

SANTE ACTION TERRAIN

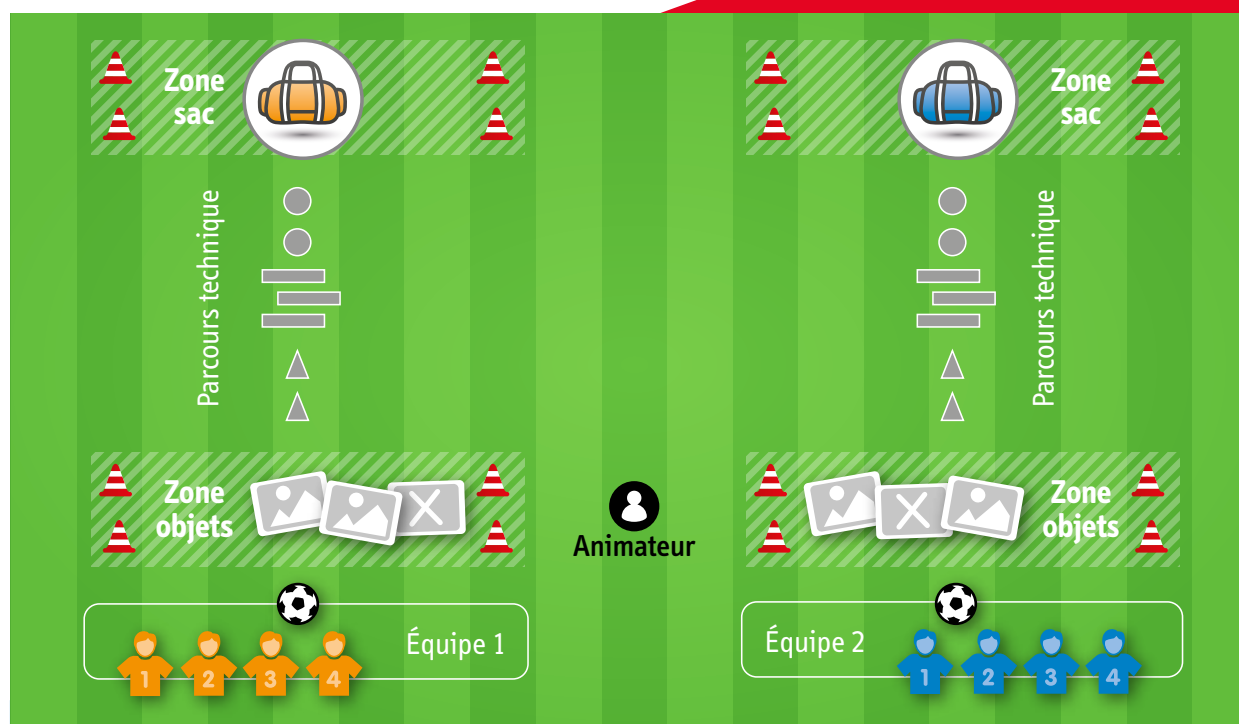
Je suis d'attaque avec mon sac !

U6
U9

Compétences visées : Apprendre à faire son sac de sport et bien s'équiper

L'objectif de l'atelier : Concevoir son sac de sport par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Répartir les joueurs en 2 équipes.
- Construire 2 parcours techniques identiques en modélisant 2 zones distinctes :
 - la zone « objets » au milieu du parcours : des images d'équipements nécessaires à la pratique du football et des images dites « intrus » y sont déposées.
 - la zone « sac » en fin de parcours : un sac de sport y est positionné.
- Demander à chaque joueur de réaliser le parcours technique.
- Faire récupérer un objet dans la zone appropriée et le déposer dans le sac de sport.
- Organiser l'atelier sous forme de relais chronométré.
- Imposer le système de notation suivant :
 - Chronométrage général par équipe.
 - Malus de + 30 secondes pour chaque « mauvais » objet dans la zone du sac de sport.
- Réaliser un débriefing en fin d'atelier avec les joueurs.

Espace nécessaire :

1/2 terrain de Football

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

10 à 12 joueurs

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Objets - Sac de sport
- Coupelles - Cerceaux -
Cônes - Ballons - Chasubles

Remarque :

Possibilité de remplacer
les objets par des images
plastifiées.

FICHE « OBJETS »

« BONS » OBJETS



Gel douche

Gourde d'eau

Survêtement

Casquette

Barre de céréales

Bonnet

Pull

Crampons

Short

Protège-tibias

Gants

Maillot

Chaussettes de foot

Serviette de bain

« MAUVAIS » OBJETS



Marcel

Jean

Canette de soda

Bonbon

Lunette de soleil

Manteau

Echarpe

Pyjama

Bijou

Peignoir

Lunette de piscine

Ballon de rugby

Ordinateur portable

Oreiller

SANTE ACTION TERRAIN

Lacets, c'est gagné !

U6
U9

Compétences visées : Apprendre à faire ses lacets en autonomie

L'objectif de l'atelier : Apprendre à faire ses lacets par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Organiser une démonstration collective sur la manière de réaliser ses lacets de chaussures.
- Répartir les joueurs en 2 équipes.
- Construire 2 parcours techniques identiques en identifiant 3 zones distinctes :
 - la zone « lacets » : c'est la zone de laçage des chaussures
 - la zone « vérification » : c'est la zone de vérification du laçage des chaussures
 - la zone « technique » : c'est le parcours technique
- Imposer à tous les joueurs de défaire leurs lacets de chaussures.
- Demander à chaque joueur de débiter l'atelier par le laçage de ses lacets.
- Inviter le joueur à se rendre dans la zone « vérification » afin de les faire valider par son éducateur.
 - Si les lacets sont conformes : autoriser le joueur à poursuivre l'atelier pour y réaliser le « parcours technique ». Demander au joueur de revenir en conduite de balle et de taper dans le main de son partenaire.
 - Si les lacets ne sont pas conformes : demander au joueur de retourner dans la zone « lacets » et de refaire correctement ses lacets jusqu'à ce qu'ils soient correctement réalisés.
- Organiser l'atelier sous forme de relais chronométré.
- Organiser un débriefing avec les joueurs qui ont encore des difficultés à réaliser leurs lacets.

Espace nécessaire :

1/2 terrain de Football

Encadrement souhaité :

2 à 3 personnes

Effectif idéal :

10 à 12 joueurs

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Couppelles - Cerceaux -

Cônes - Ballons - Chasubles

- Chronomètre

ALIMENTS ET CONSOMMATION



Limiter la consommation	Limiter la consommation	Limiter la consommation
1 fois par jour	1 fois par jour	1 fois par jour
A volonté	A volonté	A volonté
A chaque repas	A chaque repas	A chaque repas
Au moins 5 fois par jour	Au moins 5 fois par jour	Au moins 5 fois par jour

SANTE ACTION TERRAIN

Garder la ligne d'eau

U10
U13

Compétences visées : Bien s'hydrater pour jouer

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur l'hydratation du sportif par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 3 zones distinctes :
 - La zone « questions » : c'est la zone de départ de l'atelier
 - La zone « VRAI » : c'est la zone de réponse « VRAI »
 - La zone « FAUX » : c'est la zone de réponse « FAUX »
- Positionner les joueurs dans la zone « questions », ballon au pied, alignés les uns derrière les autres, face à l'éducateur.
- Matérialiser les zones « VRAI » et « FAUX » de part et d'autre de la zone « questions ».
- Poser une question à l'ensemble des joueurs.
- Demander aux joueurs de se rendre, ballon au pied, dans la zone correspondante à la « bonne » réponse.
- Attribuer les points de la manière suivante : +1 par bonne réponse.

Espace nécessaire :

1/2 terrain de Football

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

10 à 12 joueurs

Durée de l'action :

15 minutes

Matériel nécessaire :

Quiz « Vrai/Faux » -

Couppelles - Ballons -

Plots - Cerceaux

Remarques :

Possibilité de disposer un parcours technique entre les zones « questions » et « VRAI » / « FAUX »

Possibilité d'organiser l'atelier par équipe.

QUIZ - SANTE - HYDRATATION



	Questions - Vrai ou faux	Réponses
1	Les aliments que nous mangeons apportent de l'eau à notre corps.	Vrai
2	Il est inutile de boire lorsque nous n'avons pas soif.	Faux
3	Les sportifs ne doivent pas boire avant et pendant l'effort car cela risque de les alourdir et de diminuer leur performance.	Faux
4	L'eau nettoie notre corps et élimine les déchets et les toxines.	Vrai
5	L'eau maintient la température corporelle autour de 37° degrés.	Vrai
6	Boire de l'eau potable provoque des maladies.	Faux
7	Un humain peut rester jusqu'à 40 jours sans boire.	Faux
8	L'eau garantit le bon fonctionnement de nos articulations.	Vrai
9	Nous devons boire au moins 1,5L d'eau par jour.	Vrai
10	Il est conseillé de boire du Soda pendant les matchs pour être plus résistant.	Faux

