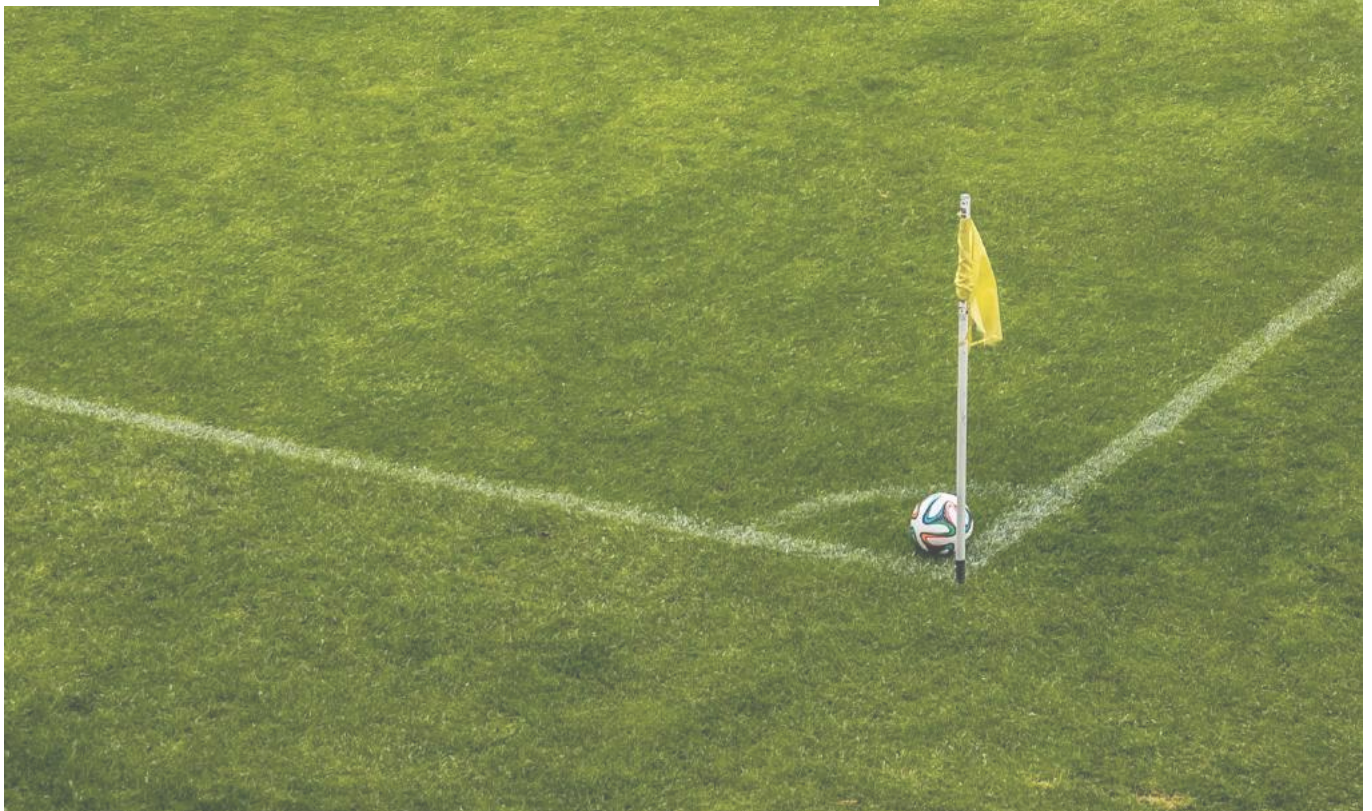


SANTÉ
ENGAGEMENT CITOYEN
ENVIRONNEMENT
FAIR-PLAY
REGLES DU JEU ET ARBITRAGE
CULTURE FOOT

LA REVUE DU PEF



SOMMAIRE

04 ARBITRAGE FOOT A 8

RÈGLES DU JEU ET ARBITRAGE

05 RAMMASAGE DES DÉCHETS

ENVIRONNEMENT

06 APPRENDRE À FAIRE SON SAC

SANTÉ

07 LE MONDE FOOTBALLISTIQUE

CULTURE FOOT

08 PREMIERS SECOURS

SANTÉ

09 VALEURS DU CLUB

CULTURE FOOT

10 BIATHLON ARBITRAGE

RÈGLES DU JEU ET ARBITRAGE

11 TOUS AU BOWLING

FAIR-PLAY

12 ZOOM SUR UN CLUB

SANTÉ

14 MATCH INTER GÉNÉRATIONNEL

ENGAGEMENT CITOYEN

15 LE RESPECT

FAIR-PLAY

16 INITIATION

SANTÉ

17 TRI DES DÉCHETS

ENVIRONNEMENT

18 VENTE DE GOURDES

SANTÉ

ENGAGEMENT CITOYEN

ENVIRONNEMENT

19 CONNAISSANCE DU CLUB

CULTURE FOOT

20 LA NUTRITION

SANTÉ

21 LE "CHIFOUMI" DES DÉCHETS

ENVIRONNEMENT

22 CLUB, LIEU DE VIE ?

ENGAGEMENT CITOYEN

23 QUIZ : RIVAUX

CULTURE FOOT

INFOS DU MOIS

CORONAVIRUS

ACTIVITÉS

Suspension des activités et de l'ensemble des championnats, des écoles de football et des clubs amateurs dès le 12 mars dernier.

FIN D'ANNÉE

Annulation des tournois et rassemblements de clubs, des coupes ainsi que du Fémiplage et de la journée Soyons Prêts.

REVUE PEF

Malgré les conditions particulières, profitez de cette nouvelle revue : bonne lecture !

>> Une revue spéciale, dédiée aux actions mises en place, par les clubs, pendant le confinement sera publiée prochainement..



« LE PLUS GRAND VIRUS QUI DÉTRUIT VOTRE
CAPACITÉ INTELLECTUELLE,
C'EST DE NE PAS CROIRE EN VOUS-MÊME. »

MARC-YAHVE THEODORE



CONNAÎTRE LES NOTIONS DE L'ARBITRAGE

Arbitrage Foot à 8



Le 13 février, un peu moins d'une centaine de jeunes U10-U13 de L'AEPR Rezé ont pu participer à un **quiz sur les notions d'arbitrage et la gestuelle des arbitres.**



