



SAISON 2022/2023

P
PLAISIR

R
RESPECT

Ê
ENGAGEMENT

T
TOLÉRANCE

S
SOLIDARITÉ

DISTRICT DU CHER DE FOOTBALL

PRODUCTION STAGIAIRES 3EME

LUCA



SASHA



PROGRAMME
ÉDUCATIF
FÉDÉRAL
PEF

THEO



ILAN

NOA



LEANDRE

THÈME 1

Santé

THÈME 2

Engagement
citoyen

THÈME 3

Environnement

THÈME 4

Fair-play

THÈME 5

Règles du jeu
et arbitrage

THÈME 6

Culture foot





LE MORPION DE LA SANTE



U14 / U19



THÈME 1
Santé

Modélisation de l'atelier :

Compétences visées: Approfondir ses connaissances sur la santé

Objectifs de l'atelier: Travail de la coordination motrice générale et réflexion sur le thème de la santé

Consignes de l'atelier :

- Effectuer 2 équipes. L'atelier s'effectue sous forme de relais
- Au signal de l'éducateur, un joueur de chaque équipe s'élancent chasuble à la main pour effectuer le parcours
- Pendant le parcours, l'éducateur pose une question sur le thème de la santé et, arrivés à lui, le ou les joueurs ayant donné la bonne réponse peuvent poser leur chasuble dans un cerceau. Ils repartent ensuite au départ pour taper dans la main de leur coéquipier et ainsi de suite,
- Pour gagner la manche, il faut être la première équipe à aligner trois chasubles dans le morpion.
- Au bout de la troisième chasuble posée et sans vainqueur, le suivant peut en cas de bonne réponse modifier la position d'une chasuble de son équipe. Et ceci jusqu'à création d'une ligne pour une des deux équipes