SANTÉ

ACTION TERRAIN

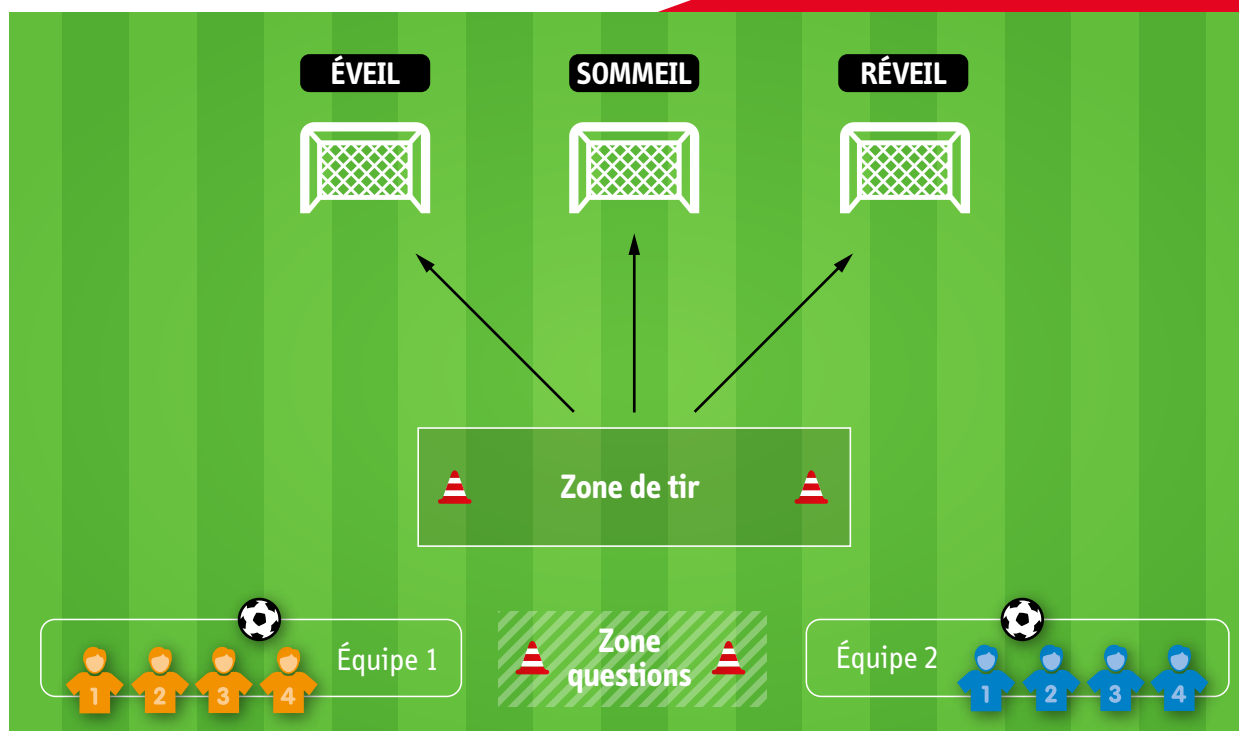
Réveil, Eveil, Sommeil

U10
U13

Compétences visées : Adapter son sommeil à l'activité

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur l'importance du sommeil par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 3 zones distinctes :
 - La zone « questions » : c'est la zone de départ pour le joueur.
 - La zone de « tir » : c'est la zone de frappe au but.
 - La zone de « but » : c'est la zone de réponse qui composée de 3 mini-buts.
- Répartir les joueurs en 2 équipes.
- Demander à un joueur de chaque équipe de se présenter dans la zone « questions ».
- Tirer dans le but correspondant à la « bonne » réponse.
- Attribuer les points de la manière suivante :
 - 1 point par but non marqué.
 - +1 point par but marqué.
 - +3 points par but marqué dans le « bon » but.

Espace nécessaire :

1/2 terrain de Football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

10 à 12 joueurs

Durée de l'action :

15 minutes

Matériel nécessaire :

Quiz - 3 mini buts - Ballons -

Chasubles - Coupelles

QUIZ - SANTE - REVEIL / EVEIL / SOMMEIL

.....

Questions « REVEIL »

- Je sonne tous les matins
- Douloureux s'il est provoqué par un cauchemar
- Je brise les rêves
- Je peux être posé sur la table de nuit
- Tes parents peuvent le remplacer
- Du bon pied, c'est mieux...

Questions « EVEIL »

- Phase privilégiée de l'apprentissage
- Plus longue période de la journée
- Phase après le réveil
- Je peux être sportif ou musical
- Je dure du lever au coucher du soleil
- Je dois rester en ...

Questions « SOMMEIL »

- Je permets de mieux récupérer
- Je me déroule de préférence la nuit
- C'est préférable si je peux durer au moins 8h
- J'existe pendant la journée sous forme de sieste
- Je suis le théâtre des rêves
- Je peux être léger ou profond

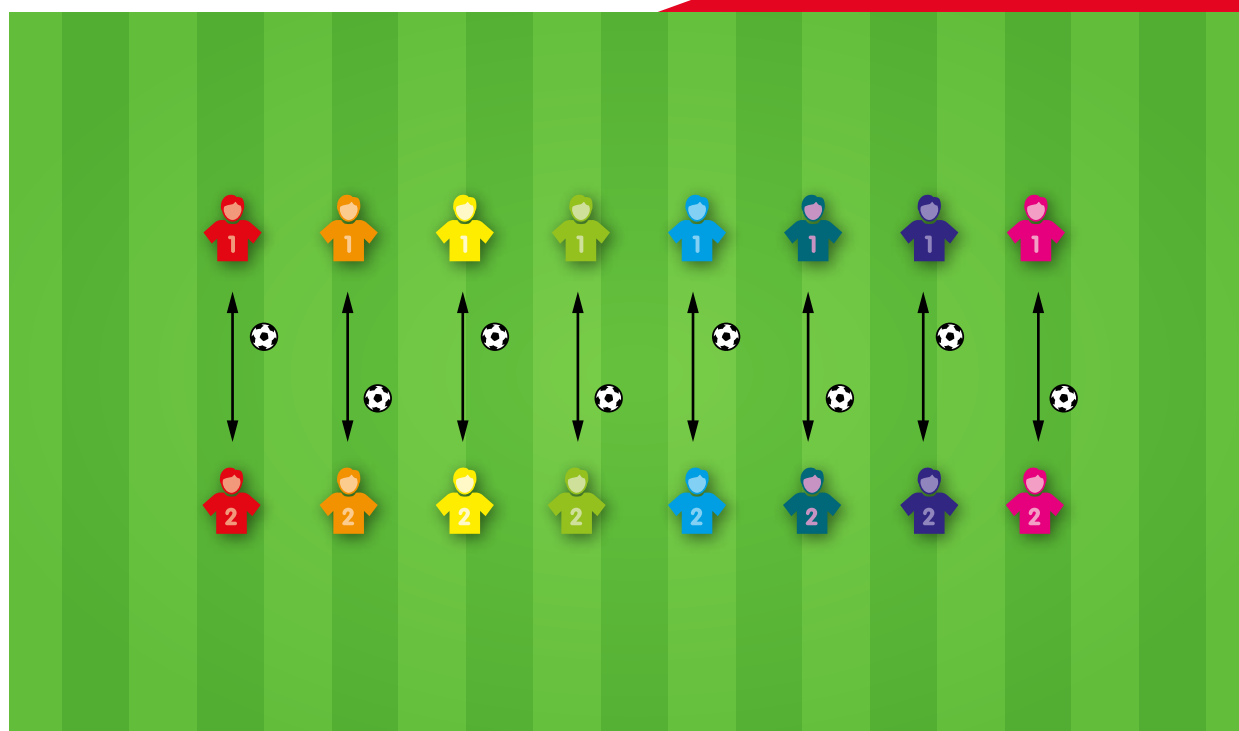
SANTÉ
ACTION TERRAIN
Le Champion de la proprioception

U14
U19

Compétences visées : Prévenir des blessures

L'objectif de l'atelier : Utiliser la proprioception comme animation d'atelier de « montante-descendante »

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Positionner le matériel de proprioception dans la logique de la « montante-descendante ».
- Organiser un « match » 1 contre 1 entre les joueurs, positionnés face à face, pendant 1 minute (minimum).
- Demander aux joueurs de se lancer le ballon (pied ou main) tout en restant en équilibre.
- Attribuer les points de la manière suivante :
 - +1 si l'adversaire pose son 2ème pied au sol ou relâche le ballon
 - 1 si le ballon est mal lancé
- Demander au joueur ayant cumulé le plus de points de passer au niveau supérieur pour le prochaine match.
- Demander au joueur ayant perdu son duel de passer au niveau inférieur.

Espace nécessaire :

Surface de réparation

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

12 joueurs

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Matériel de proprioception - ballons - Chronomètre

Remarque :

La montante-descendante est une méthode d'organisation d'atelier basée sur le principe suivant : à la fin d'un match, le gagnant monte d'un terrain, le perdant descend d'un terrain.

SANTE ACTION TERRAIN

Le coup-franc gagnant

U14
U19

Compétences visées : Prévenir les comportements addictifs

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur les pratiques addictives par l'intermédiaire d'un atelier de coup-franc

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 3 zones distinctes :
 - La zone « questions » : c'est la zone de départ de l'atelier.
 - La zone « tir » : c'est la zone de frappe au but.
 - La zone « mur » : c'est la zone de positionnement du « mur » de défenseurs.
- Constituer les joueurs en 2 équipes de 7 joueurs (dont un gardien).
- Désigner une équipe « attaquants » et une équipe « défenseurs ».
- Poser une question à chaque joueur de l'équipe « attaquants » avant la réalisation du 1er tir.
- Chaque bonne réponse permet de retirer un joueur de l'équipe adverse du « mur » situé à 9M15.
- Demander à chaque joueur de l'équipe « attaquants » d'exécuter leur coup-franc (tous positionnés au même endroit).
- Inverser les rôles pour la seconde manche : l'équipe « attaquants » devient l'équipe « défenseurs ».
- Désigner le vainqueur par le plus grand nombre de buts marqués.

Espace nécessaire :

1/2 terrain de Football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

12 joueurs et 2 gardiens

Durée de l'action :

15 minutes

Matériel nécessaire :