L'**objectif** de cette action était d'**inculquer des notions et des valeurs** à nos jeunes joueurs sur le domaine de l'arbitrage, la gestion des matchs, la gestuelle des arbitres et l'importance de l'arbitre lors d'un match de football afin qu'ils puissent arbitrer à leur tour.



"TRÈS CONTENT DE L'ACTION ET DE L'IMPLICATION DES ENFANTS"

D'APRÈS BAPTISTE DONNADIEU, RÉFÉRENT PEF DU UFSH.



VOUS AUSSI, LAISSEZ VOS ENVIRONNEMENTS PROPRES !

Ramassage de déchets

Le 19 Février les U14/U15 M du F.C. Sud Sèvre et Maine ont mis leurs efforts à profit, après leur entraînement ont ramassé le maximum de déchets laissés autour du complexe sportif.

Le but de cette action étant de sensibiliser les jeunes sur le sujet de la pollution.

"Depuis 2007, c'est 4,6% de moins de déchets produits par habitant grâce notamment à la prévention, à la réutilisation, au réemploi, à la réparation et à la réduction du gaspillage alimentaire.

À terme, l'objectif est de poursuivre la tendance à la diminution de quantités de déchets envoyés en centre d'enfouissement."

Selon, l'Agence de l'Environnement et de la Maîtrise de l'Énergie (ADEME).

"LES ENFANTS ÉTAIENT CONTENTS DE FAIRE UNE ACTION AU PROFIT DE LA NATURE"

D'APRÈS LOÏC ADEUX, RÉFÉRENT PEF DU SSM.





BIEN FAIRE SON SAC, C'EST PRIMORDIAL !

Apprendre à faire son sac

Le 30 Janvier 2020, les éducateurs des U6/U7 et U8/U9 M ont mis en place l'action "Je suis d'attaque avec mon sac" en salle.

Ils avaient plastifié des dessins représentant les éléments essentiels pour faire son sac (ex: short, gel douche,...) mais aussi des intrus (ex: bonbons, soda, console de jeu,...).

