne peut pas être hors-jeu sur un coup de pied de but.
9	Un joueur peut être sanctionné hors-jeu sur une passe réalisée avec la main de la part de son propre gardien.	Vrai	
10	Le vainqueur du TOSS d'avant match choisit d'obtenir le coup d'envoi du match.	Faux	Le vainqueur obtient le choix du camp.



ARBITRAGE

ACTION TERRAIN

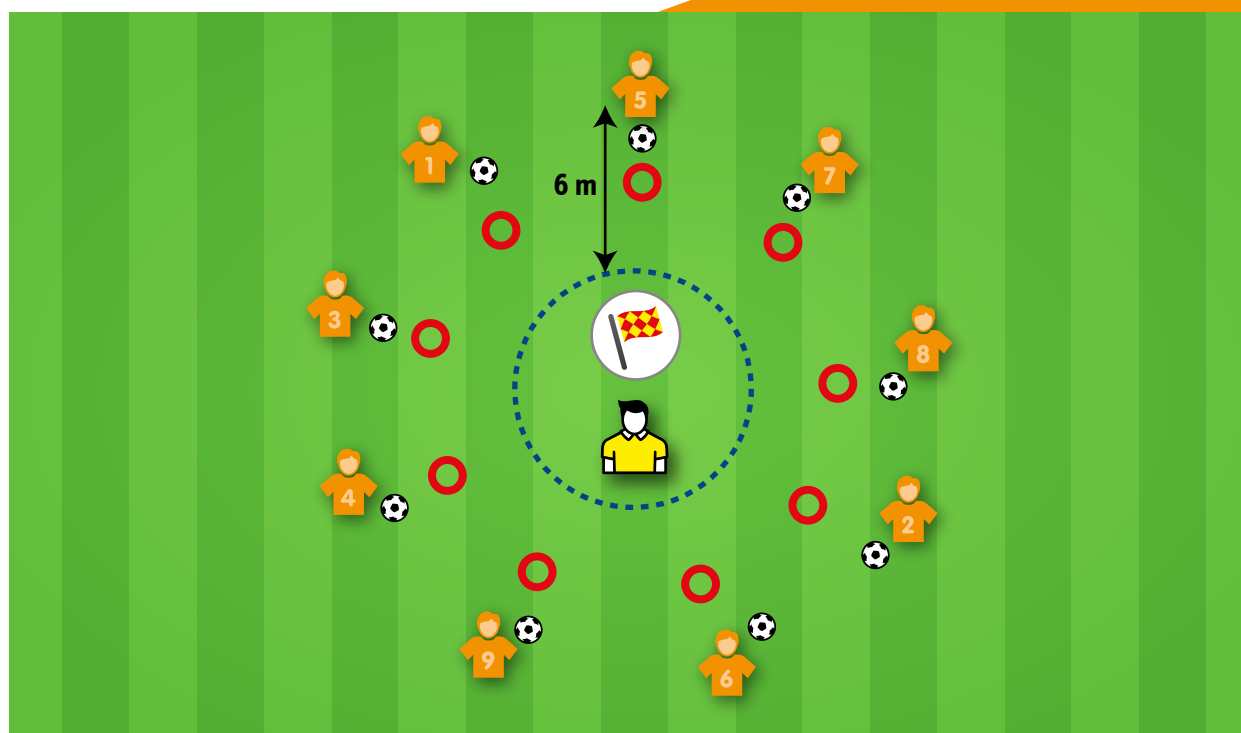
La ronde de l'arbitrage

U8
U11

Compétences visées : Connaître les fautes à ne pas commettre

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur les fautes à ne pas commettre par l'intermédiaire d'un atelier de signalisation

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- 1 éducateur qui donnera les consignes.
- Effectif : 9 joueurs
 - Désigner 1 joueur « Arbitre »
 - Les autres joueurs sont répartis à chaque coupelle rouge
 - Consignes : (Aller-retour en contournant la coupelle bleue)
- Conduite libre
- Conduite pied droit
- Conduite pied gauche
- Conduite semelle pied droit
- Conduite semelle pied gauche
- Conduite alternée pied droit – pied gauche (intérieur du pied)
 - Variable : Même consignes mais le joueur doit bloquer le ballon dans le cerceau (aller et retour)

Espace nécessaire :

1/4 terrain de football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

9 joueurs

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Drapeau de touche ou sifflet - Chasubles - Coupelles

Remarque :

Au-delà de la dimension « arbitrage », ce travail est basé sur la concentration de tous les participants.

