



# 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

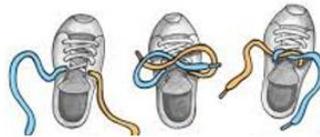
Règles du jeu  
et arbitrage

Culture foot



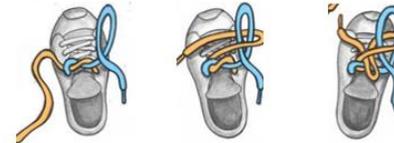
## Faire ses lacets

### 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 !