

Galactic Football

« stage de foot »

Dates du Séjour	<p>Automne : du 25 au 31 octobre 2009</p> <p>Printemps : Du 18 au 24 avril et du 25 avril au 01 mai 2010</p>
Lieu du séjour	<p>Le village de Pujols est situé dans le département de Lot-et-Garonne. Ce village anciennement fortifié surplombe la ville de Villeneuve-sur-Lot. Village médiéval, Pujols fait partie de l'association des plus beaux villages de France.</p> <p>Le groupe sera accueilli au Domaine de Pujols, reparti dans des chambres confortables de 3 à 5 lits, salle de bain et WC séparé dans chaque chambre.</p> <p>10 salles d'activité, un foyer avec baby foot, une salle de jeux, une salle multimédia avec 20 postes en réseau et vidéo projecteur complètent l'équipement du bâtiment.</p> <p>A l'extérieur, un plateau sportif, terrain en herbe, cours et préau sont à disposition pour les activités, un complexe sportif (au village) avec gymnase, terrain de foot et de rugby peuvent être utilisés.</p>
Notre Encadrement	1 directeur BAFD, 1 assistant sanitaire (AFPS), 1 animateur pour 10 jeunes
Tranche d'âge	De 6 à 13 ans
Hébergement	Type d'hébergement : En dur
	Nombre d'enfants par chambre : de 2 à 6
	Capacité maximale sur le site : 90 jeunes
Moyen de transport	En bus au départ de Toulouse. Pour les autres villes de départ, nous ferons un pré-acheminement en train jusqu'à Toulouse (Voir liste sur grille tarifaire).
Activité dominante	<p>Les entrainements sont proposés aux garçons et aux filles de tous niveaux. L'enseignement sera dispensé par des moniteurs de foot sous la responsabilité d'un entraîneur diplômé (Brevet d'Etat et/ou Staps et/ou Brevet Fédéral).</p> <p><u>But :</u></p> <p>Tout en évoluant dans un environnement ludique l'enfant va chercher à développer, à son propre rythme, ces aptitudes en football.</p> <p><u>Objectif :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Améliorer la technique individuelle et les notions de tactiques collectives au travers d'exercices individuels, semi collectif et collectif. - Amélioration de la coordination et de la proprioception (perception qu'à l'homme de son propre corps) au travers d'activité gymnique et athlétique. - Développement psychomoteur de l'enfant en relation avec la pratique du football au travers d'activités physiques et sportives variées. <p>Les participants peaufineront leur talent et participeront à des matchs à effectif réduits, ainsi qu'à des compétitions. Chaque groupe sera composé au maximum de 20 joueurs afin que les entraîneurs puissent porter le plus d'attention possible à chacun des participants.</p> <p>Les entrainements se dérouleront du lundi au vendredi, deux séances par jour avec au total 5 heures de pratique, soit 25 heures de football sur la semaine.</p> <ul style="list-style-type: none"> √ Exercices technico tactiques : duels, jeux à 2 ou 3, matchs à 7 ou à 11 joueurs, √ Travail par poste : attaquant, milieu de terrain, défenseur, gardien de but, √ Matchs, tournois par niveau, ateliers par groupes de niveaux et d'âges pour perfectionner sa technique individuelle et son jeu collectif : dribbles, passes variées, feintes, gestes défensifs, frappes pied droit, pied gauche, tête, maîtrise technique... √ Présentation sur la physiologie du corps, l'alimentation du sportif...

Détail d'une journée type d'entraînement :
Le matin : de 10 h à 12 h avec 30 minutes de pause
L'après midi : de 15 h à 18 h avec 30 minutes de pause

Que faut-il apporter ? :

Tous les cours se feront sur de vrais terrains de foot (en cas de forte intempérie, nous pourrons utiliser le gymnase pour nous entraîner). Les participants doivent apporter des vêtements de sport appropriés (chaussures de sport ou chaussures de football avec crampons moulés), une casquette, de la crème solaire et une gourde. Le port des protèges tibias est obligatoire, prévoir également des vêtements imperméables.

Activités et animations annexes

Veillées, grands-jeux, cabanes dans les bois, randonnées autour du lac, activités manuelles...

