



# PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

## FICHE « ACTION »

Santé

Engagement  
citoyen

Environnement

Fair-play

Règles du jeu  
et arbitrage

Culture foot



JURA SUD FOOT

15/02/2020

Nb participants : 8

District



Thématique

SANTE



Nom de l'action

**Bien s'hydrater et utiliser sa gourde pour éviter l'utilisation de bouteille en plastique**

## Résumé de l'action

Au cours de la séance d'entraînement du samedi 15 février, nos U9F ont réalisé une action sous forme ludique de prévention et de sensibilisation sur l'importance d'avoir sa gourde aux entraînements et sur les plateaux ; et sur l'importance de l'hydratation quand on fait du sport. La gourde doit faire partie intégrante de l'équipement de la footballeuse au même titre de sa tenue.

En binômes elles devaient réaliser l'atelier technique puis répondre à une question. Un cumul de points s'effectuait. Le binôme vainqueur est reparti avec des goodies. Plusieurs messages clés ont été donnés aux jeunes footballeuses, durant différents ateliers techniques et de motricité.

Un petit bilan fut réalisé à la fin de la séance. Nous avons également insisté sur le bien de la planète, que l'environnement était ménagé en arrêtant l'utilisation de bouteilles en plastique.

Nos jeunes footballeuses ont bien compris et ont été très attentives !!!  
Pourvu que ça dure....

Référent PEF :  
Elodie MYOTTE-  
MOUILLER





Référent PEF :  
Elodie MYOTTE-  
MOUILLER