Au programme : 2 équipes qui devaient suivre un parcours de motricité.

Au bout du parcours, le joueur devait choisir une image adaptée.

La 1ère équipe pensant avoir constitué son sac disait "stop" et ensuite débriefing ensemble.

L'enjeu était de sensibiliser sur l'intérêt de bien faire son sac, de l'importance des objets selon les saisons, sur l'hygiène et de développer l'autonomie des joueurs (selon l'âge de la catégorie).

**"LES ENFANTS ONT APPRÉCIÉ L'ANIMATION
CAR C'ÉTAIT SPORTIF ET LUDIQUE"**

D'APRÈS NATHALIE HUMEAU, RÉFÉRENTE PEF DU CLUB.



LE MONDE DU FOOT, C'EST QUOI ?

CULTURE FOOT

Le monde footballistique

L'action de l'ES Vertou, porte sur un quiz sur le football en général et son histoire.

Le 29 Février dernier, les jeunes U12/U13M, ont été mis au défi.

Durant un tournoi, les équipes devaient répondre à 5 questions avec 4 choix possibles.

Chaque bonne réponse rapportait 10 points, à cela s'ajoutait les jonglages de l'équipe.

L'objectif était de transmettre des notions footballistiques aux plus jeunes sur l'histoire de leur sport.



PAGE 7 - REVUE N°23



**"ACTION AGRÉABLE
DANS L'ENSEMBLE
AVEC DES ENFANTS
JOUEURS POUR
RÉPONDRE
CORRECTEMENT AUX
QUESTIONS POSÉES !"**

SELON PHILIPPE BONIN, RÉFÉRENT
PEF DE L'ES VERTOU.



LA DÉCOUVERTE DES PREMIERS RÉFLEXES

Premiers secours

Le 11 Janvier dernier, 6 sapeurs pompiers de la caserne de la commune sont venus sensibiliser les joueurs U10/U11 aux gestes premiers secours.

L'action s'est déclinée en plusieurs ateliers :

- Mise en situation avec "Comment alerter les secours ?" (112, 18 + infos à communiquer lors de l'appel),
- Mise en pratique de la PLS - Position Latérale de Sécurité,
- Initiation au massage cardiaque,
- Comment utiliser de DAE (Défibrillateur Automatisé Externe) : avec mise en scène.

De plus, les mamans de joueurs U10/U11 faisant partie de la commission PEF étaient présentes.

"SENSIBILISATION AUX GESTES DE PREMIERS SECOURS. LES ENFANTS ONT DÉCOUVERT ET ACQUIS LES PREMIERS RÉFLEXES À AVOIR. ILS ÉTAIENT TRÈS CURIEUX ET RÉCEPTIFS."

D'APRÈS BENJAMIN HUTEAU, RÉFÉRENT PEF DE L'U.S LOIRE ET DIVATTE





LES VALEURS D'UN CLUB

S'imprégner des valeurs du club

Début Janvier, le RCA44 à mis en place une action autour de la Culture foot en rassemblant différentes catégories ;

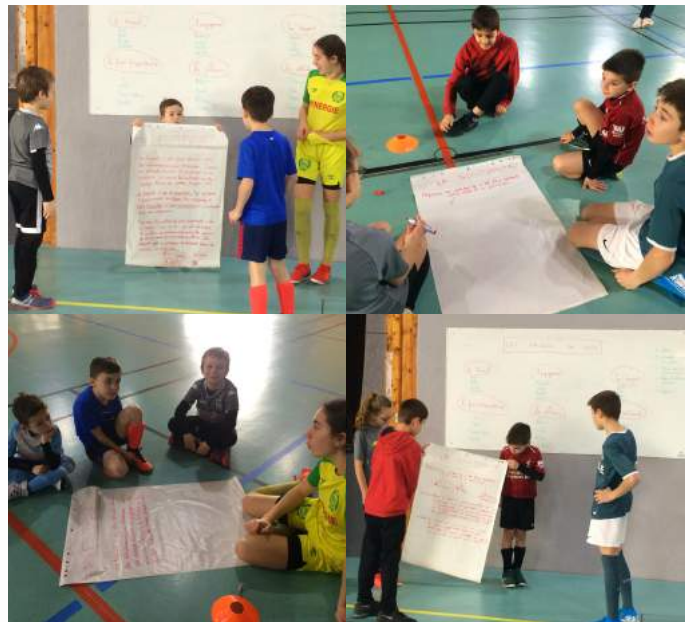
Au programme :

- 24 enfants répartis en 6 groupes de 4 enfants (de U8 à U15 M et F).

