



PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

**FICHE
« ACTION »**

Crédit  Mutuel

Santé

**Engagement
citoyen**

Environnement

Fair-play

**Règles du jeu
et arbitrage**

Culture foot



Nom du club

AS St Gervais

Date

23/01/2020

Nb participants

24

District

VENDEE

Thématique

Santé



Catégories

U12/13

Nom de l'action

Réveil, éveil, sommeil.

(Jeu du « Mastermind » adapté au football)

Résumé de l'action

(Qui ? Quand ? Quoi ? Où ? Comment ?)

Voici un atelier PEF réalisé ce samedi 23 janvier, avec les U12/13 de St Gervais.

L'atelier se nommait « Mastermind -foot ». J'ai repris et adapté le principe de ce jeu de société, avec un code couleur à retrouver, suite à des questions, portant sur les 3 phases qui sont : le réveil, l'éveil et le sommeil.

A l'entraînement, 24 joueurs présents, mais cet atelier s'est déroulé à chaque fois avec 8 joueurs (2 équipes de 4 qui s'affrontent), pendant 15 minutes.

J'ai tout d'abord donné les définitions de ces 3 mots, avant de réaliser une démonstration de l'exercice. Nous avons ensuite réalisé 3 manches de 6 questions, afin de déterminer à chaque fois un code de 6 couleurs.

Cet exercice a été extrêmement apprécié des garçons, qui se sont impliqués pleinement.

L'objectif était de leur faire comprendre l'importance de ces 3 phases afin qu'ils puissent optimiser leur pratique du football, que ce soit pour un entraînement ou un match.



PHOTO DE L'ACTION