Espace nécessaire :
1/4 terrain de foot à 11

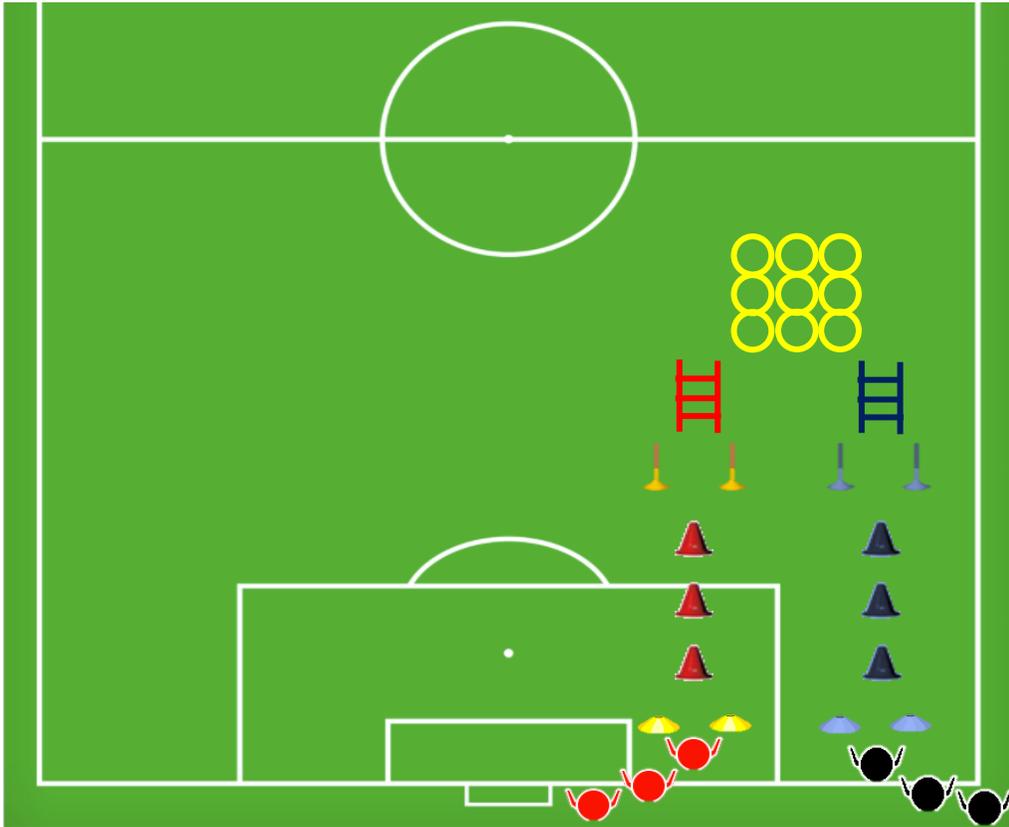
Encadrement souhaité :
1 personne

Effectif idéal :
10 à 12 joueurs

Durée de l'action :
20 minutes

Matériel nécessaire :
Cerceaux – chasubles
– cônes– puces – quizz
– échelle de rythme

Remarque :
Adapter le parcours de coordination selon vos souhaits d'apprentissage



PLAISIR



RESPECT



ENGAGEMENT



TOLÉRANCE



SOLIDARITÉ



LE MORPION DE LA SANTE



U14 / U19



THÈME 1
Santé

Compétences visées: Approfondir ses connaissances sur la santé

Objectifs de l'atelier: Travail de la coordination motrice générale et réflexion sur le thème de la santé

QUESTIONNAIRE « SANTE »

QUESTIONS	REPONSES
Devons nous boire, même si nous ne ressentons pas la sensation de soif?	Oui
Combien d'heures par nuit doit-on, au minimum, dormir?	9 heures
Quelle quantité d'eau devons nous boire au quotidien?	1,5 litres
Qu'est-il conseillé de faire avant un match pour préparer son corps à l'effort?	S'échauffer
En cas d'entorse, que pouvons nous appliquer dessus dans l'attente de soins?	Du froid
Nommez les quatre repas principaux de la journée?	Petit Déjeuner / Déjeuner / Goûter / Diner
Que faut-il faire par anticipation pour éviter les crampes?	Boire et étirer le muscle
Est-ce que les aliments que nous mangeons apportent de l'eau pour notre corps?	Oui
Combien de jours une personne peut-elle tenir sans boire?	Environ 3 jours
Combien y a-t-il de groupes sanguins?	4 (A / B / AB / O)
Quelle est la particularité du groupe sanguin O?	Il est donneur universel
Peux-tu continuer ton match si tu saignes?	Non
Quelle famille d'aliments est essentielle à la croissance et à la solidité des os?	Les produits laitiers
Quelle boisson est à privilégier quand on a soif?	De l'eau



