

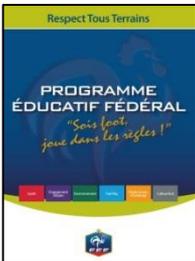


# Le Programme Educatif Fédéral

## Fiche « action »



### RC SAVASSON



#### FAIRE SON SAC DE FOOT POUR JOUER

- UN MAILLOT
- UN SHORT
- UNE PAIRE DE CHAUSSETTES DE FOOT
- DES PROTEGES TIBIAS
- CHAUSSURES DE FOOT
- UNE PAIRE DE GANT (pour les gardiens)
- UNE BOUTEILLE D'EAU PERSO (ou une gourde)
- GANTS BONNET SOUS VÊTEMENT COMPLET... (selon le météo)

#### POUR APRES LE MATCH OU L'ENTRAINEMENT

- UNE SERVIETTE DE BAIN
- DES TONGS
- DES VÊTEMENTS ET SOUS-VÊTEMENTS DE RECHANGE
- UN SAC POUR TES CHAUSSURES SALES
- UN SAC POUR TES HABITS A LAVER

**! A LA MAISON, VIDE ET AERE TON SAC, NETTOIE ET FAIT SECHER TES CHAUSSURES POUR NE PAS QU'ELLES MOISSISSENT**



Santé

Engagement  
citoyen

Environnement

Fair-play

Règles du jeu  
et arbitrage

Culture foot



## Thématique : Santé

### Nom de l'action : Comment préparer son sac de foot



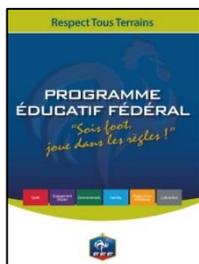
#### OBJECTIF(S)

Aider les apprentis footballeurs à préparer correctement leur sac avant de venir à l'entraînement ou au match pour ne rien oublier



#### DESCRIPTIF

Lors d'une séance de Futsal, nous avons demandé à nos jeunes footballeurs de faire une liste de ce qu'ils avaient besoin de mettre dans leur sac pour aller à l'entraînement ou à un match. A l'issue de l'entraînement, il a été remis un flyer explicatif, ainsi qu'une petite carte mémo récapitulant les éléments essentiels du sac de foot à accrocher à leur sac.



Date et lieu : Savasse, le 20/12/2017

Action ponctuelle / annuelle

2017-2018

Catégorie(s) concernée(s) : U11-U13

Nombre de participants : 14