

Le foot en marchant

Une activité physique ludique et bénéfique pour tous les élèves



Intérêt du foot en marchant

- **Une activité physique accessible** qui peut être pratiquée par tous, indépendamment du potentiel athlétique.
- **Sécurité** : Moins de risques de blessures, car la vitesse est réduite et il n'y a pas de duels.
- **Inclusion, hétérogénéité et mixité** : Une gestion plus simple.
- **Développement des valeurs fondamentales** : Esprit d'équipe, respect de l'adversaire, et plaisir de jouer ensemble.
- **Moins de représentations chez les élèves et les enseignants** : Facilite la mise en œuvre de l'activité.



Compétences développées

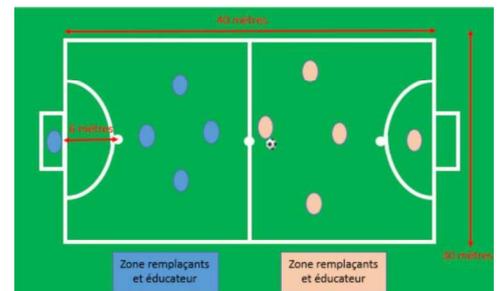
- **Compétences motrices:**
 - Coordination, équilibre, agilité.
 - Déplacement efficace sans courir.
- **Compétences sociales:**
 - Collaboration et travail d'équipe.
 - Respect des règles et de l'adversaire.
- **Compétences stratégiques :**
 - Anticipation du jeu, gestion de l'espace.
 - Prise de décision rapide dans un environnement dynamique.
- **Compétences psychosociales:**
 - Maîtrise de soi et gestion des émotions.
 - Confiance en soi et en ses coéquipiers.



Des règles simples

- **Les règles de base:**

1. **Pas de course:** Les joueurs doivent marcher à tout moment.
2. **Taille du terrain:** Terrain de hand-ball.
3. **Buts :** 3m x 2m
4. **Ballon :** ballon type Futsal conseillé
5. **Nombre de joueurs:** 5 joueurs par équipe.
6. **Surface de réparation :** réservée au gardien de but.
7. **Fautes :** Pas de tacle.
8. **Pas de hors jeu**



Le foot en marchant à l'école

- **EPS à l'école et au collège :**
 - **Cycle 2 :** Comprendre le but du jeu et orienter ses actions vers la cible.
 - **Cycle 3 :** Adapter son jeu et ses actions aux adversaires et à ses partenaires.
 - **Cycle 4 :** Utiliser au mieux ses ressources physiques et de motricité pour gagner en efficacité dans une situation d'opposition donnée et répondre aux contraintes de l'affrontement.
- **30 mn APQ**
 - Relais, Epervier, Béret, Défis techniques...
- **2h00 de sport en plus**
 - Favoriser, à travers une nouvelle offre ludo-sportive, une pratique d'activité physique régulière des collégiennes et collégiens qui ne sont inscrits ni en club ni à l'association scolaire
- **Association sportive**
 - Plus particulièrement pour les non spécialistes
- **Les concours FFF (foot à l'école...)**
- **Pratique libre sur la cour**