AVOIR LES BONS COMPORTEMENTS



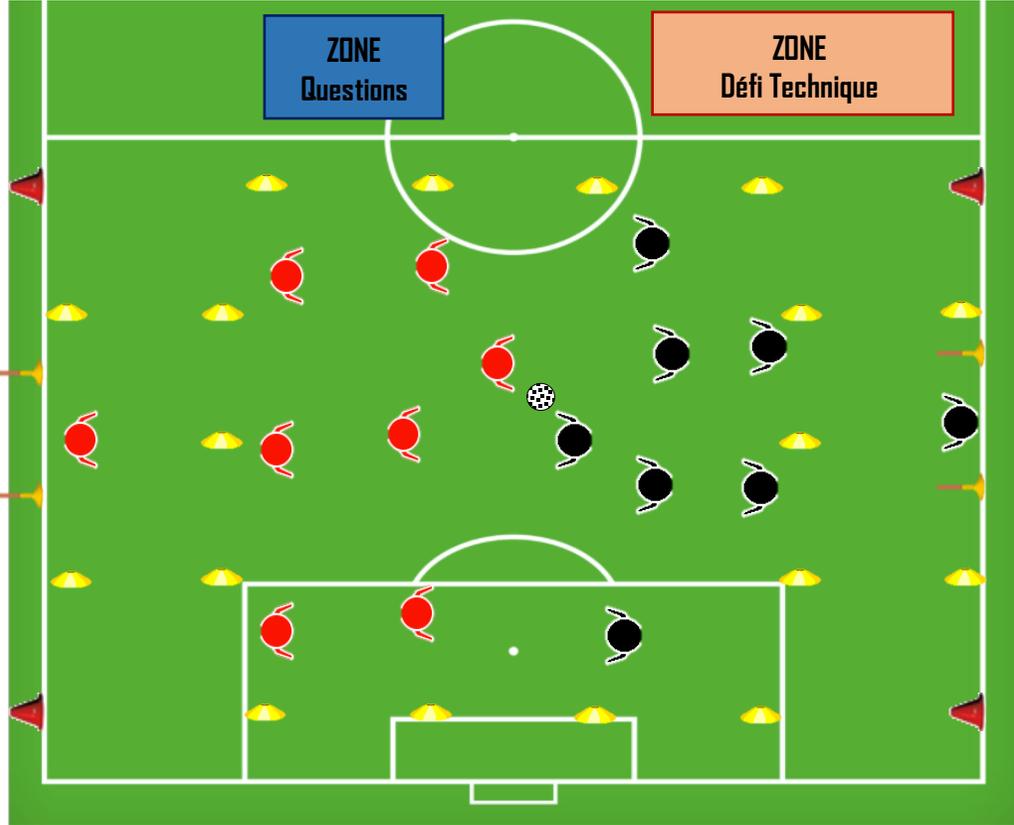
U14 / U19

THÈME 2
Engagement
citoyen

Compétences visées: S'interdire toute forme de mauvais comportement
Objectifs de l'atelier: Sensibiliser sur les mauvais comportements à bannir

Modélisation de l'atelier :

Consignes de l'atelier :



- Matches avec règles Foot à 8 sans gardien (Adaptable en fonction du nombre de joueurs)
- Pendant le match et, à tour de rôle, appeler un joueur dans la zone « questions »
- Lui poser une question ci-jointe
- Si la réponse est mauvaise, le joueur doit effectuer un « défi-technique » à effectuer dans la zone dédiée à cet effet. Le temps que celui-ci le réalise, il pénalise son équipe qui joue en infériorité numérique.
- Si la réponse est bonne, le joueur retourne sur le terrain
- Possibilité de rappeler un joueur plusieurs fois pour autant de questions différentes

Espace nécessaire :
½ terrain de foot à 11
Encadrement souhaité :
2 personnes
Effectif idéal :
15 à 20 joueurs
Durée de l'action :
30 minutes
Matériel nécessaire :
Ballons – chasubles – mini buts – puces – quizz
Remarque :
Adapter les dimensions du terrain et la formule en fonction du nombre de joueurs

P PLAISIR **R** RESPECT **Ê** ENGAGEMENT **T** TOLÉRANCE **S** SOLIDARITÉ



AVOIR LES BONS COMPORTEMENTS



U14 / U19



THÈME 2 Engagement citoyen

Compétences visées: S'interdire toute forme de mauvais comportement
Objectifs de l'atelier: Sensibiliser sur les mauvais comportements à bannir

QUESTIONNAIRE « ENGAGEMENT CITOYEN »

