PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

« FICHE ACTION »

Ligue :	LIGUE AUVERGNE-RHONE ALPES DE FOOTBALL
District :	District de Haute Savoie Pays de Gex de Football
Club :	Foot Sud 74

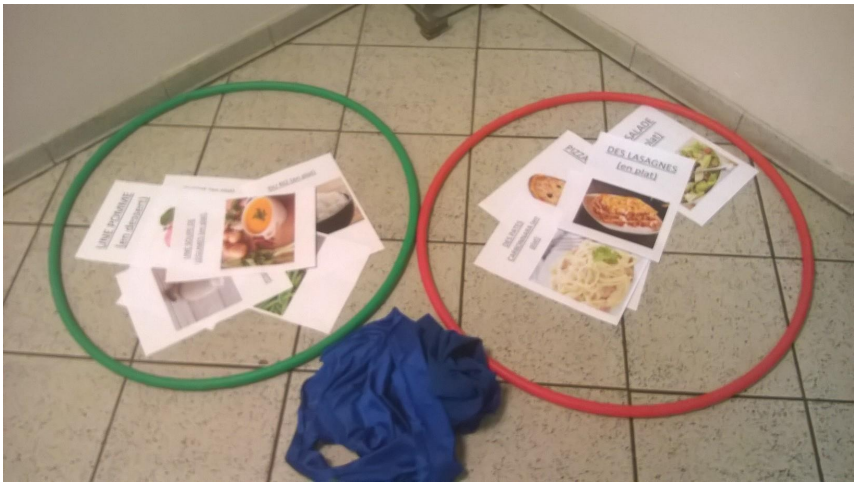
U6 U9 ☐ | U10 U13 ☑ | U14 U19 ☐

CHOIX DE LA THÉMATIQUE

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

Nom de l'Action :	Apprendre à s'alimenter sainement

PHOTO DE L'ACTION



RÉSUMÉ DE L'ACTION

Obj : Transmettre aux licenciés des réflexes alimentaires simple et adaptés / Faire reconnaître aux enfants les aliments appropriés à la croissance et au développement du footballeur.
•Groupe de 4 enfants avec désignation d'un capitaine.
•Chaque groupe prend une affiche avec un aliment dessus, le capitaine après réflexion avec ses coéquipiers pose l'affiche dans l'un des deux cerceaux (rouge = aliment mauvais pour l'individu : vert = aliment bon pour l'individu). Si c'est la bonne réponse le groupe récupère