- Chaque groupe a réfléchi sur une valeur du club en répondant à différentes questions (définition de la valeur, des exemples, réaliser une phrase avec un maximum de valeurs, la valeur la plus importante selon le groupe et pourquoi).

- Chaque groupe a constitué un poster sur lequel figure sa réflexion et devait le présenter oralement à tous les autres du groupe.

L'objectif est que, dès le plus jeune âge, les joueurs du club prennent connaissance du projet sportif et des valeurs éducatives que souhaite développer le RCA 44. Ce travail sur les valeurs permettra de donner du sens aux joueurs et de devenir un citoyen éduqué.



"BILAN POSITIF"

D'APRÈS CHRISTELLE LEON,
RÉFÉRENTE PEF DU CLUB.



ENSEIGNEMENT ARBITRE DU CLUB

Intervention arbitre et biathlon arbitrage

Le 26 Février, le **GJ Cœur Estuaire** à mis en place une action, avec la catégorie **U14/U15M**, autour des **règles du jeu et arbitrage**.

Une nouvelle action sur l'arbitrage pour les U14/U15 et qui de mieux qu'un arbitre pour parler de l'arbitrage.



Martin, arbitre au sein du club, est intervenu sur le rôle de l'arbitre, le parcours à suivre, un rappel des lois du jeu, puis, mise en pratique avec un **quiz vidéo** sur des **actions de Ligue 1** !

Ensuite, les enfants ont participé à un **biathlon** avec ateliers techniques, et questions auprès des éducateurs.

"ÉCHANGE TRÈS INTÉRESSANT QUI A PERMIS DE FAIRE COMPRENDRE QUE CE RÔLE N'EST PAS FACILE. EXPÉRIENCE APPRÉCIÉE PAR LES U14/U15 ET QUI LEUR PERMETTRA DE MIEUX APPRÉHENDER LEUR TOUR D'ARBITRAGE PRÉVU LORS DES PLATEAUX OU DES TOURNOIS DE FIN DE SAISON."

D'APRÈS FLORIAN COUÛTOUX, RÉFÉRENT DU FC STÉPHANOIS





FAIR-PLAY

MOMENT DE CONVIVIALITÉ

Tous au Bowling

Les éducateurs de la catégorie U17/U18M de Métallo, ont organisé un moment de **convivialité** avec au menu des pizzas (avec leur partenaire Domino's Pizza) suivi d'une **soirée bowling** (au Bowl Center Atlantis) en valorisant les bons gestes et les bonnes attitudes.

L'objectif est de **renforcer la cohésion du groupe et entretenir l'esprit Fair-Play** en dehors du terrain.



"TRÈS BON ÉTAT D'ESPRIT (COMPÉTITEUR ET RESPECTUEUX) À TRANSFÉRER SUR LE TERRAIN DE FOOT !"

SELON CHRISTOPHE PROUST, RÉFÉRENT PEF DE MÉTALLO.



DES FORMATIONS ÉDUCATEURS ? INDISPENSABLE !

Zoom sur un club

Le 15 mars, l'**Hironnelle Football** a organisé une action PEF avec l'**intégralité de leurs dirigeants et éducateurs** autour de l'apprentissage des **gestes de premier secours**.

L'action s'est déroulée sur **deux samedis matins** durant 3 heures. Les éducateurs, dirigeants ou bénévoles des associations de la commune de Saint Julien de Concelles ont pu voir ou revoir les principaux gestes qui sauvent grâce aux **2 pompiers volontaires qui ont animé la formation**.

Cette expérience est enrichissante à la fois par le contenu que par la pratique importante des participants afin de pouvoir réagir au mieux sur le terrain.