QUESTIONS	REPONSES
Pourquoi dois-tu faire attention à ce que tu publies sur Internet ?	Car cela y restera pour toujours.
Comment appelle-t-on la liberté qui permet à chacun d'exprimer librement ses idées ?	La liberté d'expression (dans le respect des autres toutefois).
Vrai ou faux ? Il faut demander l'autorisation à quelqu'un avant de publier sa photo.	Vrai (c'est le droit à l'image).
Comment dois-je réagir si, en tant que joueur, à l'issue de mon match, un joueur de l'équipe adverse m'insulte sur Facebook ou Twitter ?	J'enregistre le message et je le signale à Facebook ou Twitter.
Vrai ou faux ? J'ai le droit de parier en ligne sur des matchs de football si je suis mineur.	Faux.
Comment appelle-t-on le fait de traiter les gens différemment en fonction de leur sexe, leur religion ou leur couleur de peau par exemple ?	La discrimination (sexisme, homophobie, racisme...).
Quelle application permet d'envoyer des photos et vidéos qui n'apparaissent que pendant quelques secondes ?	Snapchat. Sois vigilant à ce que tu peux envoyer à tes amis.
Quel réseau social est symbolisé par un oiseau bleu ?	Twitter.
Comment appelle-t-on un faux nom emprunté par quelqu'un qui souhaite dissimuler sa vraie identité sur internet ?	Un pseudo (ou pseudonyme).
Comment appelle-t-on la politesse et le respect des biens publics ?	Le civisme.
Comment appelle-t-on le fait d'être à l'heure : la célébrité, la vanité ou la ponctualité ?	La ponctualité (c'est une marque de politesse).





OU JETONS-NOUS NOS DECHETS ?



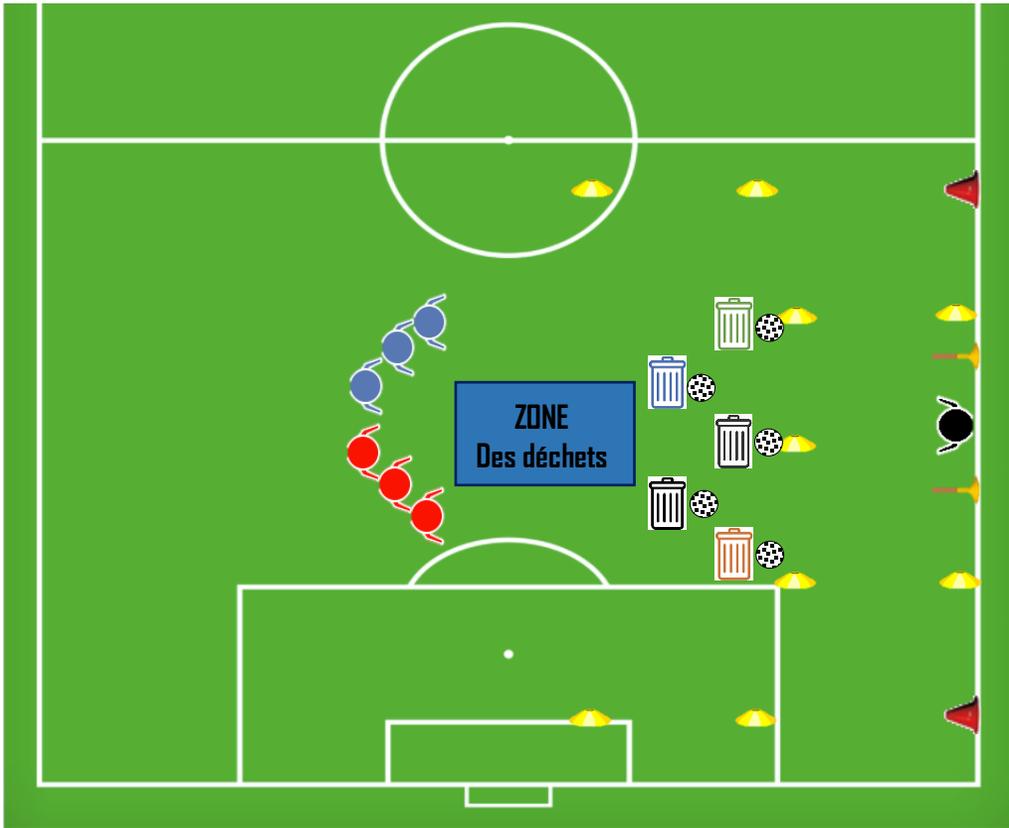
THÈME 3
Environnement

Compétences visées: Apprendre à trier les différents types de déchets

Objectifs de l'atelier: Acquérir les compétences et connaissances du tri sélectif tout en jouant

Modélisation de l'atelier :

