



PROGRAMME ÉDUCATIF FÉDÉRAL

“ Les Herbiers, le Bocage, Terre de Foot ... ”

04/11/2015

THEME : ENVIRONNEMENT

FICHE MISSIONS EDUCATIVES CATEGORIE U10-U13

Prendre une douche après l'effort

Objectifs : Avoir une bonne hygiène.

ACTION :

-Prendre un moment au début d'entraînement pour expliquer les bienfaits de la douche : Fiche classeur PEF

Messages clés :

- N'arrivez pas déjà en tenue de football avant l'entraînement.
- Le vestiaire est le lieu d'échange entre les joueurs

Saison 2015 - 2016