ARBITRAGE ACTION TERRAIN

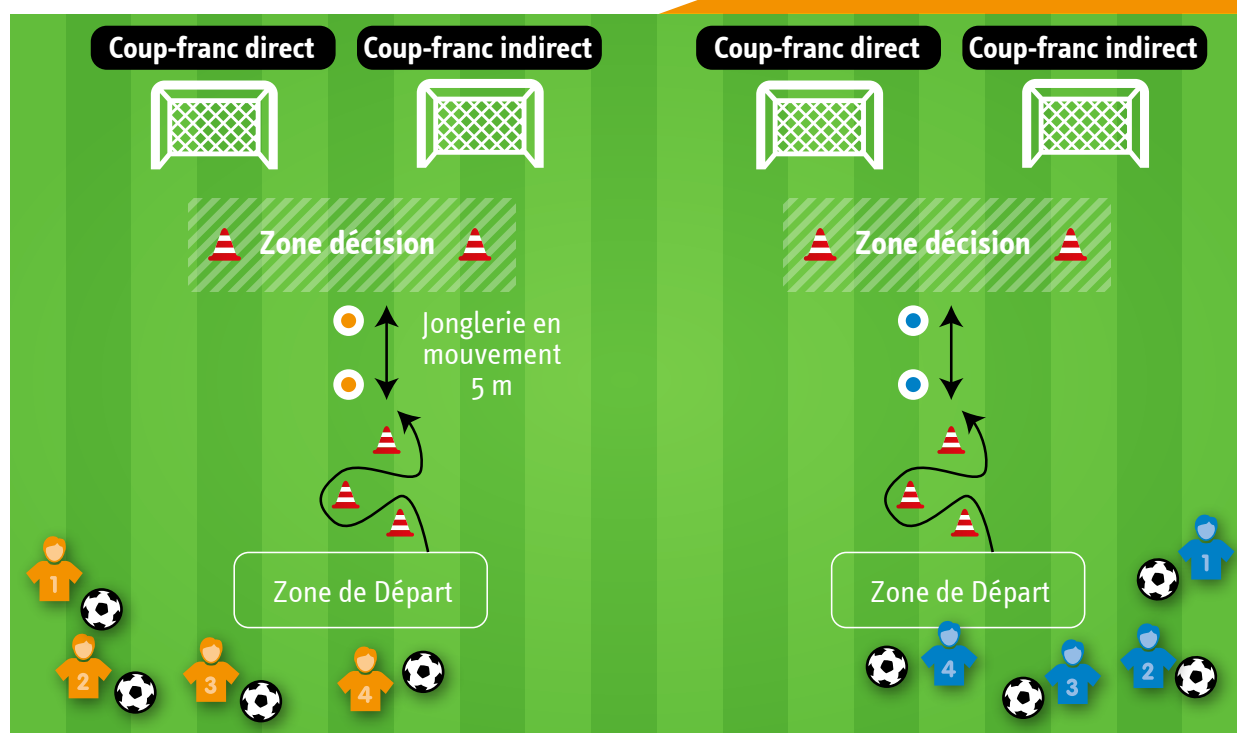
Un direct ou indirect ?

U12
U15

Compétences visées : Respecter et comprendre les décisions de l'arbitre

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur la nature des coups francs par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 2 zones distinctes :
 - La zone « technique » : C'est un parcours technique.
 - La zone « décision » : Se situe à l'issue de la zone « technique ».
- Répartir les joueurs en 2 équipes.
- Réaliser un parcours technique et positionner 2 mini-buts à l'issue du parcours :
 - un but « CFI » (coup-franc indirect)
 - un but « CFD » (coup-franc direct)
- Enoncer, en début de parcours, un exemple de type de faute.
- Réaliser le parcours technique le plus rapidement possible et tirer dans le but qui correspond à la « bonne » décision technique.

Espace nécessaire :

Terrain de football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

8 joueurs

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

4 mini buts - Plots - coupelles - ballons

Remarques :

Possibilité de réaliser une variante avec les cartons rouges/jaunes.
Possibilité d'associer des pénalités avec des frappes du « mauvais » pied, des tirs au but sans que le ballon ne touche le sol etc...



NATURE DU COUP-FRANC



« COUP FRANC DIRECT » :

- Je charge un adversaire ;
- Je saute sur un adversaire ;
- Je donne ou essaie de donner un coup de pied à l'adversaire ;
- Je bouscule un adversaire ;
- Je frappe ou essaie de frapper un adversaire ;
- Je tacle un adversaire ou lui dispute le ballon ;
- Je fais ou essaie de faire trébucher un adversaire etc...

« COUP FRANC INDIRECT » :

- Je joue d'une manière dangereuse ;
- Je fais obstacle à la progression d'un adversaire sans qu'il y ait contact ;
- J'empêche le gardien de but de lâcher le ballon des mains, ou joue ou essaie de jouer le ballon alors que le gardien est en train de le lâcher ;
- Je suis signalé en position de hors-jeu ;
- Mon gardien garde le ballon dans les mains pendant plus de 6 secondes ;
- Mon gardien prend le ballon avec les mains sur une passe volontaire d'un partenaire réalisée avec le pied ;
- Mon gardien prend directement le ballon des mains sur une rentrée de touche de mon partenaire etc...