Consignes de l'atelier :



- Effectuer l'atelier en binômes, trios ou par équipe
- L'ensemble des déchets préparé par l'éducateur est amassé dans la zone centrale matérialisée (varier les déchets)
- L'éducateur transmet un déchet au joueur qui doit le mettre le plus rapidement possible dans la poubelle correspondante. 1 poubelle = 1 type de déchet (carton, plastique,...)
- A cet endroit, le joueur y trouvera un ballon qu'il devra frapper au but pour marquer
- Tir manqué à la mauvaise poubelle= 0 point
- But à la mauvaise poubelle = 1 point
- Tir manqué à la bonne poubelle = 1 point
- But à la bonne poubelle = 3 points
- Compter les points entre les équipes et corriger les erreurs



Espace nécessaire :
½ terrain de foot à 8

Encadrement souhaité :
2 personnes

Effectif idéal :
8 à 12 joueurs

Durée de l'action :
20 minutes

Matériel nécessaire :
Ballons – chasubles – mini buts – puces – déchets - poubelles

Remarque :
Sélectionner des déchets « propres » et non dangereux

P PLAISIR **R** RESPECT **Ê** ENGAGEMENT **T** TOLÉRANCE **S** SOLIDARITÉ



ATTAQUE – DEFENSE FAIR-PLAY



SASHA

U14 / U19

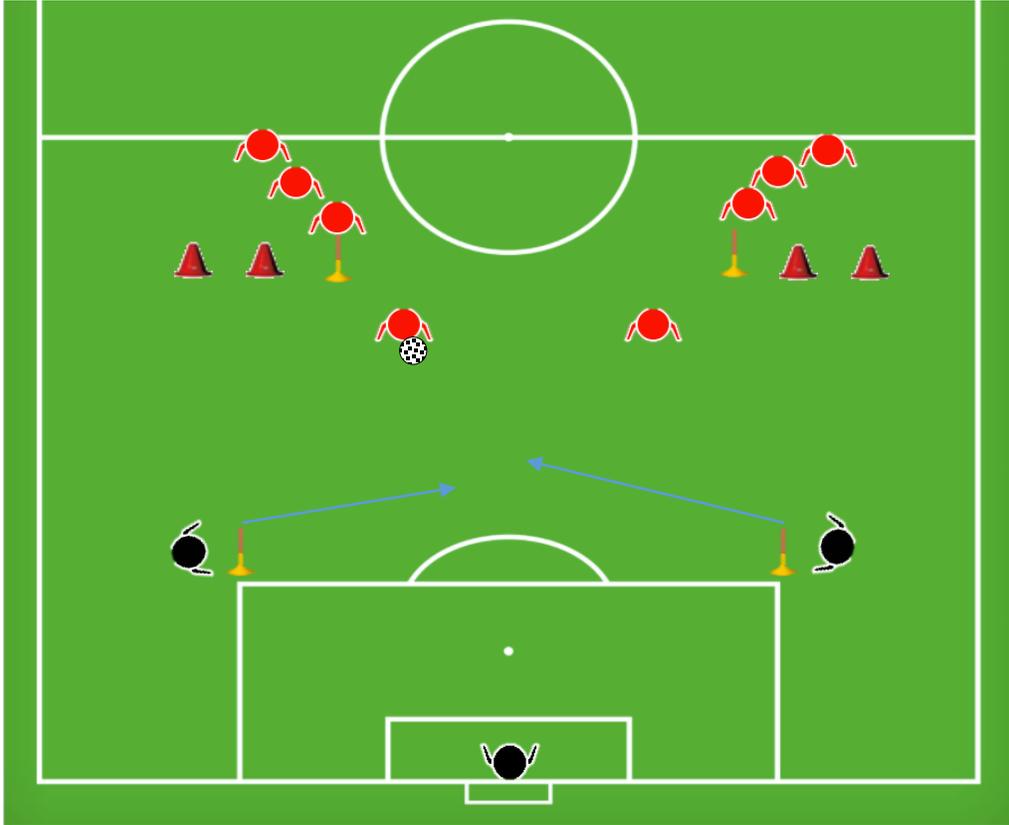


THÈME 4
Fair-play

Compétences visées: Adopter une attitude Fair-Play lors des situations de match
Objectifs de l'atelier: Être efficace et travailler ses compétences tout en gardant un bon comportement

