



Récapitulatif de l'action

Nom: OUMOKRANE

Prénom: Sofiane

Email: giselb95@gmail.com

Fonction: Educateur(trice)

Nom de l'action: Comment préparer son sac

Date de l'action: 2022-09-07 00:00:00

Thème de l'action: Santé

Public cible: U10-U13

Nombre de participants: 26

Fiche(s) liée(s): Faire son sac et bien s'équiper

Nous avons organisé un atelier sous forme d'exercice avec sous forme de relais avec 2 équipes de 5 joueurs. Le terrain utilisé était divisé en 3 zones : - Une zone d'objets - Un parcours technique - La zone sac J'ai expliqué et démontré à l'ensemble des participants l'exercice. Les joueurs partent avec la balle au pied sous forme de relais 1 joueur de chaque équipe, doivent ramasser un objet dans la zone objets (bouteille eau, pommes, shampoing, lunette de piscine, protèges tibia, chips...), ils doivent ensuite suivre le parcours et aller poser l'objet choisit dans un cerceau rouge ou bleu. Rouge => objets non autorisé, Bleu : Objets autorisé dans son sac de sport. Après 2 passages de chaque équipe, nous comptabilisons les points obtenus grâce aux objets ramassés. Un débriefing est alors fait avec les joueurs lors du comptage et à la fin pour voir si les jeunes ont bien compris l'exercice.

Description:

Commentaire:

L'exercice s'est bien déroulé, les jeunes ont apprécié ce moment et compris l'importance de bien préparer son sac.



Photo(s):

