



PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

FICHE « ACTION »

Santé

**Engagement
citoyen**

Environnement

Fair-play

**Règles du jeu
et arbitrage**

Culture foot



JURA SUD FOOT

17-18-23-25-27/09/2019

Nb participants : 132

District



Thématique

SANTE



Nom de l'action

**Prévention des blessures
chez le et la jeune
footballeur/euse**

Résumé de l'action

Cette action avait pour but de définir, contextualiser et approfondir les différents facteurs agissant sur la notion de « prévention des blessures » chez le et la jeune sportif(ve) des catégories U13 à 18 filles et garçons.

Une première partie théorique a permis de déterminer ces facteurs et de montrer comment ils agissaient sur la santé globale du sportif ainsi que sur la performance. Des problématiques spécifiques à chaque catégorie ont été abordées permettant ainsi d'avoir une approche plus individualisée en fonction des caractéristiques des différentes catégories.

Contrairement à l'organisation prévue sur les années précédentes, une partie pratique plus étalée sur le long de la saison avec des interventions ponctuelles spécifiques aux catégories permettront de sensibiliser davantage et d'optimiser le suivi athlétique des jeunes sportives et sportifs sur cette saison 2019/2020.

L'objectif final étant d'individualiser la prévention en fonction des catégories d'âge, mais également de responsabiliser de plus en plus les jeunes dans la gestion de leur santé en leur donnant conscience de l'importance de ce travail.

Référent PEF :
Elodie MYOTTE-
MOUILLER



Anthony Hostalier, Paul Grappe



Référent PEF :
Elodie MYOTTE-
MOUILLER



Partie théorique





Référent PEF :
Elodie MYOTTE-
MOUILLER



Partie théorique





Référent PEF :
Elodie MYOTTE-
MOUILLER



Partie théorique





Référent PEF :
Elodie MYOTTE-
MOUILLER



Partie terrain





Référent PEF :
Elodie MYOTTE-
MOUILLER



Partie terrain