Modélisation de l'atelier :

Consignes de l'atelier :



- 2 attaquants se confrontent à 2 défenseurs pour tenter de combiner et d'aller marquer.
- Si les défenseurs récupèrent le ballon, ils ont 8 secondes maximum pour marquer dans une des deux portes
- Si les attaquants marquent et que le gardien et/ou les défenseurs ne les valorisent pas après leur passage alors le but compte double
- Si les défenseurs marquent et les défenseurs ne les valorisent pas après leur passage alors le but compte double
- Si l'équipe arrivant à effectuer un tir, sans marquer, n'est pas valorisée par l'adversaire, elle marque un point.
- Penser à varier les positions de départs et possibilité d'effectuer l'atelier en 2 contre 1 ou 3 contre 2.

Espace nécessaire :
½ terrain de foot à 11
Encadrement souhaité :
2 personnes
Effectif idéal :
12 à 16 joueurs
Durée de l'action :
20 minutes
Matériel nécessaire :
Ballons – chasubles – cônes – puces

Remarque :
Être attentif également sur le Fair-Play entre coéquipiers (possibilité de malus)

P

PLAISIR

R

RESPECT

Ê

ENGAGEMENT

T

TOLÉRANCE

S

SOLIDARITÉ



J'ARBITRE MES PARTENAIRES



ILAN

U14 / U19

THÈME 5

Règles du jeu
et arbitrage

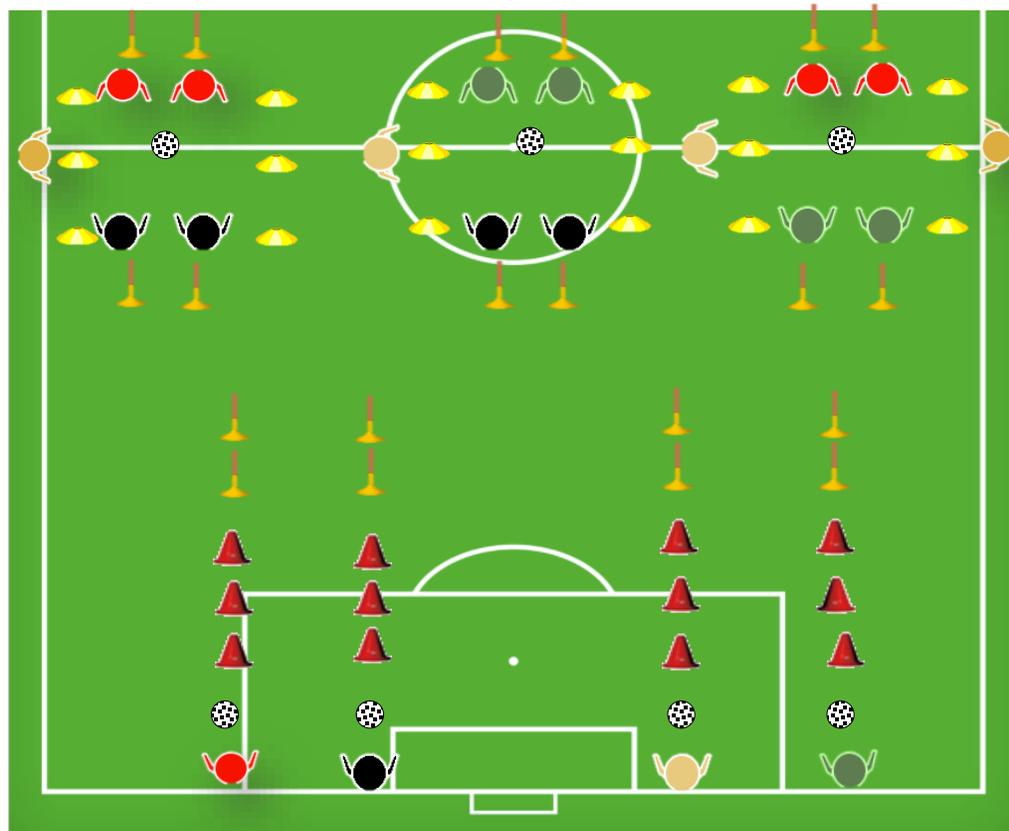
Compétences visées: Savoir adapter sa posture et maîtriser les lois du jeu