But - Ballons - Questions/
Réponses - Chasubles

QUIZ - SANTE - PRATIQUES ADDICTIVES



Questions - Vrai ou faux		Réponses	
1	Je suis stressé avant un match important, fumer du cannabis peut-il me détendre ?	Faux	
2	Boire de l'alcool permet de se désaltérer.	Faux	<i>Il accélère la déshydratation du corps.</i>
3	On peut faire une overdose avec de l'alcool.	Vrai	
4	L'alcool réchauffe et stimule le corps.	Faux	
5	Consommer régulièrement de l'alcool augmente le risque de blessure.	Vrai	<i>Cela augmente le risque de crampes et ne permet pas une récupération optimale.</i>
6	Le cannabis fait partie des produits dopants.	Vrai	<i>Comme l'epo.</i>
7	Il y a un risque de dépendance lorsque l'on fume la chicha.	Vrai	<i>La fumée du tabac à chicha comme celle des cigarettes, crée et entretient une dépendance à cause de la nicotine qu'il contient.</i>
8	Le tabac n'a aucun effet sur les muscles.	Faux	<i>La qualité des fibres musculaires et le bon fonctionnement des muscles sont altérés.</i>
9	Quand je fume une cigarette, je ne fume que du tabac.	Faux	
10	Faire du sport compense les effets nocifs de la cigarette.	Faux	
11	L'infarctus est le principal risque lors de la pratique sportive pour les fumeurs.	Vrai	<i>La consommation de tabac peut provoquer l'obstruction des artères et l'augmentation du rythme cardiaque.</i>
12	Les cigarettes roulées sont moins nocives que les cigarettes « blondes ».	Faux	<i>Elles sont tout aussi nocives voire plus.</i>
13	La drogue n'est pas néfaste dans la vie quotidienne (école, sport...).	Faux	
14	En cas de contrôle positif à un produit dopant je risque une sanction disciplinaire et pénale.	Vrai	
15	Il est préférable de consommer des drogues « douces » plutôt que des drogues « dures ».	Faux	
16	Lorsque je prends ma licence, je m'engage à ne pas me doper.	Vrai	
17	Fumer à côté d'un ami non-fumeur ne l'affecte pas.	Faux	<i>Le tabagisme passif est aussi nocif.</i>
18	La consommation de drogue excessive change mon comportement.	Vrai	
19	Boire de l'alcool pendant un match est autorisé.	Faux	
20	A dose équivalente, une femme est plus sensible à l'alcool.	Vrai	
21	Un sportif contrôlé positif est uniquement sanctionné dans son propre sport.	Faux	<i>D'autres fédérations sportives peuvent également lui interdire de participer à des compétitions.</i>
22	Fumer change mes capacités physiques.	Vrai	<i>Rend moins rapide, endurant, fort.</i>
23	Les boissons énergisantes sont considérées comme produits dopants.	Faux	<i>Mais elles sont stimulantes et leurs effets n'ont pas encore été étudiés.</i>
24	Je peux améliorer ma performance sans produits.	Vrai	<i>Bien dormir, alimentation saine et variée, non consommation de tabac, d'alcool et stupéfiants. Ainsi que de l'entraînement.</i>
25	Les jeunes deviennent beaucoup plus vite dépendants que les adultes.	Vrai	
26	Pour les filles, fumer et prendre la pilule en même temps est dangereux.	Vrai	
27	Il est conseillé de boire de l'alcool pour la récupération.	Faux	
28	Un sportif amateur risque moins qu'un sportif professionnel.	Faux	<i>L'alcool, le tabac et la drogue ont les mêmes effets quelques soient les personnes et leur niveau de pratique.</i>
29	Prendre une douche ou un café fait baisser son taux d'alcool.	Faux	<i>Cela crée une « illusion » de réveil.</i>
30	Si j'ai une addiction à une drogue (tabac, alcool, cannabis...) je ne peux pas en parler à quelqu'un.	Faux	<i>Au contraire je dois vite en parler à mon entourage.</i>

ENGAGEMENT CITOYEN

ACTION TERRAIN

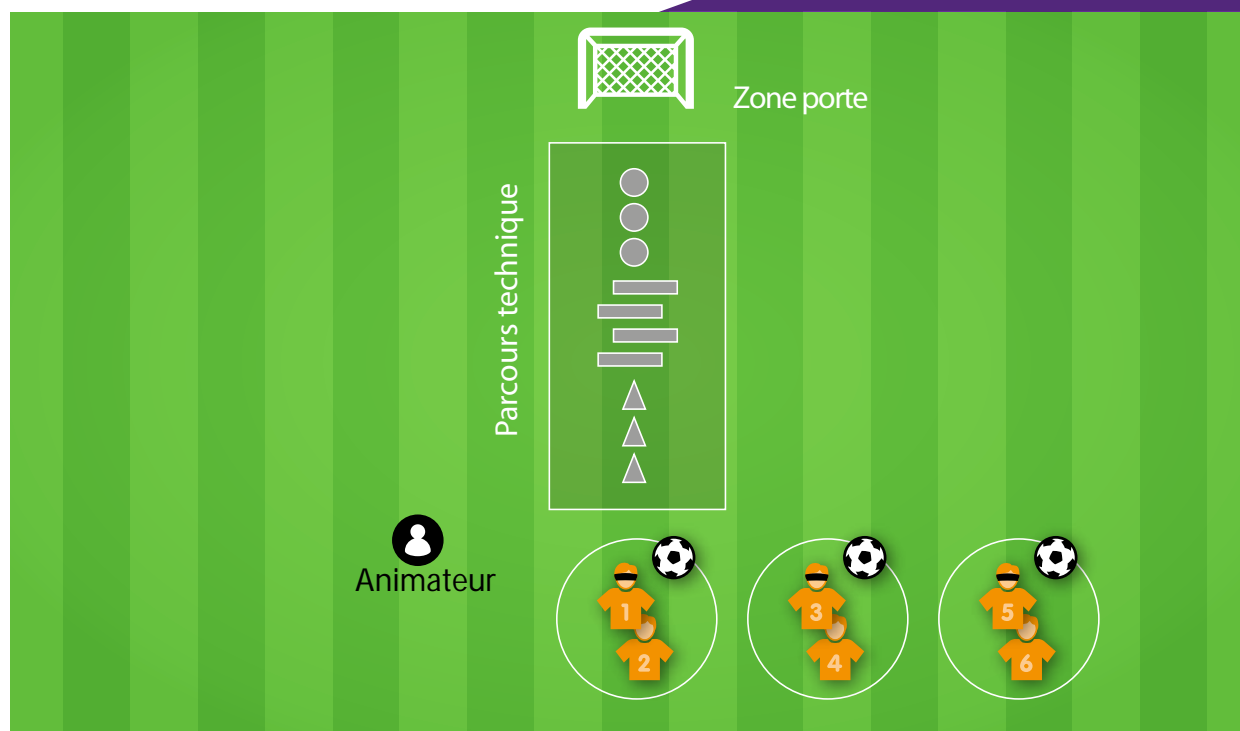
La vision du jeu

U6
U9

Compétences visées : S'interdire toute forme de discrimination

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur les formes de discriminations par l'intermédiaire d'un atelier basé sur l'orientation spatiale

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 2 zones distinctes :
 - La zone « technique » : c'est un parcours technique.
 - La zone « porte » : c'est la zone de frappe au but.
- Répartir les joueurs en équipe de 2 joueurs.
- Désigner dans chaque duo, un joueur « voyant » et un joueur « non voyant » (bandeau sur les yeux).
- Demander au joueur « non-voyant » de réaliser le parcours technique, guidé et accompagné par son coéquipier voyant.
- Valider le parcours en marquant dans le but vide.

Espace nécessaire :

1/4 Terrain de football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

12 à 20 joueurs

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons (sonores si possible) - Coupelles
- Bandeaux - Mini-but -
Cerceaux - Piquets

Remarque :

Possibilité d'organiser un atelier chronométré, par équipe ou en relais.

ENGAGEMENT CITOYEN ACTION TERRAIN

Montrer patte blanche

U6
U9

Compétences visées : Saluer les personnes de son environnement

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur le respect par l'intermédiaire d'un atelier basé sur les formes de politesse

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 3 zones distinctes :
 - La zone « technique » : c'est un parcours technique.
 - La zone « douanier » : c'est la zone de décision.
 - La zone « but » : c'est la zone de frappe au but.
- Demande à chaque joueur de réaliser le parcours technique, ballon au pied.
- Se présenter à l'éducateur situé dans la « zone douanier ».
- Enoncer à haute voix, un type « interlocuteur » spécifique au joueur.
- Faire adopter au joueur, la bonne formule de politesse en fonction de l'interlocuteur proposé.
 - Si la formule de politesse est « bonne » : Le joueur poursuit son atelier et frappe au but.
 - Si la formule de politesse est « mauvaise » : Le joueur est contraint de retourner au point de départ.

Espace nécessaire :

1/2 terrain de football

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

10 à 12 joueurs

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Coupelles
- Mini-but - Cerceaux -
Piquets - Cônes - Fiche
« Interlocuteur »

Remarque :

Possibilité d'organiser un atelier chronométré, par équipe ou en relais.

FICHE « INTERLOCUTEUR »

Réponse 1 : Je serre la main

Réponse 2 : Je fais une bise

Réponse 3 : Je fais un « Check »

Réponse 4 : Je dis uniquement « BONJOUR »

Mon éducateur

Je serre la main

Mon coéquipier

Je fais un « Check »
/ Je serre la main

Mon président de club

Je serre la main

La maman de mon coéquipier

Je fais une bise
/ Je dis uniquement
« BONJOUR »

Le Maire de ma commune

Je serre la main
/ Je dis uniquement
« BONJOUR »

Le papa de mon coéquipier

Je serre la main
/ Je dis uniquement
« BONJOUR »

Un dirigeant du club

Je serre la main
/ Je dis uniquement
« BONJOUR »

Un spectateur

Je dis uniquement
« BONJOUR »

Un agent de la ville

Je dis uniquement
« BONJOUR »

Un inconnu

Je dis uniquement
« BONJOUR »