ARBITRAGE ACTION TERRAIN

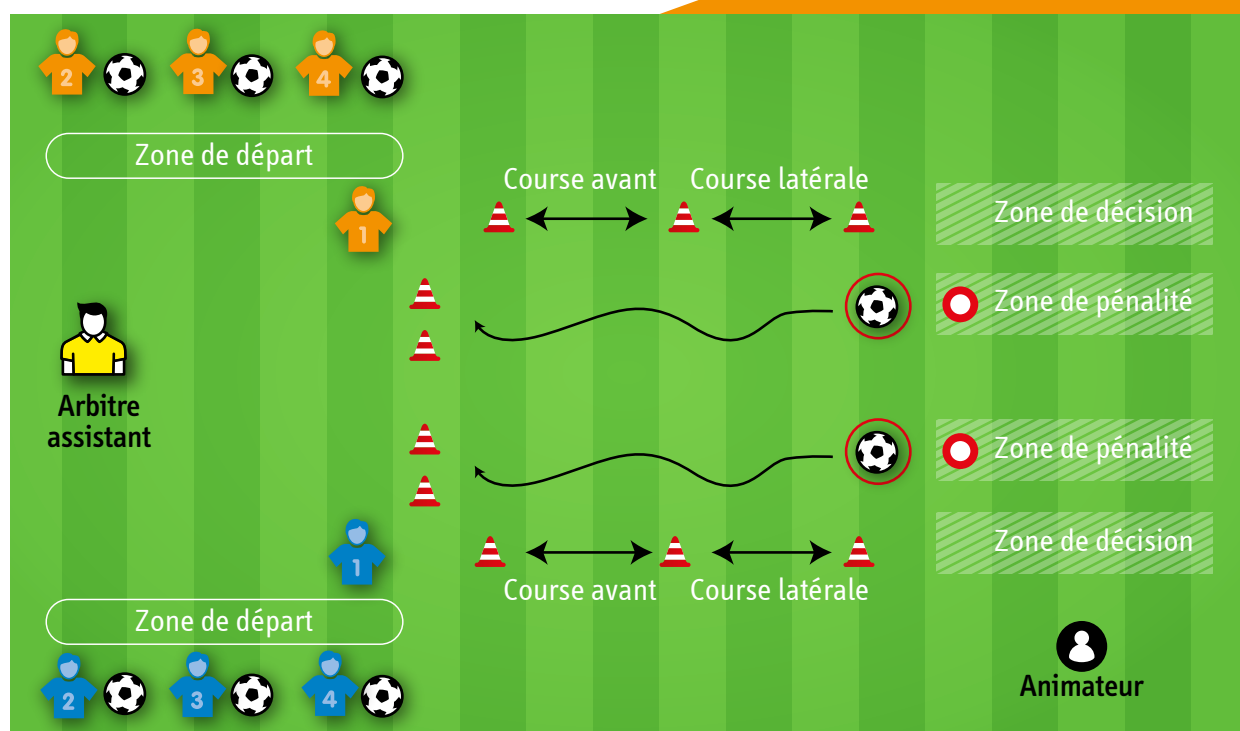
Le parcours de l'arbitre

U12
U15

Compétences visées : Reproduire les courses de l'arbitre assistant, reproduire une gestuelle adaptée et gagner le relais par équipe

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur la gestuelle appliquée à la fonction d'arbitre assistant

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Avant de commencer, le joueur dépose son ballon dans le cerceau rouge et se positionne au départ.
- L'éducateur présente les gestuelles de l'arbitre assistant : faute, rentrée de touche, hors-jeu, coup de pied de but, coup de pied de coin, sortie de but, remplacement, but marqué.
- L'arbitre court le long de la ligne de touche en adaptant ses courses aux différentes zones. L'éducateur énonce une « situation de jeu » quand l'arbitre est dans la zone « décision ». Il signale avec son bras (pas d'utilisation de drapeau) la gestuelle adaptée.
- En cas de mauvaise réponse, il doit faire un tour de pénalité en conduite de balle. Le joueur suivant part quand le précédent a franchi la porte avec le ballon.

Espace nécessaire :

Cours d'école, enceinte sportive, autres

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

10 joueurs

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Coupelles - Ballons - Cônes - Cerceaux



CHANSON DE GESTES



LE COUP FRANC

Du bras, l'arbitre indique la direction du camp sanctionné.



LE COUP FRANC INDIRECT

Bras à la verticale : le coup franc est indirect.



LE COUP DE PIED DE BUT

Le coup de pied de but, plus connu sous le nom de "six mètres".
L'arbitre central (photo 3) et son assistant (photo 4) désignent conjointement la surface de but.



LA RENTRÉE DE TOUCHE

Remise en jeu par une touche. L'arbitre (par son bras, photo 5) et son assistant (par son drapeau, photo 6) indiquent le sens d'attaque de l'équipe qui en bénéficie.



LE HORS-JEU

Drapeau levé à la verticale (photo 9) : l'assistant signale une position de hors-jeu. L'arbitre central siffle alors un coup franc indirect (photo 2 page précédente).
L'assistant varie l'inclinaison de son bras pour désigner l'endroit où se trouve le joueur sanctionné de hors-jeu : de l'autre côté du terrain (photo 10), au milieu de terrain (photo 11) ou de son côté du terrain (photo 12).



LE PENALTY

Ou coup de pied de réparation. Tout en poursuivant sa course, l'arbitre désigne clairement le point de penalty (photo 13) pour sanctionner une faute commise dans la surface de réparation.



LE COUP DE PIED DE COIN

Corner. Ou plus exactement coup de pied de coin. Le directeur de jeu montre la direction du piquet de coin (photo 7), son assistant en fait de même avec son drapeau (photo 8).



L'AVANTAGE

Les deux bras levés vers l'avant, l'arbitre indique que le jeu se poursuit dans une situation "d'avantage" (photo 14).

LE REMPLACEMENT

L'assistant maintient son drapeau à l'horizontale entre ses deux bras levés : une équipe demande à effectuer un changement de joueur (photo 15).