Objectifs de l'atelier: Mieux faire connaître les règles du jeu et savoir les faire respecter



Modélisation de l'atelier :

Consignes de l'atelier :



- Effectuer 4 équipes et effectuer un parcours technique sous forme de relais.
- 1 ou plusieurs passages par joueur au choix
- L'équipe qui perd doit arbitrer un match de 3 min, 2 contre 2 et remporte 2 points obligatoirement sauf, si leur attitude et/ou leur comportement en arbitrage n'est pas adéquate
- L'équipe qui remporte le match marque 2 points l'autre équipe 0 point . 1 point en cas de match nul.
- Effectuer cinq rotations.
- L'équipe ayant obtenu le plus de points à l'issue des rotations remporte l'atelier

Espace nécessaire :
½ terrain de foot à 11

Encadrement souhaité :
2 personnes

Effectif idéal :
16 à 20 joueurs

Durée de l'action :
30 minutes

Matériel nécessaire :
Ballons – chasubles –
cônes– puces - sifflets

Remarque :
Lors des matchs,
insister sur les lois du
jeu à savoir et à
appliquer

P
PLAISIR

R
RESPECT

Ê
ENGAGEMENT

T
TOLÉRANCE

S
SOLIDARITÉ



MATCH ET ACTUALITE FOOT



LEANDRE

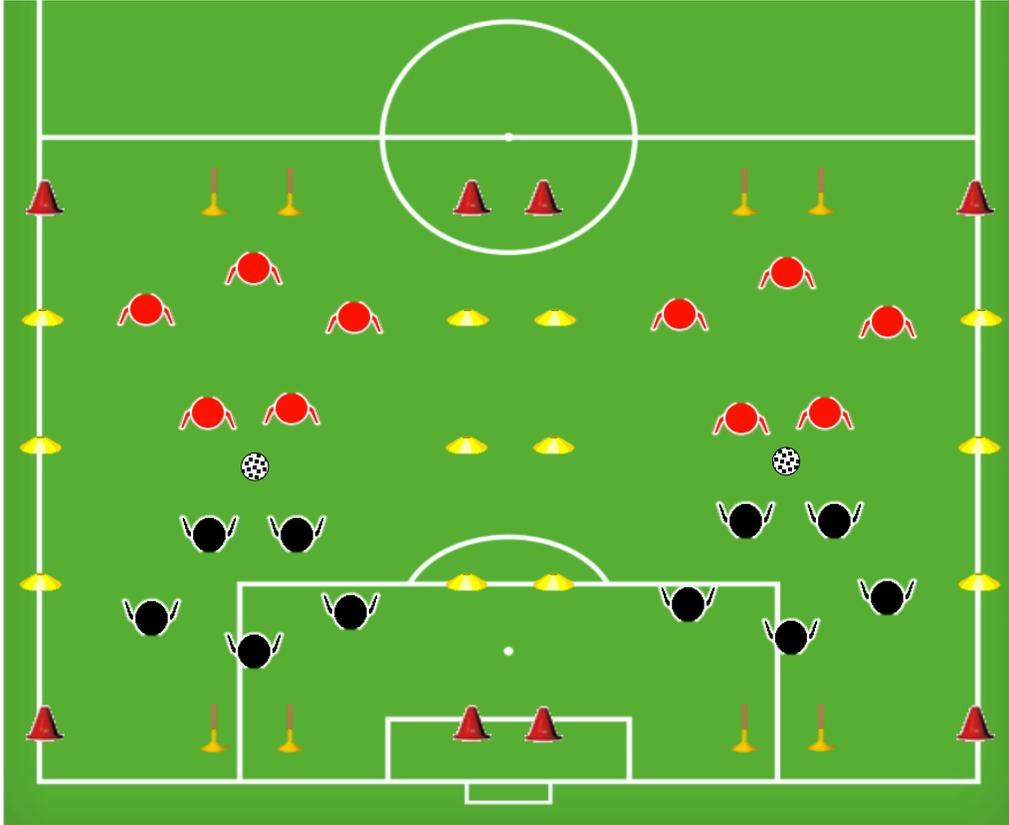
U14 / U19

THEME 6
Culture foot

Compétences visées: Approfondir ses connaissances sur le football
Objectifs de l'atelier: Sensibiliser sur la culture footballistique par l'intermédiaire d'un mini tournoi

Modélisation de l'atelier :

Consignes de l'atelier :



- En fonction du nombre de joueurs = effectuer 4 équipes.
- Matches avec règles Foot à 5 sans gardien (but = 2m)
- Dès qu'un but est marqué, le buteur (ou l'équipe en concertation) devra répondre à une question que lui posera l'éducateur. Si la réponse est juste, le but comptera double mais en cas de mauvaise réponse, ce dernier sera invalidé.
- Chaque équipe jouera les unes contre les autres (3 séquences de 6 à 10 minutes) = formule championnat pour établir à l'issue, un classement
- Victoire = 3 points / Nul = 1 point / Défaite = 0 point