ENGAGEMENT CITOYEN

ACTION TERRAIN

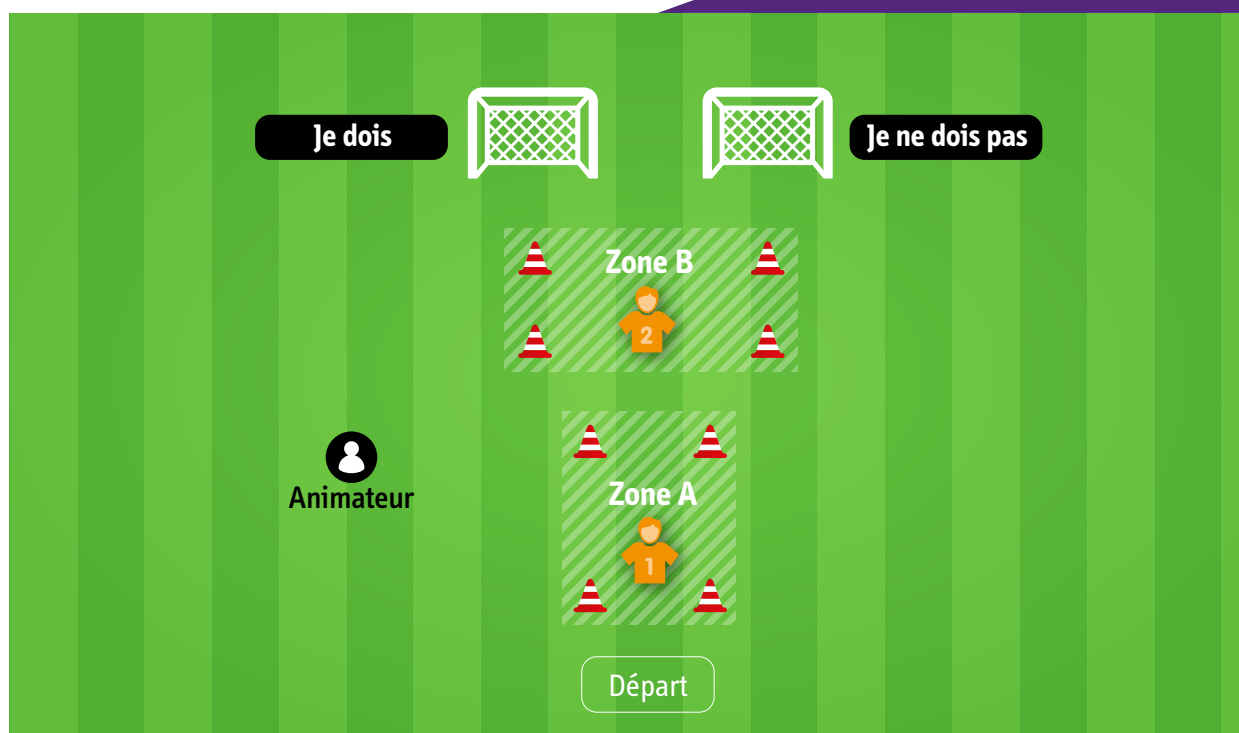
Un monde idéal

U10
U13

Compétences visées : Respecter le cadre de fonctionnement collectif

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur les règles de vie en société par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 3 zones distinctes :
 - La zone « A » : c'est la zone de conduite de balle.
 - La zone « B » : c'est la zone de réalisation de la passe.
 - La zone de décision : « Je dois / Je ne dois pas ».
- Désigner un joueur « passeur » (zone A) et un joueur « remiseur » (zone B).
- Demander au joueur « passeur » de réaliser une conduite de balle dans la zone « A ».
- Enoncer un type de comportement à haute voix pendant que ce joueur « passeur » réalise son parcours.
- Demander au joueur « passeur » de pénétrer dans la zone « B » puis de faire une passe au joueur « remiseur ».
- Demander au joueur « remiseur » de réaliser une passe en profondeur en direction de la porte qui lui semble être la bonne réponse.
- Demander au joueur « passeur » de récupérer le ballon et frapper au but.
- Le point est marqué lorsque la « bonne » porte est franchie et que le but est marqué.
- Le joueur « passeur » devient joueur « remiseur » pour la prochaine situation de jeu.

Espace nécessaire :

Terrain de football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

10 à 12 joueurs

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Coupelles -

Cerceaux -

Liste d'affirmations

FICHE « COMPORTEMENT »

« JE DOIS »

Respecter
mes parents

Etre
honnête

Aider une personne
en difficulté

Accepter les
différences
des autres

Dire bonjour
à tout le monde

Laisser le vestiaire
propre

« JE NE DOIS PAS »

Partir sans dire
au revoir

Me battre avec
un adversaire

Critiquer mon
éducateur

Mentir à mon
éducateur

Arriver en retard
à l'entraînement

Partir du terrain sans
ramasser le matériel

ENGAGEMENT CITOYEN ACTION TERRAIN

Le foot sourd herbe

U10
U13

Compétences visées : S'interdire toute forme de discrimination

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur les formes de discrimination par l'intermédiaire d'un atelier basé sur la communication visuelle

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 3 zones distinctes :
 - La zone « technique » : c'est un parcours technique.
 - La zone « communication visuelle » : c'est la zone de prise d'information.
 - La zone « décision » : c'est la zone d'action.
- Demander à chaque joueur de réaliser son atelier technique et de se présenter dans la zone « communication visuelle ».
- Signifier une « communication visuelle » au joueur qui conclut son parcours technique.
- Demander à ce joueur d'exécuter ce qui est inscrit sur le support.

Espace nécessaire :

1/2 terrain de football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

10 à 15 joueurs

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons (sonores si possible)

- Coupelles - Cerceaux -

Liste d'affirmations

Remarque :

Si votre effectif de joueurs est trop important, pensez à organiser un match avec des consignes signifiées par la communication visuelle.

FICHE « COMMUNICATION VISUELLE »

ACTION 1

Frappe
pied droit

ACTION 2

Frappe
poteau droit

ACTION 3

Accélère au plot rouge
et frappe au but

ACTION 4

Réalise 5 jongles
pied droit

ACTION 5

Frappe sur la barre
transversale

ACTION 6

Frappe
pied gauche

ACTION 7

Frappe
poteau gauche

ACTION 8

Accélère au plot blanc
et frappe au but

ACTION 9

Réalise 5 jongles
pied gauche

ACTION 10

Réalise 5 pompes
et frappe au but

ACTION 11

Réalise un passément de
jambes et frappe au but

ACTION 12

Réalise un stop-ball
et frappe au but

ACTION 13

Réalise 3 jongles de la
tête et frappe au but

ACTION 14

Dribble le gardien
et marque un but

ACTION 15

Réalise le parcours
technique en sens inverse

QUESTIONNAIRE « INTERNET/RESEAUX SOCIAUX »

	Questions	Réponses
1	Quel verbe signifie chercher à nuire à la réputation ou à l'honneur de quelqu'un : accuser, juger ou diffamer ?	<i>Diffamer.</i>
2	Comment appelle-t-on la liberté qui permet à chacun d'exprimer librement ses idées ?	<i>La liberté d'expression (dans le respect des autres toutefois).</i>
3	Vrai ou faux ? Il faut demander l'autorisation à quelqu'un avant de publier sa photo.	<i>Vrai (c'est le droit à l'image).</i>
4	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 ?	<i>J'enregistre le message et je le signale à Facebook ou Twitter.</i>
5	Vrai ou faux ? J'ai le droit de parier en ligne sur des matchs de football si je suis mineur.	<i>Faux.</i>
6	Quel est l'âge minimum requis pour s'inscrire sur Facebook ?	<i>13 ans.</i>
7	Quelle application permet d'envoyer des photos et vidéos qui n'apparaissent que pendant quelques secondes.	<i>Snapchat. Sois vigilant à ce que tu peux envoyer à tes amis.</i>
8	Quel réseau social est symbolisé par un oiseau bleu ?	<i>Twitter.</i>
9	Comment appelle-t-on un faux nom emprunté par quelqu'un qui souhaite dissimuler sa vraie identité sur internet ?	<i>Un pseudo (ou pseudonyme).</i>
10	Réalise un « hashtag » avec tes doigts.	<i>#</i>

ENGAGEMENT CITOYEN

ACTION TERRAIN

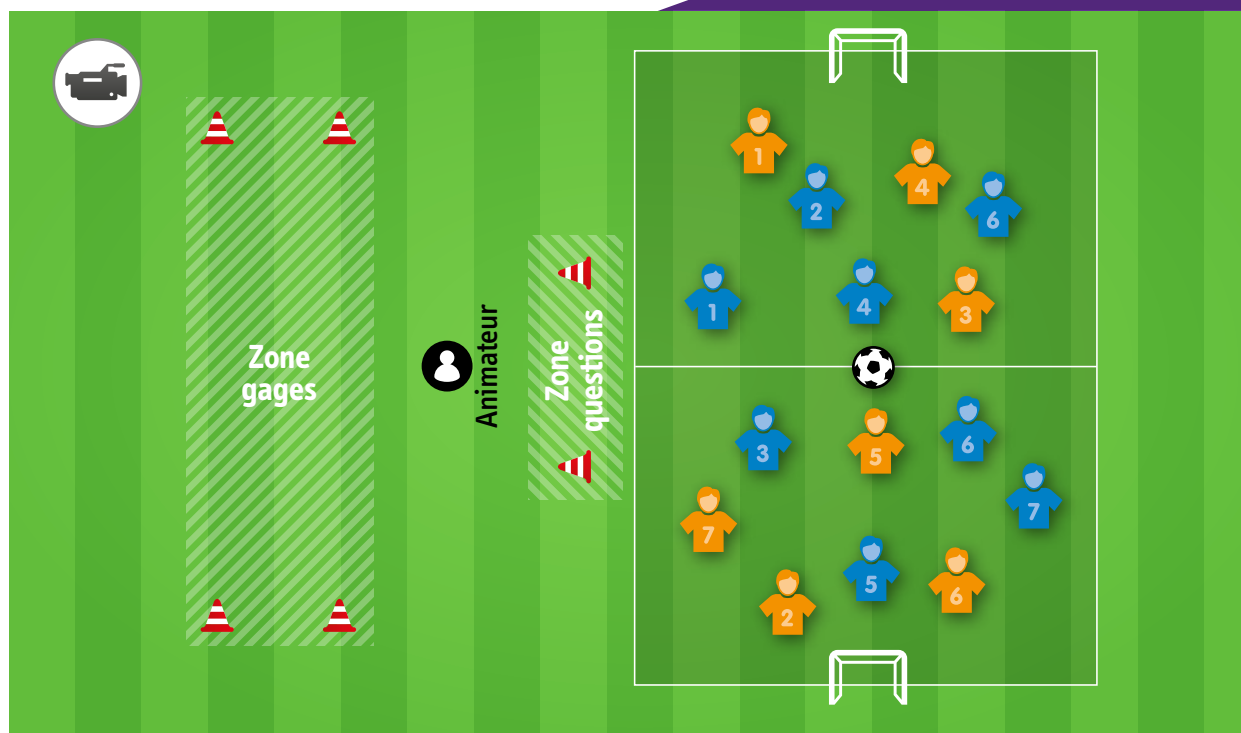
Le match connecté

U14
U19

Compétences visées : Utiliser à bon escient les réseaux sociaux

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur l'utilisation des réseaux sociaux par l'intermédiaire d'un match basé sur l'attribution de bonus/malus

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Répartir les joueurs en 2 équipes et organiser un match.
- Matérialiser 2 zones distinctes :
 - La « zone questions » : Le jour répond à une question.
 - La « zone gages » : Le jour réalise sa pénalité.
- Pendant le déroulement du jeu, appeler un joueur à venir dans la zone « questions ».
- Poser une question à ce joueur sur la thématique d'internet et des réseaux sociaux.
 - Si la réponse est bonne : inviter le joueur à retourner directement sur le terrain.
 - Si la réponse est mauvaise : inviter le joueur à réaliser un gage (ex : 20 jongles, 10 pompes, faire un tour de terrain en conduite de balle etc...).
- Autoriser ce joueur à retourner sur le terrain avec ses coéquipiers à l'issue du gage.
- Filmer les joueurs lorsqu'ils répondent aux questions et/ou réalisent leur gage.
- Publier la vidéo (avec l'accord du licenciés et de ses parents) sur les réseaux de communication du joueur et/ou du club.