**"RETOUR PLUS QUE
POSITIF AVEC UNE
VRAIE PRISE DE
CONSCIENCE DES
PARTICIPANTS SUR
L'IMPORTANCE D'UNE
FORMATION AUX
GESTES QUI SAUVENT
POUR LES
ASSOCIATIONS
SPORTIVES DE LA
COMMUNE.**

**SELON AURÉLIEN ANNEAU,
RÉFÉRENT PEF DU CLUB.**





CONNAIS-TU BIEN LES RÈGLES DU JEU ?

Le Biathlon de l'arbitrage

Les Hironnelles de Saint-Julien-de-Concelles ont mis en place une action PEF, autour des règles du jeu et arbitrage, le 4 Février dernier, avec leur U10/U11 M.

Tout d'abord, les joueurs étaient répartis par groupe de 3. L'objectif était que chacun réalise l'atelier technique correctement, puis réponde correctement à la question en lien avec l'arbitrage. Il y avait 2 issues possibles :

- Si la réponse était bonne, le groupe pouvait aller faire un autre atelier ;
- Si la réponse n'était pas bonne, le groupe devait refaire l'atelier.

>> Le groupe ayant fini les 8 ateliers en premier gagnait !

L'objectif était de sensibiliser les jeunes aux différentes règles du jeu pour leur catégorie afin de mieux les comprendre.



**"LES ENFANTS ONT
ADORÉ LE CÔTÉ
LUDIQUE DE
L'ACTION : ALLIER
UN ATELIER
TECHNIQUE AVEC
DES QUESTIONS SUR
L'ARBITRAGE. JE
SUIS SÛR QU'ILS
COMPENDRONT
MIEUX LES RÈGLES
DU JEU À L'AVENIR."**

**SELON AURÉLIEN ANNEAU,
RÉFÉRENT PEF DU CLUB.**



ENGAGEMENT CITOYEN



LES LIENS INTERGÉNÉRATIONNELS

Match Intergénérationnel

PAGE 14 - REVUE N° 23

Les jeunes joueurs, de U8 à U15 M et F, présents lors d'un stage ont participé à une action PEF.

Cette action avait pour **objectif** de favoriser le partage et de créer un lien entre différentes générations du club.

Un match a donc été organisé entre les jeunes et les super-vétérans du club. Le match s'est déroulé dans une bonne ambiance.

"BONNE AMBIANCE"

D'APRÈS CAROLE TAINON, RÉFÉRENTE PEF DE L'ASSL.



LE RESPECT PASSE D'ABORD PAR LA POLITESSE

Le Respect

Le 4 Mars dernier, les U7/U8 et U8/U9 du FC Stéphanois, ont profité de la reprise de l'entraînement pour aborder le thème du Fair-Play, plus précisément le respect de ses partenaires et de ses éducateurs.

À la suite d'un parcours technique les enfants devaient marquer dans un but, selon la réponse à la question de l'éducateur.



"Faut-il toujours serrer la main à la fin du match ?"



"Est-ce que tout le monde peut être remplaçant ?"



"EXERCICE APPRÉCIÉ PAR LES ENFANTS, QUI A PERMIS AUX ÉDUCATEURS DE FAIRE DES RAPPELS SUR LA FAÇON DE BIEN SE COMPORTEUR DANS UN GROUPE.

D'APRÈS FLORIAN COUËTOUX, RÉFÉRENT PEF DU CLUB.



L'IMPORTANCE DES PREMIERS SECOURS

Initiation aux premiers secours

Le 7 Mars, le Football Club Fay Bouvron, a mis en place une action autour de la **santé**, concernant la catégorie **U6/U7 F et M**.

Au programme :

- **Connaître** le numéro des pompiers ;
- **Apprendre** son adresse postale ;
- **Mettre ses camarades en PLS** (Position Latérale de Sécurité) ;

**"BONNE AMBIANCE ET MOMENT DE
CONVIVIALITÉ AU SEIN DU GROUPE"**





RESPECTEZ VOS ENVIRONNEMENTS !

Tri des déchets

Lors du stage de Mercredi 19 Février, une superbe équipe d'une vingtaine de U11/U13 M armés de gants et de sacs poubelles ont lancé une opération "NETTOYAGE DU COMPLEXE".