CULTURE FOOT

ACTION EN SALLE

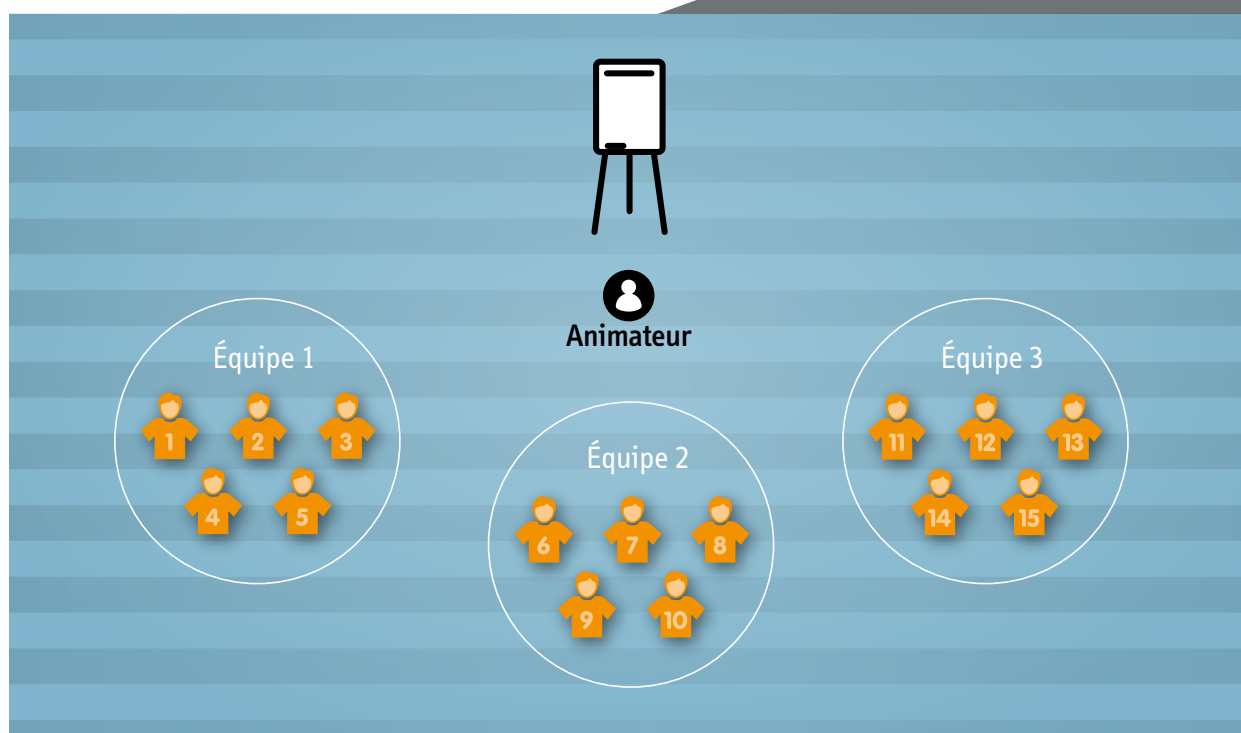
Le slogan du club

U8
U11

Compétences visées : Avoir l'esprit club / Etre fidèle à son club

L'objectif de l'atelier : Organiser un atelier de réflexion sur les valeurs et le slogan du club

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Le club est chargé de la mise en place de cet atelier dans ses locaux (vestiaire ou club house).
Temps 1 : Présenter les valeurs « PRETS » de la FFF ainsi que ce qu'est un slogan.
Temps 2 : Proposer aux joueurs de définir les valeurs et le slogan du club.
- Répartir les joueurs en équipe de 5 joueurs.
Pour chaque équipe :
 - identifier les 3 valeurs majeures du club.
 - proposer 2 slogans pour le compte du club.
- Réaliser un débriefing collectif.
- Faire remonter les propositions au comité directeur ou au bureau du club.
- Élection pas les éducateurs, en fin de semaine d'un ou plusieurs joueurs qui se rapprochent des valeurs émises en début de stage ou ds valeurs PRETS.

Espace nécessaire :

Siège du club - Salle - Club house

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

10 à 15 participants

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Salle - Chaises - Tables - Paper board

Remarques :

Possibilité d'élire les licenciés qui représentent au mieux les valeurs FFF « Plaisir » - « Respect » - « Engagement » - « Tolérance » - « Solidarité » à l'occasion de 5 périodes de l'année.