Espace nécessaire :

1/2 Terrain de football

Encadrement souhaité :

1 à 2 personnes

Effectif idéal :

10 à 20 joueurs

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Coupelles - Coupelles

- Questionnaire « réseaux sociaux » - Cônes - Caméra

Remarque :

Réaliser cette action après la mise en place de l'atelier « Mets toi à la page ».
Possibilité de diversifier les questions/réponses sur d'autres thématiques du PEF.

QUESTIONNAIRE « INTERNET/RESEAUX SOCIAUX »

	Questions	Réponses
1	Pourquoi dois-tu faire attention à ce que tu publies sur Internet ?	<i>Car cela y restera pour toujours.</i>
2	Comment appelle-t-on la liberté qui permet à chacun d'exprimer librement ses idées ?	<i>La liberté d'expression (dans le respect des autres toutefois).</i>
3	Vrai ou faux ? Il faut demander l'autorisation à quelqu'un avant de publier sa photo.	<i>Vrai (c'est le droit à l'image).</i>
4	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 ?	<i>J'enregistre le message et je le signale à Facebook ou Twitter.</i>
5	Vrai ou faux ? J'ai le droit de parier en ligne sur des matchs de football si je suis mineur.	<i>Faux.</i>
6	Quel est l'âge minimum requis pour s'inscrire sur Facebook ?	<i>13 ans.</i>
7	Quelle application permet d'envoyer des photos et vidéos qui n'apparaissent que pendant quelques secondes ?	<i>Snapchat. Sois vigilant à ce que tu peux envoyer à tes amis.</i>
8	Quel réseau social est symbolisé par un oiseau bleu ?	<i>Twitter.</i>
9	Comment appelle-t-on un faux nom emprunté par quelqu'un qui souhaite dissimuler sa vraie identité sur internet ?	<i>Un pseudo (ou pseudonyme).</i>
10	Réalise un « hashtag » avec tes doigts.	<i>#</i>

ENGAGEMENT CITOYEN

ACTION TERRAIN

Le match au bonus

U14
U19

Compétences visées : Sensibiliser sur les bons comportements

L'objectif de l'atelier : Mettre en place un match basé sur l'attribution de bonus liés à des questions/réponses

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Répartir les joueurs en 2 équipes.
- Organiser un match entre ces 2 équipes.
- Délimiter le terrain de jeu par 2 « cônes » positionnés aux extrémités de la ligne médiane.
- Demander, après chaque but inscrit, à un joueur de chaque équipe de se déplacer jusqu'au cône afin de le faire tomber au sol.
- Poser une question au joueur le plus rapide à faire tomber le cône :
 - Si c'est un joueur de l'équipe qui a marqué et qu'il répond bien : le but compte double
 - Si c'est un joueur de l'équipe qui a marqué et qu'il répond mal : le but est annulé
 - Si c'est un joueur de l'équipe qui a encaissé le but et qu'il répond bien : le but est annulé
 - Si c'est un joueur de l'équipe qui a encaissé le but et qu'il répond mal : le but compte double

Espace nécessaire :

Terrain de football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

10 à 20 joueurs

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Coupelles -
Questionnaire - Cônes
- Mini-buts

Remarque :

Possibilité de diversifier les questions/réponses en lien avec les autres thématiques du PEF.

QUESTIONNAIRE « ENGAGEMENT CITOYEN »

	Questions	Réponses
1	À partir de quel âge peut-on voter en France ?	<i>18 ans.</i>
2	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 ?	<i>La discrimination (sexisme, homophobie, racisme...).</i>
3	Qui peut lire tes réseaux sociaux si tu ne les protèges pas ?	<i>Tout le monde (parents, amis, ennemis, professeurs, inconnus...).</i>
4	Quel verbe signifie chercher à nuire à la réputation ou à l'honneur de quelqu'un : accuser, juger ou diffamer ?	<i>Diffamer.</i>
5	Vrai ou faux ? Il faut demander l'autorisation à quelqu'un avant de publier sa photo.	<i>Vrai (c'est le droit à l'image).</i>
6	Comment appelle-t-on le vote de l'ensemble des citoyens pour élire, par exemple, le chef de l'état ?	<i>Le suffrage universel.</i>
7	Comment appelle-t-on la politesse et le respect des biens publics ?	<i>Le civisme.</i>
8	Comment appelle-t-on une discussion sur un thème avec des personnes ayant des avis différents ?	<i>Un débat.</i>
9	Comment appelle-t-on le fait d'être à l'heure : la célébrité, la vanité ou la ponctualité ?	<i>La ponctualité (c'est une marque de politesse).</i>
10	Quel est le synonyme du mot « entraide » : solidarité, égoïsme ou humour ?	<i>Solidarité.</i>
11	Quelle femme, représentée parfois sur les timbres, est le symbole de la république française et de ses valeurs ?	<i>Marianne.</i>
12	Quel est le régime politique de la France : démocratie, royauté ou dictature ?	<i>Démocratie.</i>

ENVIRONNEMENT ACTION TERRAIN

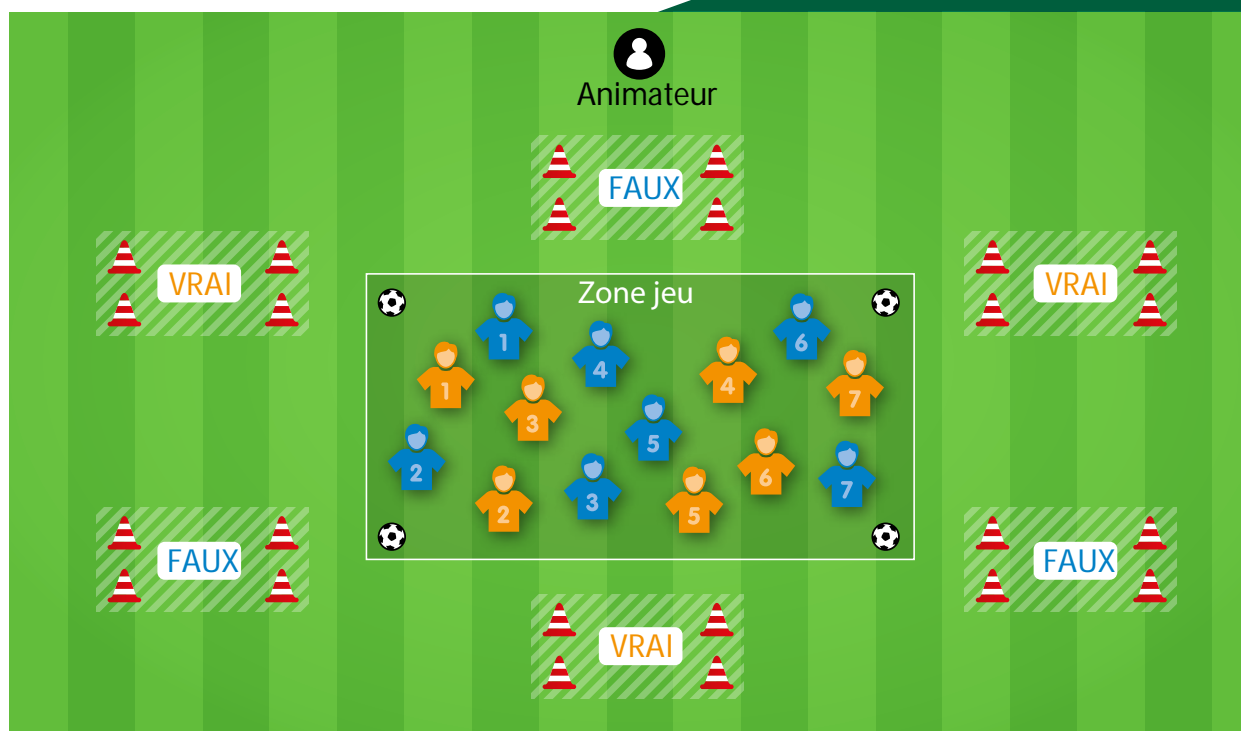
Ca coule de source

U6
U9

Compétences visées : Economiser l'eau

L'objectif de l'atelier : Responsabiliser sur l'économie d'eau par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Délimiter 7 zones distinctes :
 - Une zone « JEU » : Les joueurs y évoluent balle au pied
 - 3 zones « VRAI » : Zones correspondantes à la réponse « Vrai ».
 - 3 zones « FAUX » : Zones correspondantes à la réponse « Faux ».
- Répartir les joueurs en 2 équipes.
- Positionner tous les joueurs dans la zone « jeu », ballon au pied.
- Poser une question (Vrai/Faux) à l'ensemble des joueurs.
- Demander aux joueurs de se rendre dans la zone correspondante à la « bonne » réponse dans la limite de 2 joueurs par « zone ».
- Attribuer un gage pour les joueurs qui ne sont pas assez rapides pour répondre à la question.
- Attribuer +1 point par équipe pour chaque joueur correctement positionné.

Espace nécessaire :

1/2 Terrain de football

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

14 joueurs

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Coupelles -

Questionnaire de Vrai/

Faux - Chasubles - Cônes

Remarque :

Possibilité de réaliser l'atelier en équipe ou individuellement.