Une opération qui a duré près d'une heure : tout y est passé, le terrain synthétique, le terrain en herbe, les espaces verts, les tribunes, les alentours de salle et des vestiaires...

"IL Y AVAIT DU BOULOT, BEAUCOUP DE BOULOT. TOUT Y EST PASSÉ !"

Bouteilles en plastique, bouteilles en verre, papiers de bonbons, de gâteaux, de chips... Mais les très larges vainqueurs restent les **mégots de cigarettes** ! Ils ont ramassé plus de 700 mégots, partout sur le complexe y compris sur les terrains et à côté des cendriers. (1 mégot = 500 L d'eau polluée, pensez-y !)



"BEAU TRAVAIL"



SANTÉ

ENGAGEMENT CITOYEN

ENVIRONNEMENT

TOI AUSSI, PERSONNALISE TA GOURDE !

Vente de gourdes

Suite à l'actualité des épidémies de maladies, et afin d'éviter le gaspillage d'eau, le club des Jeunes d'Erbray a mis en place une **vente de gourde métallique personnalisée** avec le prénom du licencié.

Le club vend ces gourdes 10€ l'unité.

Le but : Réduire le gaspillage d'eau, la perte de temps entre chaque atelier, ainsi que de montrer l'importance de **s'hydrater** sans se contaminer.



GOURDE-EDF
Gourde métal
Personnalisée

"TRÈS BONNE ACTION, À RENOUVELER POUR ÉQUIPER L'ENSEMBLE DES LICENCIÉS"

D'APRÈS VINCENT GUERRAULT, RÉFÉRENT PEF DU CLUB.



LA BASE D'UN CLUB : SON HISTOIRE



Connaissance du club

Le 26 Février dernier, les jeunes de la catégorie U10/U11 M et F, ont travaillé sur la culture footballistique de leur environnement.

Le concept était le suivant :

- Deux équipes ont été constituées ;
- L'éducateur a posé des questions sur la culture club ;
- Les joueurs devaient se concerter et répondre ;
- Plus ils avaient de réponses correctes, plus ils tiraient proches du but.

>> **L'objectif** était de développer les connaissances et l'attachement des enfants au club.



"LES ENFANTS ONT APPRÉCIÉ ET ONT APPRIS DES CHOSES SUR LE CLUB"

D'APRÈS BASTIEN GAUTIER, RÉFÉRENT PEF DU CLUB.

BIEN S'ALIMENTER ET S'HYDRATER AVANT UN MATCH

La nutrition

Le **29 Février** dernier, les **U18M** avaient un match de coupe pour la qualification en 8ème de finale.

Pour cela, l'éducateur principal a offert le **repas d'avant-match** avec pour objectif de bien faire comprendre aux jeunes que "**bien manger et bien s'hydrater est primordial avant un match**".

De plus, pendant le repas, l'éducateur avait prévu **questions-réponses sur la nutrition**.



"VICTOIRE DES U18M : ILS ONT COMPRIS QU'UNE BONNE ALIMENTATION POUVAIT SERVIR SURTOUT QUE PENDANT LE MATCH, ILS N'ONT PAS RESSENTI DE PROBLÈMES DIGESTIFS OU MANQUE D'ÉNERGIE"

D'APRÈS VINCENT GUERRAULT, RÉFÉRENT PEF DU CLUB





TOI AUSSI, APPRENDS À RECYCLER TES DÉCHETS !



Le "chifoumi" des déchets

L'USJA Carquefou, a allié jeu ludique et cours de recyclage des déchets, le 11 Mars dernier, avec sa catégorie U6/U7.

Un des services civiques du club, Léo Foure a animé l'action. Dans un premier temps, il a divisé la catégorie en 2 groupes distincts.

Les règles du jeu étaient les suivantes :

- Chacun son tour, un joueur de chaque équipe devait se présenter au milieu, et s'affronter au "chifoumi" ;
- Le gagnant devait retourner une carte au choix ;
- Et pour finir, la placer, en collaboration avec son équipe, dans la catégorie "déchet recyclable" ou dans "déchet non recyclable".

Pour finir, un bilan sur le recyclage a été exprimé à la fin du jeu pour que les enfants ne perdent pas l'objectif de vue.