CULTURE FOOT ACTION TERRAIN

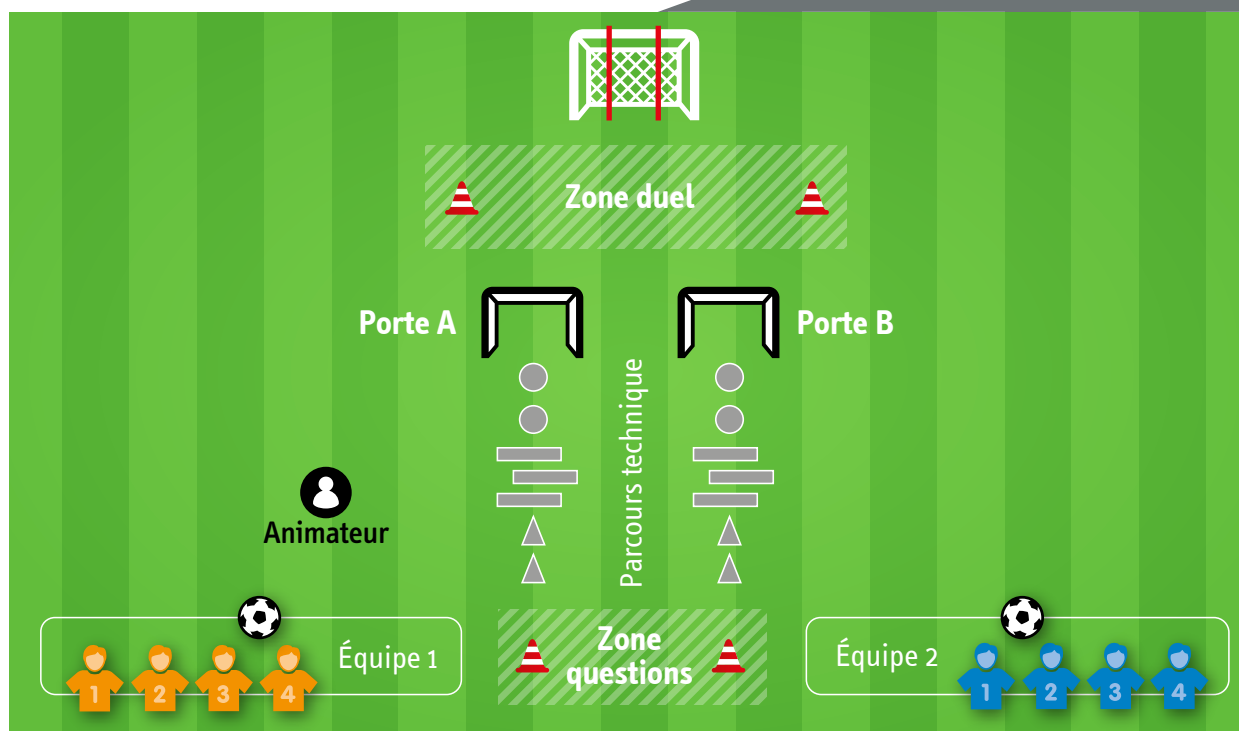
Le challenge culturel

U8
U11

Compétences visées : Connaître l'histoire du foot / Connaître son club

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur la culture footballistique par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Répartir les joueurs en 2 équipes.
- Matérialiser 4 zones distinctes :
 - La zone « questions » : L'animateur pose une question à 2 joueurs
 - La zone « technique » : C'est un parcours technique à réaliser le plus rapidement possible
 - La zone « porte » : Elle permet de répondre à la question posée. Elle se situe à la fin de la zone « technique »
 - La zone « duel » : C'est la zone où les 2 joueurs tirent au but
- Inviter un joueur de chaque équipe dans la zone « questions ». Pour les 2 joueurs :
 - Écouter la question posée
 - Réaliser le parcours technique le plus rapidement possible
 - Déposer le ballon dans la « bonne » porte (A - B) correspondante à la « bonne » réponse.

Les joueurs réalisent un parcours technique pour finir sur un tir de précision

Réponse VRAIE : ils tirent au milieu = 1 point

Réponse FAUSSE : ils tirent dans l'un des 2 côtés du but = 1 point.

Espace nécessaire :

1/2 terrain de football

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

12 à 20 joueurs

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Coupelles -

Chasubles - But -

Quiz Culture Foot



QUESTIONNAIRE « CULTURE FOOT »



	Questions	Réponses
1	En quelle année a été joué le premier match de football féminin : 1895 ou 1945 ?	1895 (ce match a opposé 2 équipes de Londres).
2	Quelle forme avaient les premiers poteaux de but : carrée ou ronde ?	Carrée (les poteaux d'aujourd'hui sont ronds).
3	Comment appelle-t-on les arbitres de touche : Juges de ligne ou arbitres assistants ?	Les arbitres assistants (on les appelait aussi autrefois « juges de ligne »).
4	Avant le sifflet, quel objet utilisait un arbitre pour indiquer ses décisions : un mouchoir blanc ou une corne de brume ?	Un mouchoir blanc (le sifflet est apparu vers 1870 en Angleterre).
5	Vrai ou faux : Les cartons jaune et rouge ont toujours existé au football.	Faux (ils ont été créés et officialisés pour la coupe du monde de 1970 au Mexique).
6	Sur quel document sont inscrits les noms des joueurs avant un match : Le rapport de l'arbitre ou la feuille de match ?	La feuille de match (figurent également les noms des entraîneurs, dirigeants, remplaçants, et les arbitres).
7	Dans une année, combien de périodes sont consacrées aux transferts des joueurs d'un club à un autre : 2 ou 3 ?	2 (le mercato d'été et le mercato d'hiver).
8	Quel terme désigne aussi bien un coup franc direct, un corner ou un penalty : Un coup de pied arrêté ou une balle à terre ?	Un coup de pied arrêté.
9	Combien de clubs évoluent dans le championnat de France de Ligue 1 : 18 ou 20 clubs ?	20 (chaque équipe jouera donc 38 matches dans la saison).
10	En quelle année, la France a-t-elle gagnée la Coupe du monde contre le Brésil : 2002 ou 1998 ?	1998 (3 à 0).
11	Laquelle de ces coupes n'est pas une compétition française : la Coupe de la Ligue ou la Coupe UEFA ?	La Coupe UEFA (c'est une compétition qui regroupe des clubs européens).
12	A quelle instance internationale revient l'organisation des Coupes du Monde de football : l'UEFA ou la FIFA ?	La FIFA.

CULTURE FOOT

ACTION TERRAIN

Le tir au bonus

U8
U11

Compétences visées : Connaître son club

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur la culture club par l'intermédiaire d'une séance de frappes au but

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Répartir les joueurs en 2 équipes.
- Matérialiser 5 zones de « frappe » (Points : 1 2 3 4 5).
- Inviter une équipe à se rendre dans la zone de « questions » située en face de la zone de frappe N°5.
- Poser 5 questions de suite à l'équipe A.
- A chaque bonne réponse, demander à l'équipe de progresser d'un palier (zone de frappe).
- A chaque mauvaise réponse, demander à l'équipe de reculer d'un palier (zone de frappe).
- A l'issue des 5 questions, l'équipe se situe à un palier de frappe.
- Demander à chaque joueur de tirer au but depuis cette zone.
- Les points sont les suivants :
 - 2 points par but marqué sur les côtés,
 - 1 point pour un but au centre.