Questionnaire « Environnement »



Questions - Vrai ou faux		Réponses	
1	Plus tes parents roulent vite moins ils consomment d'essence.	Faux	<i>(c'est le contraire !).</i>
2	Le maillot de l'équipe de France de Football est fabriqué à partir de bouteilles d'eau.	Vrai	<i>(13 bouteilles permettent de fabriquer un maillot et un short).</i>
3	Une télévision laissée en veille ne consomme pas d'électricité.	Faux	
4	Le réchauffement climatique augmente le niveau des océans.	Vrai	
5	Un chewing-gum met 1 an pour se décomposer dans la nature.	Faux	<i>C'est au moins 5 ans.</i>
6	L'avion ne pollue pas l'atmosphère.	Faux	<i>Par contre, ton vélo ne pollue pas la planète.</i>
7	Un sac plastique jeté dans la nature met 400 ans à disparaître.	Vrai	
8	Le pétrole est une énergie renouvelable.	Faux	
9	Les pays riches polluent davantage la planète que les pays pauvres.	Vrai	
10	Une douche consomme 2 fois moins d'eau qu'un bain.	Faux	<i>C'est 6 fois moins d'eau.</i>

ENVIRONNEMENT ACTION TERRAIN

L'eau est un trésor

U6
U9

Compétences visées : Economiser l'eau

L'objectif de l'atelier : Responsabiliser sur l'économie de l'eau par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 3 zones distinctes :
 - La zone « comportement » : c'est la zone d'annonce d'un type de comportement.
 - La zone « technique » : c'est la zone de réalisation d'un parcours technique.
 - La zone « cerceau » : c'est la zone de décision.
- Répartir les joueurs en 2 équipes. Réaliser l'atelier sous forme de relais chronométré.
- Construire 2 parcours techniques identiques à l'issue desquels figurent 2 cerceaux. Chaque cerceau correspond à un type de comportement en rapport avec l'eau.
- Annoncer un type de comportement à haute voix au début de l'atelier.
- Demander à chaque joueur de réaliser le parcours technique le plus rapidement possible et de déposer son ballon dans le « bon » cerceau.
 - Si le ballon est correctement positionné : Le joueur retourne au point de départ (sprint) pour taper dans la main de son partenaire afin de lui passer le relais.
 - Si le ballon n'est pas correctement positionné : Le joueur retourne au point de départ pour réaliser de nouveau l'atelier dans son intégralité.
- L'équipe la plus rapide remporte l'atelier.

Espace nécessaire :

1/2 Terrain de football

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

8 à 12 joueurs

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Coupelles -

Chasubles - Cerceaux

- Exemples de

comportement - Plots

- Piquets

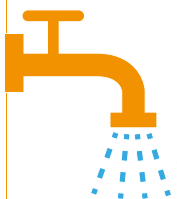
EXEMPLES DE COMPORTEMENTS

J'ÉCONOMISE L'EAU :



- Je prends une douche
- Je fais la vaisselle à la main
- Je ferme le robinet en me lavant les mains
- Je récupère l'eau de pluie
- J'utilise une chasse d'eau à double commande

JE GASPILLE L'EAU :



- Je prends un bain
- Je laisse couler le robinet d'eau
- Je fais tourner le lave-vaisselle tous les jours
- Je laisse couler inutilement l'eau en me lavant les mains
- Je jette la bouteille d'eau que je n'ai pas terminée de boire

ENVIRONNEMENT

ACTION TERRAIN

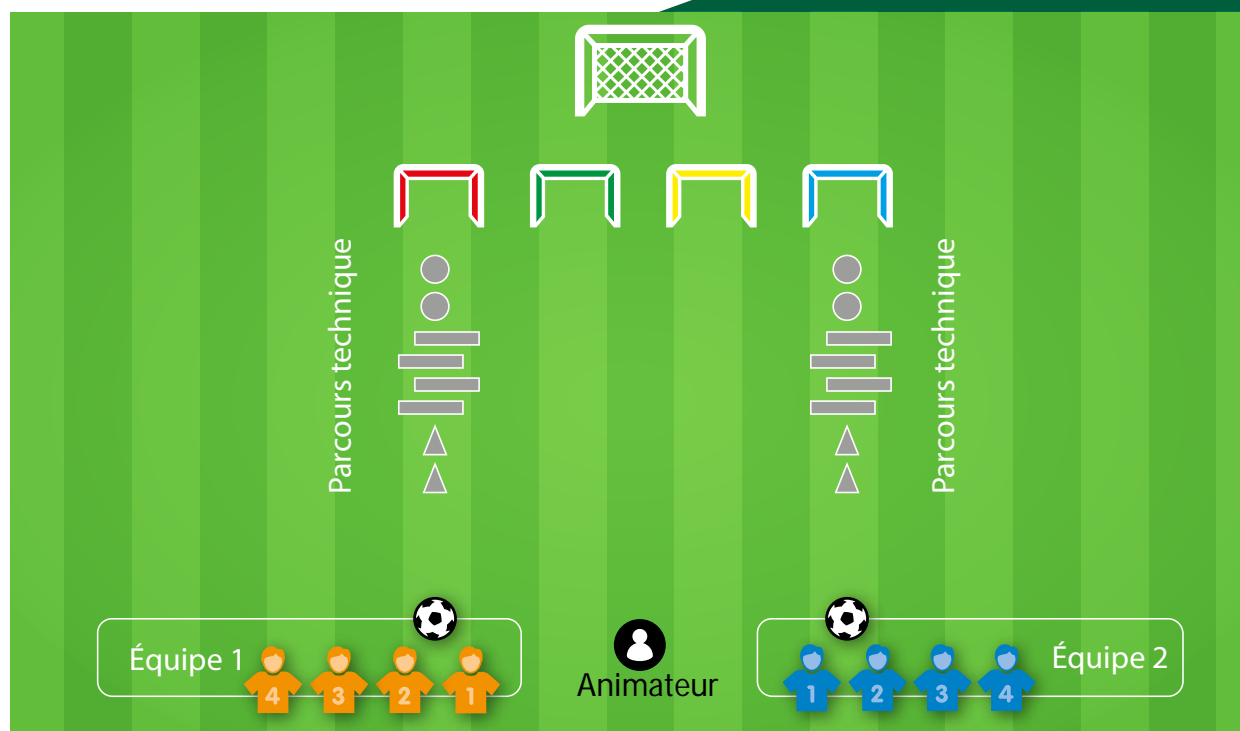
One - Tout - Tri

U6
U9

Compétences visées : Trier ses déchets

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur le tri des déchets par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 2 zones distinctes :
 - La zone « technique » : c'est un parcours technique.
 - La zone « porte » : c'est la zone de décision.
- Répartir les joueurs en 2 équipes.
- Construire 2 parcours techniques identiques à l'issue desquels figurent 4 « portes ». Chaque porte correspond à une catégorie de déchets.
- Annoncer un type de déchet à haute voix.
- Demander à 1 joueur de chaque équipe de réaliser le parcours technique le plus rapidement possible.
- Demander aux joueurs de franchir la « bonne » porte en premier pour avoir l'autorisation de frapper au but.
- Demander au joueur qui franchit la porte en deuxième de poursuivre son action en devenant « défenseur » et en empêchant que le but soit marqué.
- Valider le point lorsque le but est marqué.

Espace nécessaire :

1/2 Terrain de football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

8 à 16 joueurs

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - Coupelles - But - Cônes - Cerceaux - Piquets

Remarques :

Couleur rouge : déchets toxiques / Couleur verte : déchets « verres » / Couleur jaune : déchets plastiques / Couleur bleu : déchets papiers/cartons.

NATURE DES DECHETS



DÉCHETS TOXIQUES

Acides	Piles
Huile de vidange	White spirit
Colles	Engrais
Carburants	Insecticide
Batteries	Chlore



DÉCHETS « VERRES »

Pot de confiture	Parfum
Bouteille de vin	Miroir
Parebrise	Bouteille de cidre
Vase	Bouteille d'huile d'olive
Pot de yaourt en verre	Pot de Nutella



DÉCHETS « PLASTIQUES »

Pot de yaourt	Dentifrice
Bouteille d'eau	Sac plastique
Gel douche	Bidon de lessive
Bouteille de lait	Bouteille de vinaigrette
Flacons de shampooing	Pot de ketchup



DÉCHETS « PAPIER / CARTON »

Brique de jus d'orange	Brique de lait
Journal	Enveloppe
Boite de céréales	Boite à chaussures
Feuille blanche	Revue
Paquet de gâteaux	Billet de match de football

ENVIRONNEMENT

ACTION TERRAIN

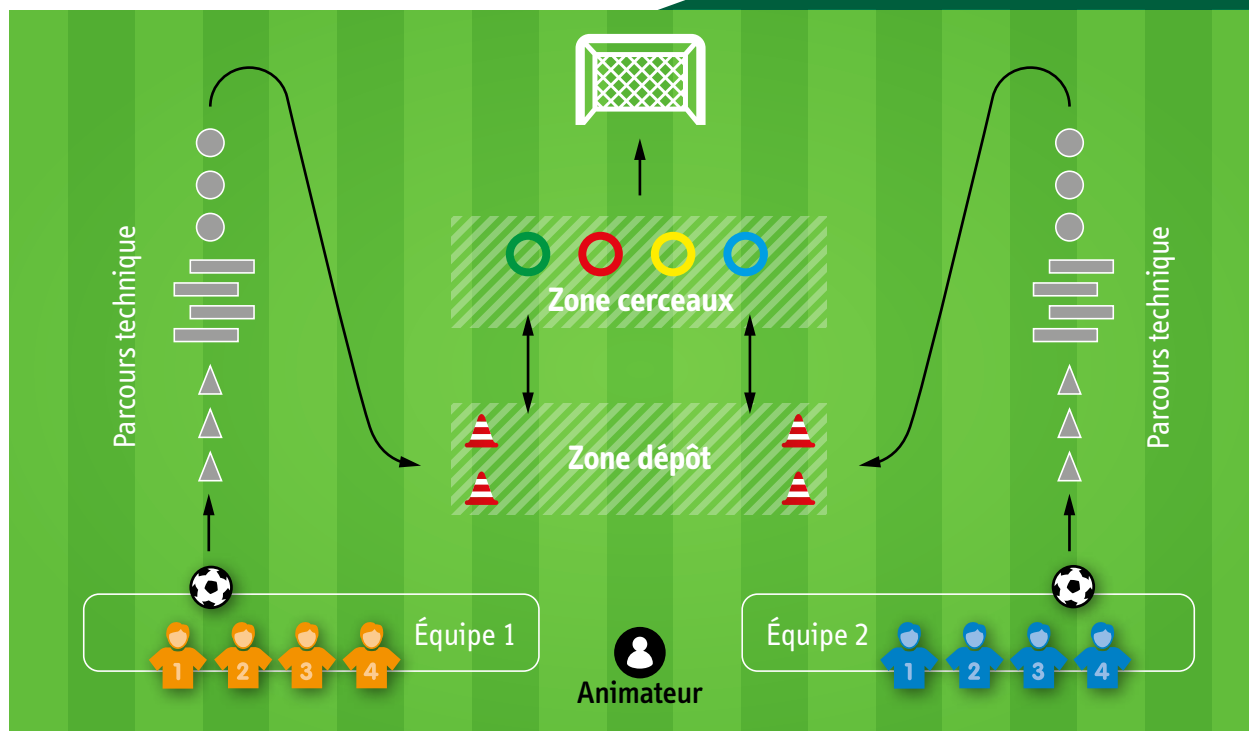
En vert et contre tout

U10
U13

Compétences visées : Trier ses déchets

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur le tri des déchets par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 3 zones distinctes :
 - La zone « technique » : c'est un parcours technique.
 - La zone « dépôt » pour y déposer le ballon et y récupérer la coupelle.
 - La zone « cerceaux » pour y déposer la coupelle.
- Répartir les joueurs en 2 équipes.
- Construire un parcours technique à l'issue duquel figurent des 4 « cerceaux ». Chaque cerceau correspond à une catégorie de déchets.
- Annoncer un type de déchet à haute voix.
- Demander à 1 joueur de chaque équipe de réaliser le parcours technique le plus rapidement possible.
- Demander à chaque joueur de déposer son ballon dans la zone « dépôt » et d'y récupérer une coupelle pour la déposer dans la zone « cerceaux ».
 - Si la coupelle est correctement positionnée : Le joueur retourne chercher son ballon dans la zone « dépôt » et va défier le gardien par marquer un but.
 - Si la coupelle n'est pas correctement positionnée : Le joueur n'a pas le droit d'aller défier le gardien de but.
- L'équipe qui a marqué le plus de buts remporte l'atelier.

