

# CHAMP D'INTÉRÊT FOOTBALL

## DESCRIPTION

Ce cours s'adresse à toutes les personnes qui désirent apprendre ou parfaire les techniques et stratégies reliées au football. En effet, des cours spécialisés dans ce sport sont présents à même l'horaire scolaire. Ce programme se veut inclusif et non exclusif puisque le football est LE sport d'équipe par excellence. Tout le monde y trouve son compte et tout le monde a un rôle à jouer. Le champ d'intérêt football s'adresse aussi à tous les sportifs qui cherchent à s'améliorer chaque jour et qui aiment s'entraîner en groupe.

Bien évidemment, des cours d'éducation physique dits réguliers sont aussi présents dans l'horaire scolaire.

## Préalable requis

Avoir en sa possession une paire de souliers à crampons (soccer, baseball, football, etc.)  
L'entièreté du matériel est fournie.

## Notions vues dans le cadre de ce cours

- Règlements de base du football
- Technique de lancer du ballon
- Technique pour attraper le ballon
- Technique de botter
- Technique pour bloquer
- Technique pour plaquer
- Notions de musculation
- Technique de sprint