Espace nécessaire :

1/2 terrain de football

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

12 à 20 joueurs

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Coupelles - Ballons -
Chasubles - But - Quiz
Culture Foot

Remarque :

Possibilité de
matérialiser les zones
de frappe excentrées
du but.



QUESTIONNAIRE « CULTURE FOOT »



Questions	Réponses	Questions	Réponses
1 En quelle année a été joué le premier match de football féminin : 1895, 1945 ou 2001 ?	<i>1895 (ce match a opposé 2 équipes de Londres).</i>	16 Mon 1er est sur une même ligne, mon 2 ^d sert à présenter la nourriture, mon 3ème est le contraire de « avec ». Mon tout est sur le banc de touche.	<i>Remplaçant (rang - plat - sans).</i>
2 Quelle forme avaient les premiers poteaux de but : carrée, ronde, ou octogonale ?	<i>Carrée (les poteaux d'aujourd'hui sont ronds).</i>	17 Quelle est la température d'un fumigène en combustion : 200°C, 400°C, 800°C ?	<i>800° C.</i>
3 Comment appelle-t-on les arbitres de touche ?	<i>Les arbitres assistants</i>	18 Combien de stades ont accueilli des matches de l'EURO 2016 en France ?	<i>10.</i>
4 Avant le sifflet, quel objet utilisait un arbitre pour indiquer ses décisions : un mouchoir blanc, une corne de brume ou une cloche de vache ?	<i>Un mouchoir blanc (le sifflet est apparu vers 1870 en Angleterre).</i>	19 En français, comment appelle-t-on un penalty ?	<i>Un coup de pied de réparation.</i>
5 Vrai ou faux ? Les cartons jaune et rouge ont toujours existé au football.	<i>Faux (ils ont été créés et officialisés en 1970).</i>	20 À quelle occasion un joueur effectue-t-il un coup de pied de but : après un but, après une touche ou après une sortie de but ?	<i>Après une sortie de but.</i>
6 Sur quel document sont inscrits les noms des joueurs avant un match ?	<i>La feuille de match.</i>	21 Vrai ou faux ? Un entraîneur peut marcher tout le long de la ligne de touche pour donner des consignes à ses joueurs.	<i>Faux (il ne doit pas dépasser le périmètre de sa surface technique).</i>
7 Dans une année, combien de périodes sont consacrées aux transferts des joueurs d'un club à un autre ?	<i>2 (le mercato d'été et le mercato d'hiver).</i>	22 Combien y a-t-il de bénévoles dans les 17 500 clubs de football en France : 100 000, 250 000, 400 000 ?	<i>400 000. Ils donnent leur temps pour aider au fonctionnement du club</i>
8 Quel terme désigne aussi bien un coup franc direct, un corner ou un penalty ?	<i>Un coup de pied arrêté.</i>	23 Comment est attribué le camp des équipes avant le début d'un match : suivant le sens du vent, par décision de l'arbitre ou par tirage au sort ?	<i>Par tirage au sort (celui qui gagne choisit son camp, l'autre donne le coup d'envoi).</i>
9 Combien de clubs évoluent dans le championnat de France de Ligue 1 ?	<i>20.</i>	24 Que désigne l'expression « coup du chapeau » : 3 buts consécutifs inscrits par un joueur dans un match, une révérence à l'arbitre ou un but marqué de la tête ?	<i>3 buts inscrits dans un match.</i>
10 En quelle année, la France a-t-elle gagnée la Coupe du Monde contre le Brésil : 2002, 1998 ou 2010 ?	<i>1998 (3 à 0).</i>	25 En France, quelle compétition est réservée aux équipes U19 : la Coupe Zidane, la Coupe Gambardella ou la Coupe des champs ?	<i>La Coupe Gambardella (créée en 1954).</i>
11 Mon 1er est une eau salée, mon 2 ^d est la 11ème lettre de l'alphabet, mon 3ème est le contraire de tard. Mon tout sert au transfert des joueurs.	<i>Mercato (mer - k - tôt).</i>	26 Combien y a-t-il de clubs de football en France : 10 000, 17 500, 30 500 ?	<i>Près de 17 500.</i>
12 Laquelle de ces coupes n'est pas une compétition française : la Coupe de France, la Coupe de la Ligue ou la Coupe UEFA ?	<i>La Coupe UEFA.</i>	27 Quel est le niveau de compétition le plus élevé (championnat) du football amateur ?	<i>Le National 1.</i>
13 A quelle instance internationale revient l'organisation des Coupes du Monde de football : FFF, UEFA, FIFA ?	<i>FIFA.</i>	28 En quelle année la FFF a-t-elle été créée : 1890, 1919 ou 1939 ?	<i>1919.</i>
14 Mon 1er est le verbe « suer » à la 1ère personne du présent, mon 2 ^d accueille les bateaux, on marche sur mon 3ème. Mon tout crie dans les tribunes.	<i>Supporters (sue - port - terre).</i>	29 Quel pays a gagné le plus de fois la coupe du monde ?	<i>Le Brésil (5 fois).</i>
15 Cite 2 des 5 valeurs de la FFF.	<i>Plaisir, Respect, Engagement, Tolérance, Solidarité.</i>	30 Combien y a-t-il de licenciés à la FFF : Moins de 500 000, 1 million, plus de 2 millions	<i>Plus de 2 millions.</i>