Espace nécessaire :

1/2 Terrain de football

Encadrement souhaité :

1 à 2 personnes

Effectif idéal :

10 à 12 joueurs

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Cerceaux (4 couleurs) -

Coupelles - Ballons -

But - Chasubles -

Liste de déchets

NATURE DES DECHETS



DÉCHETS TOXIQUES

Acides	Piles
Huile de vidange	White spirit
Colles	Engrais
Carburants	Insecticide
Batteries	Chlore



DÉCHETS « VERRES »

Pot de confiture	Parfum
Bouteille de vin	Miroir
Parebrise	Bouteille de cidre
Vase	Bouteille d'huile d'olive
Pot de yaourt en verre	Pot de Nutella



DÉCHETS « PLASTIQUES »

Pot de yaourt	Dentifrice
Bouteille d'eau	Sac plastique
Gel douche	Bidon de lessive
Bouteille de lait	Bouteille de vinaigrette
Flacons de shampooing	Pot de ketchup



DÉCHETS « PAPIER / CARTON »

Brique de jus d'orange	Brique de lait
Journal	Enveloppe
Boite de céréales	Boite à chaussures
Feuille blanche	Revue
Paquet de gâteaux	Billet de match de football

ENVIRONNEMENT

ACTION TERRAIN

Le ballon bérêt

U10
U13

Compétences visées : Trier ses déchets

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur le tri des déchets par l'intermédiaire d'un atelier technique

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Matérialiser 3 zones distinctes :
 - La zone « vestiaire » : c'est la zone de départ de l'atelier.
 - La zone « terrain » : c'est la zone de duel entre les 2 joueurs identifiés.
 - La zone « porte » : c'est le moyen de valider le but à l'issue du duel.
- Répartir les joueurs en 2 équipes.
- Positionner les joueurs dans leur zone « vestiaire » respective.
- Identifier chaque joueur par un numéro. Les 2 équipes doivent comporter les mêmes numéros.
- Annoncer un numéro à haute voix : 1 joueur de chaque équipe (numéro cité) doit se déplacer dans la zone « duel » pour y récupérer le ballon.
- Annoncer un type de déchet à haute voix : 1 joueur de chaque équipe (numéro cité) doivent s'affronter sur un duel pour aller franchir la « porte » associée à la « bonne » poubelle.
- Attribuer les points de la manière suivante : +1 point pour le joueur qui a franchi la « bonne » porte.

Espace nécessaire :

1/4 Terrain de football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

10 à 12 joueurs

Durée de l'action :

30 minutes

Matériel nécessaire :

Ballon - Chasubles -
Cônes - Coupelles -
Liste de déchets - Piquets

NATURE DES DECHETS



DÉCHETS TOXIQUES

Acides	Piles
Huile de vidange	White spirit
Colles	Engrais
Carburants	Insecticide
Batteries	Chlore



DÉCHETS « VERRES »

Pot de confiture	Parfum
Bouteille de vin	Miroir
Parebrise	Bouteille de cidre
Vase	Bouteille d'huile d'olive
Pot de yaourt en verre	Pot de Nutella



DÉCHETS « PLASTIQUES »

Pot de yaourt	Dentifrice
Bouteille d'eau	Sac plastique
Gel douche	Bidon de lessive
Bouteille de lait	Bouteille de vinaigrette
Flacons de shampooing	Pot de ketchup



DÉCHETS « PAPIER / CARTON »

Brique de jus d'orange	Brique de lait
Journal	Enveloppe
Boite de céréales	Boite à chaussures
Feuille blanche	Revue
Paquet de gâteaux	Billet de match de football

Questionnaire « Environnement »



Question	Réponse
Citez un métier ayant un rapport avec l'environnement.	<i>Un agent d'entretien</i>
	<i>Un éboueur</i>
	<i>Un jardinier</i>
	<i>Un garde forestier</i>
	<i>Un architecte</i>
Citez les animaux les plus regardés au zoo.	<i>Un singe</i>
	<i>Un lion</i>
	<i>Un tigre</i>
	<i>Une girafe</i>
	<i>Un ours</i>
Citez un moyen de déplacement non polluant à utiliser en ville.	<i>Un vélo</i>
	<i>La marche à pieds</i>
	<i>Tramway</i>
	<i>Trottinette</i>
Citez une fleur que l'on peut trouver dans un jardin.	<i>Skateboard</i>
	<i>Les roses</i>
	<i>Les tulipes</i>
	<i>Les hortensias</i>
Citez une couleur de l'arc en ciel.	<i>Les jonquilles</i>
	<i>Le muguet</i>
	<i>Bleu</i>
	<i>Jaune</i>
A quoi pense-t-on quand on parle d'environnement.	<i>Rouge</i>
	<i>Vert</i>
	<i>Violet</i>
	<i>L'eau</i>
	<i>Les économies d'énergie</i>
Citez un animal que l'on trouve dans les arbres.	<i>La nature</i>
	<i>Les arbres</i>
	<i>La pollution</i>
	<i>Un écureuil</i>
	<i>Un oiseau</i>
Citez une énergie renouvelable.	<i>Un chat</i>
	<i>Un singe</i>
	<i>Un koala</i>
	<i>L'eau</i>
Citez une catégorie de déchets.	<i>Le vent</i>
	<i>Le soleil</i>
	<i>Le gaz</i>
	<i>La chaleur</i>
Citez les raisons d'utilisation de l'eau pour un être humain.	<i>Plastique</i>
	<i>Carton/Papier</i>
	<i>Verres</i>
	<i>Toxiques</i>
Citez les raisons d'utilisation de l'eau pour un être humain.	<i>Liquides</i>
	<i>Se laver</i>
	<i>Manger</i>
	<i>S'hydrater</i>
Citez les raisons d'utilisation de l'eau pour un être humain.	<i>Jardiner</i>
	<i>Se rafraichir</i>

ENVIRONNEMENT

ACTION TERRAIN

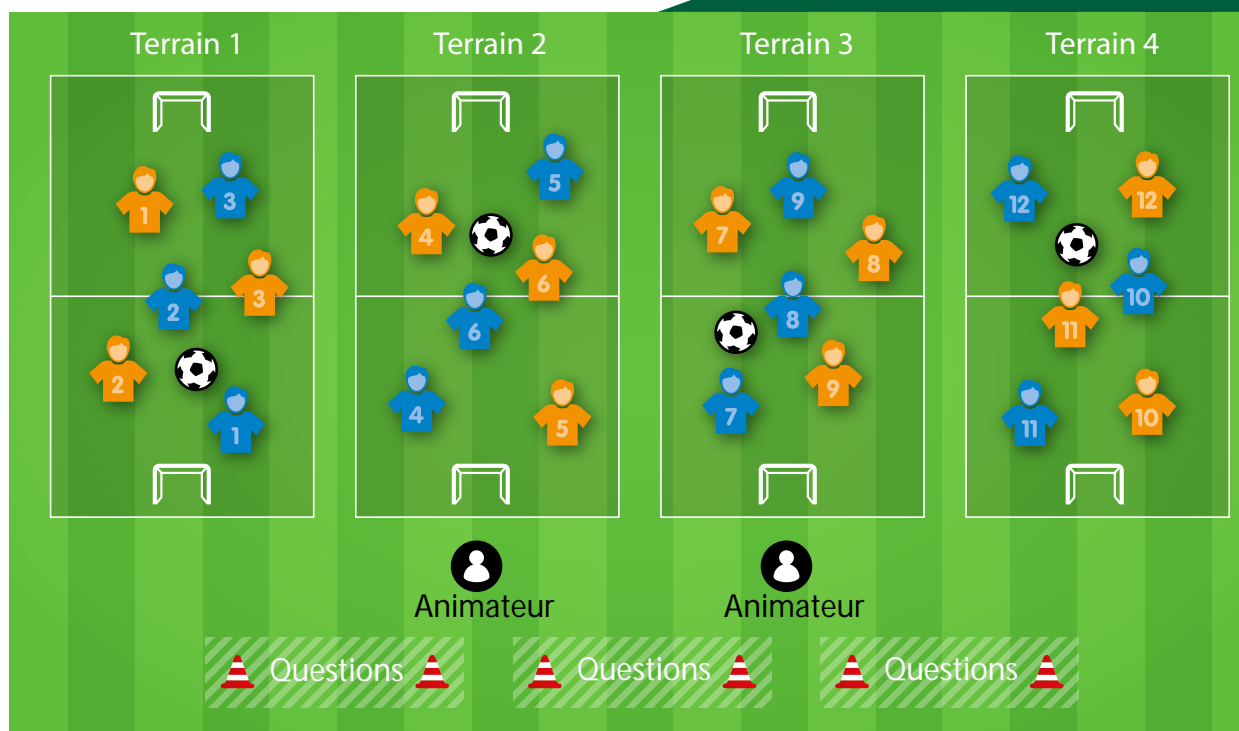
La montée-descente verte

U14
U19

Compétences visées : Réduire sa production de déchets

L'objectif de l'atelier : Sensibiliser sur l'environnement par l'intermédiaire d'une « montante-descendante »

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Modéliser 4 mini-terrains de football à effectif réduit (3x3 ; 2x2).
- Répartir les joueurs en 8 équipes.
- Organiser des matchs de 3 minutes selon le principe de la « montante-descendante ».
- A l'issue de chaque match, poser une question au capitaine de l'équipe qui a gagné le match :
 - Si la réponse est « bonne » : L'équipe valide son accession à l'échelon supérieur.
 - Si la réponse est « mauvaise » : L'équipe se voit retirer 2 buts sur le score final de son match.
- A l'issue de chaque match, faire progresser une équipe au terrain « supérieur », faire régresser une équipe au niveau « inférieur ».