Espace nécessaire :
½ terrain de foot à 11

Encadrement souhaité :
2 personnes

Effectif idéal :
12 à 20 joueurs

Durée de l'action :
30 minutes

Matériel nécessaire :
Ballons – chasubles – mini buts – puces – quizz

Remarque :
Adapter les dimensions du terrain et la formule en fonction du nombre de joueurs

P PLAISIR **R** RESPECT **Ê** ENGAGEMENT **T** TOLÉRANCE **S** SOLIDARITÉ



MATCH ET ACTUALITE FOOT



LEANDRE

U14 / U19

THEME 6
Culture foot

Compétences visées: Approfondir ses connaissances sur le football

Objectifs de l'atelier: Sensibiliser sur la culture footballistique par l'intermédiaire d'un mini tournoi

QUESTIONNAIRE « CULTURE FOOT »



QUESTIONS	REPONSES
Quel club a remporté la dernière édition de la coupe de France?	FC Nantes
Quel Pays accueillera le prochain EURO de football?	L'Allemagne
Quel club a remporté la dernière édition du Championnat de France féminin?	L'Olympique Lyonnais
Quel joueur a été élu meilleur de la Ligue des Champions la saison dernière?	Karim Benzema
Quel Pays a gagné le plus de fois la Coupe du Monde de football	Le Brésil (5 fois)
Citez au moins un club qui est monté en Ligue 1 cette saison?	AJ Auxerre / AC Ajaccio / Toulouse FC
Quel club a gagné le plus de fois la Ligue des Champions?	Le Real de Madrid (14 fois)
Dans quelle division La Berrichonne de Châteauroux évolue-t-elle?	National
Citez au mois trois équipes africaines présentes au Mondial 2022	Cameroun / Sénégal / Maroc / Tunisie / Ghana
Quel est le seul club français encore présent en Ligue des Champions cette saison?	Le Paris Saint Germain
Quel gardien a remporté le trophée Yachine cette année?	Thibault Courtois
Qui a été élu meilleur joueur de Série A la saison dernière?	Rafael Leao
Quel joueur a été meilleur passeur de Ligue 1 la saison passée?	Killian M'Bappe
Quel joueur a été meilleur buteur de Premiere League la saison passée?	Mohamed Salah