



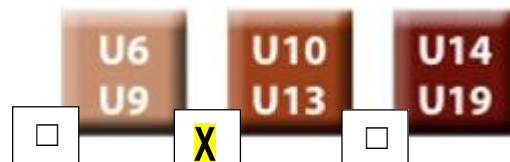
PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

« FICHE ACTION »

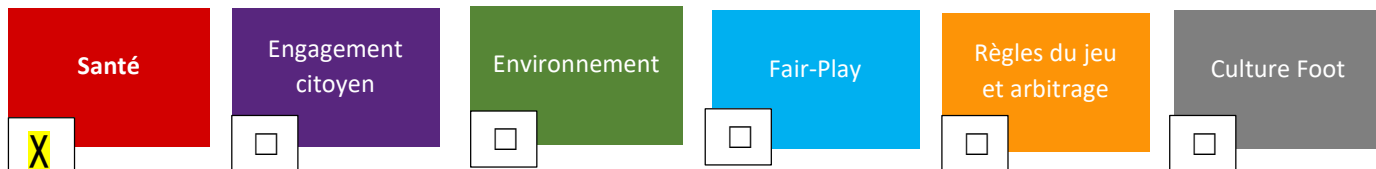
Ligue : Auvergne – Rhône Alpes

District : Haute Savoie – Pays de Gex

Club : **US ARGONAY**



CHOIX DE LA THEMATIQUE



Nom de l'Action : Adapter on sommeil à l'activité

PHOTO DE L'ACTION



Réflexions sur les définitions « sommeil » « éveil » « réveil »

Sensibilisation du sommeil et son importance grâce à un quiz



PLAISIR
Plaisir de jouer à tout
âge et tout niveau



RESPECT
Respecter l'adversaire,
l'arbitre, l'entraîneur



ENGAGEMENT
Engagement du
corps et du cœur



TOLÉRANCE
Exercer dans l'effort
de toutes les aptitudes



SOLIDARITÉ
Solidarité du Football Français
et du sport d'équipe