



PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL
FICHE ACTION 2018-2019



Club	AS HCS	Période	oct-18	Date de réalisation	23-oct
Référent Période	CLAIRE G	Lieu	Sainte Hélène sur Isere	Nbre de joueurs concernés	30 Joueurs U8-U9-U10-U11

Thématique "Règles du jeu"	U6-U9	U10-U13	U14-U19	AUTRE
Fair-play				
Règles du jeu et arbitrage				
Culture Foot				

Thématiques "Règles de Vie"	U6-U9	U10-U13	U14-U19	AUTRE
Santé	X	X		
Engagement Citoyen				
Environnement				

Intitulé de l'action	Personne(s) Intervenant(e)s
Nutrition /Comment bien choisir son petit déjeuner cat U8 à U11	Nutritionniste

Descriptif synthétique de l'action

Objectif : Sensibiliser les jeunes de U8 à U11 à l'importance de prendre un bon petit-déjeuner équilibré le matin

Lors de notre stage que nous mettons en place chaque année aux vacances de la Toussaint une nutritionniste nous a fait le plaisir de faire une intervention sur l'importance du petit déjeuner équilibré le matin

L'intervention s'est déroulée de la manière suivante

Travail en groupe de 4 à 5 joueurs sur le petit déjeuner idéal

Intervention théorique

Quiz par équipe

Le travail en groupe a permis de déceler les bonnes et mauvaises habitudes des enfants au petit-déjeuner par leur consommation

La théorie abordé tourner autour des différentes familles d'aliments pour reconnaître le bon du moins bon et savoir les consommer sans excès

L'intervention se finit par un jeu sous forme de quiz par équipe où les jeunes ont pu se remettre en question sur leur alimentation du matin pour être en forme toute la journée

Précision sur L'utilité - L'interet - Les contraintes - Le projet de reconduction de l'action....

Cette thématique a été enrichissante elle nous a permis de déceler beaucoup d'irrégularités dans la consommation des aliments au petit déjeuner

Cette action pour bien faire doit être répété dans les différentes catégories sur les sujets concernant l'alimentation

RETOUR EN IMAGE SUR L'ACTION