**"LES ENFANTS
POSSÉDAIENT DÉJÀ
UNE CONNAISSANCE
SUR LE TRI DES
DÉCHETS, CEPENDANT
CETTE ACTION A
PERMIS DE
RÉGULARISER LA
CONNAISSANCE DE
CHACUN SUR CE
THÈME."**

**SELON LÉO FOURE, SERVICE
CIVIQUE DU CLUB.**





ENGAGEMENT CITOYEN

GARDONS LE RYTHME ENSEMBLE !

Très prochainement, vous retrouverez notre Revue du PEF dédiée au confinement.



Plus que jamais les valeurs du PEF sont d'actualité et ont un sens au regard de tous ceux qui nous aident à passer ce cap difficile, alors plus que jamais portons les valeurs de la Citoyenneté et par Respect pour tous :
Restons chez nous !

Petit conseil : n'hésitez pas à garder la forme et la passion du football en suivant les défis, mis en place par la **Ligue de Football des Pays de la Loire**, chaque jour.

Retrouvez en intégralité les "fiches défis" sur le site de la Ligue.

Et surtout, prenez soin de vous !

PEFADOM N°20
Vendredi 10 AVRIL

Fair-Play

En cette période inhabituelle, la Ligue de Football des Pays de la Loire te propose chaque jour un défi PEF à domicile, retrouve nos anciennes rubriques sur nos réseaux ! Ainsi, tu trouveras sur cette fiche une séance de 30mn à réaliser chez toi ou dans ton jardin !! Adapte toi à ton espace et n'oublie pas, c'est à domicile !!

"Ensemble soyons PRETS, soyons Foot !!"

1 Quiz : "Le Foot, c'est aussi dans la tête"

2 Échauffement Technique : "Le Foot, c'est d'abord un jeu"

3 Défi Technique : "Le comportement du Gagnant"

4 Communique !

5 Le Conseil du Jour :

Plusieurs réponses sont possibles ! Tu trouveras les corrigés du Quiz sur la fiche de demain. Réponds vite à SON BAVOIR : 10 / J.C. / P.A.C. / A.C. / P.S.A.

Préparation :

- Commence toujours par le warm-up identifié 2 semaines avant le "moment de ballon".
- Le "moment de ballon" est un temps de jeu qui se déroule dans la zone "Zone Question - Réponse".
- Il est à adapter au ballon avec le matériel et les joueurs disponibles.
- Le matériel doit être contrôlé et vérifié avant le début de la séance.
- Le matériel doit être contrôlé et vérifié avant le début de la séance.
- Le matériel doit être contrôlé et vérifié avant le début de la séance.

Déroulement :

- Pour jouer à 2 : 1. Le joueur qui a le ballon choisit le type de comportement pendant le contrôle de ballon, en fonction du ballon qui lui est passé.
- Pour jouer à 3 : 1. Le joueur qui a le ballon choisit le type de comportement pendant le contrôle de ballon, en fonction du ballon qui lui est passé.
- Pour jouer à 4 : 1. Le joueur qui a le ballon choisit le type de comportement pendant le contrôle de ballon, en fonction du ballon qui lui est passé.

Bons & Mauvais comportements :

- 1. Je respecte mes partenaires.
- 2. Je joue avec enthousiasme et créativité.
- 3. Je respecte les décisions des arbitres.
- 4. Je joue collectif.
- 5. Je respecte les règles de la compétition.
- 6. Je respecte la règle de jeu.
- 7. Je respecte la règle de jeu.
- 8. Je respecte la règle de jeu.
- 9. Je respecte la règle de jeu.
- 10. Je respecte la règle de jeu.

Le Conseil du Jour :

À l'entraînement comme en match, j'adopte un comportement exemplaire vis-à-vis de mes partenaires, adversaires, arbitres, supporters, etc.

À TOI DE JOUER !

Relis chaque club à son rival !



”
**VOUS
SOUHAITEZ
APPARAÎTRE
DANS
LA REVUE
DU MOIS
PROCHAIN ?**
“

CONTACTEZ :

Anne-Laure BIRAUD et Thomas PIED
services.civiques@foot44.fff.fr
02 . 28 . 01 . 21 . 04