CULTURE FOOT ACTION TERRAIN

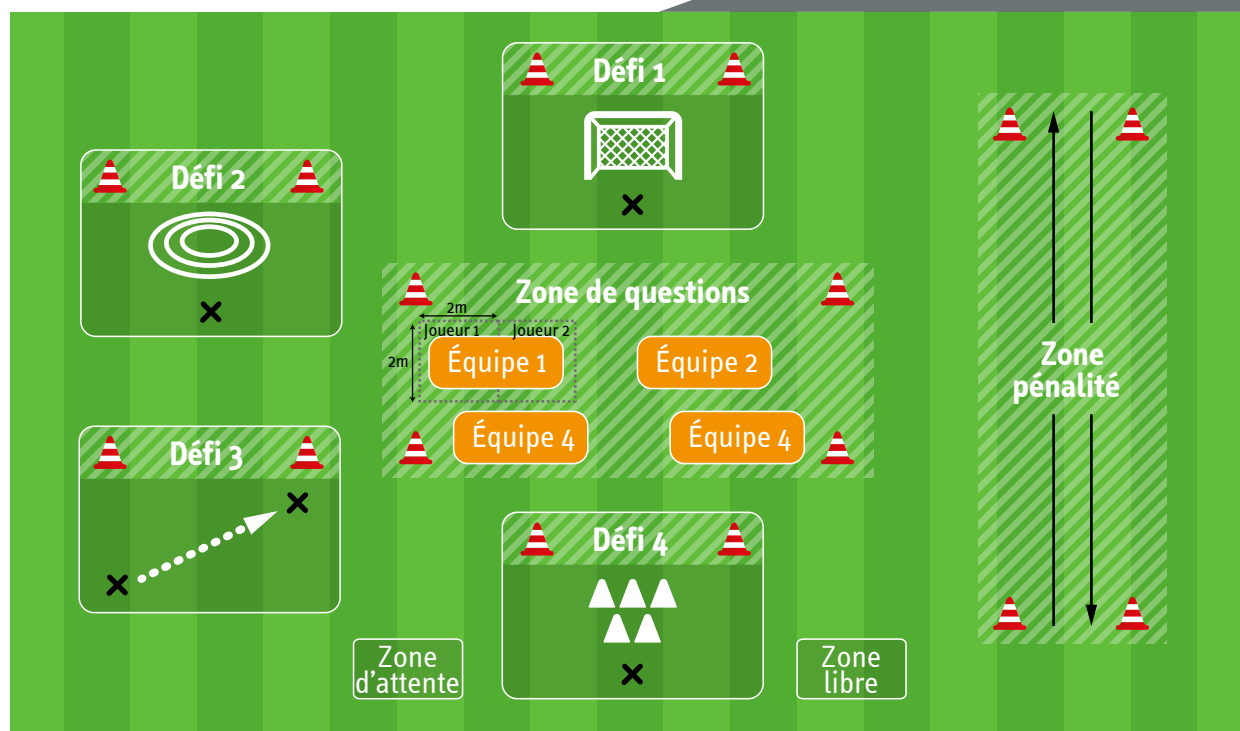
Le biathlon culture foot

U12
U15

Compétences visées : Partager sa connaissance du football

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur la culture footballistique par l'intermédiaire d'un biathlon technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Répartir les joueurs en 4 équipes de 2.
- Matérialiser 6 zones distinctes :
 - Une zone « questions » au centre du terrain.
 - 4 zones de « défis techniques » pour les épreuves à réaliser.
 - Une zone « pénalité » qui correspond à la zone de réalisation d'une pénalité.
- Inviter chaque équipe à se rendre dans la zone « questions » avant chaque atelier.
- Poser une question à l'ensemble de l'équipe.
 - Si la réponse est « bonne » : L'équipe se rend sur un des 4 ateliers (ordre à respecter)*. La réalisation d'un atelier « défis techniques » passe obligatoirement par l'obtention d'une bonne réponse à la question posée.
 - Si la réponse est « fausse » : L'équipe se rend dans la zone « pénalité ». L'équipe doit repasser par la zone « questions » pour obtenir le droit de se rendre dans l'un des défis techniques.
- Pour déterminer le classement, on comptabilisera le nombre de tours effectués.

* Équipe 1 : 1, 2, 3, 4 - Équipe 2 : 2, 3, 4, 1 - Équipe 3 : 3, 4, 1, 2 - Équipe 4 : 4, 1, 2, 3

Espace nécessaire : Terrain de football

Encadrement souhaité : 1 personne

Effectif idéal : 8 joueurs

Durée de l'action : 45 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Chasubles - But - Quiz - Planche de rebond - Cerceaux - Piquets - Coupelles

Remarque :

Défi 1 : Challenge foot : Tirer sur le poteau ou la barre - Tir à 11m.

Défi 2 : Le curling foot : Doser une passe dans une zone définie - 1 frappe de balle imposée.

Défi 3 : Le jonglage mobile : Jongler sur 30 mètres sans faire tomber le ballon au sol.

Défi 4 : Le chamboule foot : Tirer (à 10m) sur 5 cônes pour les faire tomber.

Zone Pénalité : Sprinter sur 80m (40m aller-retour).