Espace nécessaire :

1/2 Terrain de football

Encadrement souhaité :

2 personnes

Effectif idéal :

16 à 24 joueurs

Durée de l'action :

45 minutes

Matériel nécessaire :

- Ballons - Coupelles
- Chasubles - Cônes -
- Questions/Réponses
- Chronomètre

Remarques :

- Possibilité de dupliquer cet atelier sur l'ensemble des thématiques du PEF.
- Possibilité de varier les modes d'opposition (match, stop-ball etc...).

Questionnaire « Environnement »



	Questions	Réponses
1	Vrai ou faux ? Plus tu roules vite moins tu consommes d'essence.	<i>Faux (c'est le contraire !).</i>
2	Quel système consiste à utiliser une seule voiture à plusieurs pour faire un même trajet ?	<i>Le covoiturage (penses-y quand tu vas au stade ou à l'entraînement).</i>
3	Quel est le temps de décomposition d'un sac plastique jeté dans la nature : 4, 40, 400 ans ?	<i>400 ans.</i>
4	Quel est l'intrus : eau, vent, pétrole, marée, chaleur de la terre, soleil ?	<i>Pétrole (ce n'est pas une énergie renouvelable).</i>
5	Quels pays « polluent » le plus la Terre : les pays riches, les pays pauvres ou les pays chauds ?	<i>Les pays riches.</i>
6	Que doit-on faire de ton chargeur quand il a terminé de charger ton portable ?	<i>Le débrancher (sinon, il continue à consommer de l'électricité).</i>
7	À qui est dû le changement climatique actuel : aux hommes, au soleil ou aux animaux ?	<i>Aux hommes (et à leurs activités : transport, industrie, agriculture).</i>
8	Vrai ou faux ? Il faut 9 000 litres d'eau pour produire 1 kilo de viande de bœuf.	<i>Vrai.</i>
9	Où doit-on rapporter des médicaments non utilisés ?	<i>À la pharmacie.</i>
10	Quel gaz, dénommé CO ₂ , est une des causes de la pollution et du réchauffement de la planète ?	<i>Le Dioxyde de Carbone.</i>
11	Combien de déchets un Français produit-il chaque jour : 100 g, 1 kg ou 10 kg ?	<i>1 Kg (soit près de 350 kilos par an).</i>
12	Combien d'années un chewing-gum met-il pour se décomposer dans la nature : 1, 5, 10 ans ?	<i>5 ans.</i>
13	Mon 1 ^{er} suit M. Mon 2 ^e suit Q. Mon 3 ^e suit I. Mon tout doit être économisé pour moins polluer la planète.	<i>Énergie (N - R - J).</i>
14	Combien de kilos de matières premières faut-il pour fabriquer 1 jean : 12, 22 ou 32 kilos ?	<i>32 kilos.</i>
15	Vrai ou faux ? Une télévision laissée en veille ne consomme pas d'électricité.	<i>Faux.</i>

ENVIRONNEMENT

ACTION TERRAIN

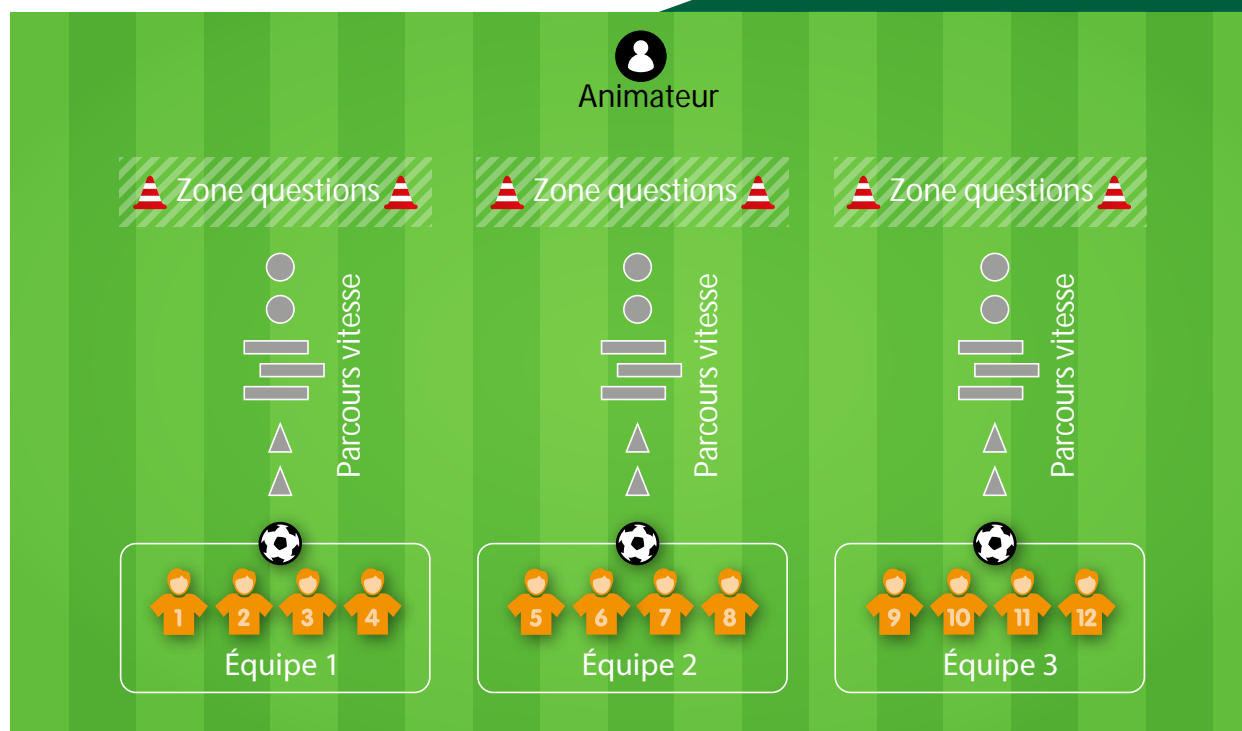
L'énergie verte

U14
U19

Compétences visées : Réduire sa consommation d'énergie

L'objectif de l'atelier : Mettre en place un atelier de vitesse/vivacité associé à un quiz sur l'environnement

Modélisation de l'atelier :



Consignes de l'atelier :

- Répartir les joueurs en 3 équipes.
- Matérialiser 2 zones distinctes :
 - Une zone « vitesse » : c'est un parcours de vitesse - vivacité.
 - Une zone « questions ».
- Demander à 1 joueur de chaque équipe de réaliser le parcours vitesse/vivacité.
- Poser une question uniquement au joueur le plus rapide sur l'exercice.
- En cas de bonne réponse : +2 points pour son équipe
- En cas de mauvaise réponse : 0 point
- Attribuer la victoire à l'équipe qui a marqué le plus grand nombre de points.

Espace nécessaire :

1/4 Terrain de football

Encadrement souhaité :

1 personne

Effectif idéal :

10 à 20 joueurs

Durée de l'action :

20 minutes

Matériel nécessaire :

Ballons - plots - cerceaux
- coupelles - chasubles
- cônes - Questions/
Réponses - Chronomètre

Remarque :

Possibilité de dupliquer cet atelier sur l'ensemble des thématiques du PEF.

Questionnaire « Environnement »



	Questions	Réponses
1	Vrai ou faux ? Plus tu roules vite moins tu consommes d'essence.	<i>Faux (c'est le contraire !).</i>
2	Quel système consiste à utiliser une seule voiture à plusieurs pour faire un même trajet ?	<i>Le covoiturage (penses-y quand tu vas au stade ou à l'entraînement).</i>
3	Quel est le temps de décomposition d'un sac plastique jeté dans la nature : 4, 40, 400 ans ?	<i>400 ans.</i>
4	Quel est l'intrus : eau, vent, pétrole, marée, chaleur de la terre, soleil ?	<i>Pétrole (ce n'est pas une énergie renouvelable).</i>
5	Quels pays « polluent » le plus la Terre : les pays riches, les pays pauvres ou les pays chauds ?	<i>Les pays riches.</i>
6	Que doit-on faire de ton chargeur quand il a terminé de charger ton portable ?	<i>Le débrancher (sinon, il continue à consommer de l'électricité).</i>
7	À qui est dû le changement climatique actuel : aux hommes, au soleil ou aux animaux ?	<i>Aux hommes (et à leurs activités : transport, industrie, agriculture).</i>
8	Vrai ou faux ? Il faut 9 000 litres d'eau pour produire 1 kilo de viande de bœuf.	<i>Vrai.</i>
9	Où doit-on rapporter des médicaments non utilisés ?	<i>À la pharmacie.</i>
10	Quel gaz, dénommé CO ₂ , est une des causes de la pollution et du réchauffement de la planète ?	<i>Le Dioxyde de Carbone.</i>
11	Combien de déchets un Français produit-il chaque jour : 100 g, 1 kg ou 10 kg ?	<i>1 Kg (soit près de 350 kilos par an).</i>
12	Combien d'années un chewing-gum met-il pour se décomposer dans la nature : 1, 5, 10 ans ?	<i>5 ans.</i>
13	Mon 1 ^{er} suit M. Mon 2 ^e suit Q. Mon 3 ^e suit I. Mon tout doit être économisé pour moins polluer la planète.	<i>Énergie (N - R - J).</i>
14	Combien de kilos de matières premières faut-il pour fabriquer 1 jean : 12, 22 ou 32 kilos ?	<i>32 kilos.</i>
15	Vrai ou faux ? Une télévision laissée en veille ne consomme pas d'électricité.	<i>Faux.</i>