



PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

FICHE « ACTION »

Santé

Engagement
citoyen

Environnement

Fair-play

Règles du jeu
et arbitrage

Culture foot



Club : MJBFB

Date : 03.03.2021

Effectif : 23

District

Maine et Loire

Thématique

SANTE



Nom de l'action

Faire ses lacets

Résumé de l'action

Lors des vacances de Février nous avons réalisé une séance (U7-U9) où l'un des ateliers était d'apprendre à faire leur lacets.

Dans un premier temps les éducateurs expliquaient aux enfants en leur montrant avec les différentes étapes à suivre puis les ont laissés ensuite en autonomie avec une fiche d'aide.

Certains enfants maîtrisent déjà le fait de faire leurs lacets, ils ont donc pu conseiller les autres.



PROGRAMME ÉDUCATIF FÉDÉRAL

Santé

Engagement
citoyen

Environnement

Fair-play

Règles du jeu
et arbitrage

Culture foot



Faire ses lacets

ETAPE 1



- 1- Prendre un lacet dans chaque main
- 2- Croise le lacet bleu sur le lacet jaune à mi-hauteur des lacets
- 3- Passe le lacet bleu dans le trou de lapin du lacet jaune

ETAPE 2



- 4 - Fais une boucle avec le lacet bleu
- 5 - Prendre le lacet jaune et entourer la boucle bleu
- 6 - passe une partie du lacet jaune en dessous de lui-même

ETAPE 3



- 4 - Tire sur les deux boucles
- 5 - Serre très fort !

Ça y est, tes
lacets sont faits !