Proposer aussi un questionnaire vierge



QUESTIONNAIRE « CULTURE FOOT »



	Questions	Réponses
1	Mon 1 ^{er} est sur une même ligne, mon 2 ^d sert à présenter la nourriture, mon 3 ^e est le contraire de « avec ». Mon tout est sur le banc de touche.	<i>Remplaçant (rang - plat - sans).</i>
2	Quelle est la température d'un fumigène en combustion : 200°C, 400°C, 800°C ?	<i>800° C.</i>
3	Combien de stades ont accueilli des matches de l'EURO 2016 en France ?	<i>10.</i>
4	En français, comment appelle-t-on un penalty ?	<i>Un coup de pied de réparation (il sanctionne une faute commise dans la surface de réparation).</i>
5	À quelle occasion un joueur effectue-t-il un coup de pied de but : après un but, après une touche ou après une sortie de but ?	<i>Après une sortie de but (le gardien se charge souvent de cette remise en jeu).</i>
6	Vrai ou faux ? Un entraîneur peut marcher tout le long de la ligne de touche pour donner des consignes à ses joueurs.	<i>Faux (il ne doit pas dépasser le périmètre de sa surface technique).</i>
7	Combien y a-t-il de bénévoles dans les 17 500 clubs de football en France : 100 000, 250 000, 400 000 ?	<i>400 000. Ils donnent leur temps pour aider au fonctionnement du club.</i>
8	Comment est attribué le camp des équipes avant le début d'un match : suivant le sens du vent, par décision de l'arbitre ou par tirage au sort ?	<i>Par tirage au sort (celui qui gagne choisit son camp, l'autre donne le coup d'envoi).</i>
9	Que désigne l'expression « coup du chapeau » : 3 buts consécutifs inscrits par un joueur dans un match, une révérence à l'arbitre ou un but marqué de la tête ?	<i>3 buts inscrits dans un match (marqués de façons différentes, le coup du chapeau est « parfait »).</i>
10	En France, quelle compétition est réservée aux équipes de U19 : la Coupe Zidane, la Coupe Gambardella ou la Coupe des champs ?	<i>La Coupe Gambardella (créée en 1954 pour permettre aux jeunes de s'aguerrir au niveau national).</i>
11	Combien y a-t-il de clubs de football en France : 10 000, 17 500, 30 500 ?	<i>Près de 17 500.</i>
12	Quel est le niveau de compétition le plus élevé (championnat) du football amateur ?	<i>Le National 1.</i>
13	En quelle année la FFF a-t-elle été créée : 1890, 1919 ou 1939 ?	<i>1919.</i>
14	Quel pays a gagné le plus de fois la coupe du monde ?	<i>Le Brésil (5 fois).</i>
15	Combien y a-t-il de licenciés à la FFF : Moins de 500 000, 1 million, plus de 2 millions ?	<i>Plus de 2 millions.</i>



QUESTIONNAIRE « CULTURE FOOT »



	Questions	Réponses
1	Mon 1 ^{er} est sur une même ligne, mon 2 ^d sert à présenter la nourriture, mon 3 ^e est le contraire de « avec ». Mon tout est sur le banc de touche.	<i>Remplaçant (rang - plat - sans).</i>
2	Quelle est la température d'un fumigène en combustion : 200°C, 400°C, 800°C ?	<i>800° C.</i>
3	Combien de stades ont accueilli des matches de l'EURO 2016 en France ?	<i>10.</i>
4	En français, comment appelle-t-on un penalty ?	<i>Un coup de pied de réparation (il sanctionne une faute commise dans la surface de réparation).</i>
5	À quelle occasion un joueur effectue-t-il un coup de pied de but : après un but, après une touche ou après une sortie de but ?	<i>Après une sortie de but (le gardien se charge souvent de cette remise en jeu).</i>
6	Vrai ou faux ? Un entraîneur peut marcher tout le long de la ligne de touche pour donner des consignes à ses joueurs.	<i>Faux (il ne doit pas dépasser le périmètre de sa surface technique).</i>
7	Combien y a-t-il de bénévoles dans les 17 500 clubs de football en France : 100 000, 250 000, 400 000 ?	<i>400 000. Ils donnent leur temps pour aider au fonctionnement du club.</i>
8	Comment est attribué le camp des équipes avant le début d'un match : suivant le sens du vent, par décision de l'arbitre ou par tirage au sort ?	<i>Par tirage au sort (celui qui gagne choisit son camp, l'autre donne le coup d'envoi).</i>
9	Que désigne l'expression « coup du chapeau » : 3 buts consécutifs inscrits par un joueur dans un match, une révérence à l'arbitre ou un but marqué de la tête ?	<i>3 buts inscrits dans un match (marqués de façons différentes, le coup du chapeau est « parfait »).</i>
10	En France, quelle compétition est réservée aux équipes de U19 : la Coupe Zidane, la Coupe Gambardella ou la Coupe des champs ?	<i>La Coupe Gambardella (créée en 1954 pour permettre aux jeunes de s'aguerrir au niveau national).</i>
11	Combien y a-t-il de clubs de football en France : 10 000, 17 500, 30 500 ?	<i>Près de 17 500.</i>
12	Quel est le niveau de compétition le plus élevé (championnat) du football amateur ?	<i>Le National 1.</i>
13	En quelle année la FFF a-t-elle été créée : 1890, 1919 ou 1939 ?	<i>1919.</i>
14	Quel pays a gagné le plus de fois la coupe du monde ?	<i>Le Brésil (5 fois).</i>
15	Combien y a-t-il de licenciés à la FFF : Moins de 500 000, 1 million, plus de 2 millions ?	<i>Plus de 2 millions.</i>

FICHE « RESULTATS »

Déterminer le nombre de frappes par équipe.

RESULTATS	Equipe 1	Equipe 2	Equipe 3	Equipe 4	Equipe 5
Parcours 1					
Parcours 2					
Parcours 3					
Parcours 4					
Parcours 5					
TOTAL					