

« Challenge 100 % Ornais »



Afin de garder la forme dans le contexte actuel, le District de l'Orne de Football vous propose tous les jours des défis à relever de chez vous et un challenge vidéo ou photo par semaine.

Continuez votre passion !

Lundi 30 Mars 2020 #6

DEFI TECHNIQUE : JONGLERIE EN MOUVEMENT

- Parcours 1 : Jonglerie en mouvement 2 m et enchaîner reprise volée ou ½ volée pour toucher une des 6 bouteilles
 - Parcours 2 : Jonglerie en mouvement sur 5 m et enchaîner reprise volée ou ½ volée pour toucher 1 des 3 bouteilles
 - Parcours 3 : Jonglerie en mouvement à 8 m et enchaîner reprise de volée ou ½ volée pour toucher la bouteille
 - Pour les U7 et U9 mettre le ballon au sol pour toucher la ou les bouteilles
- Vidéo de démonstration à voir sur facebook réalisé par Clément BADREAU Services Civiques appartenant au club J.Fertoise. A vous de défier Clément, vous pouvez nous envoyer vos vidéos.

DEFI GARDIEN : Réflexe avec travail prise de balle

Niveau 1 : Jongler de face avec 1 balle et enchaîner sur la prise de balle du second ballon

Niveau 2 : Jongler de face avec 2 balles et enchaîner sur la prise de balle du 3 eme ballon

Niveau 3 : Jongler de profil avec 1 balle et enchaîner sur la prise de balle du second ballon

Vidéo de démonstration à voir sur facebook réalisé par Marvin AYONG . A vous de défier Marvin, vous pouvez nous envoyer vos vidéos

DEFI Match spécial : Résultat de vendredi 27 mars : 126 jours

- Durant la coupe du monde, un match de foot dure deux mi-temps de 45 minutes chacune. En cas d'égalité, on joue deux prolongations de 15 minutes chacune.
- En tout, combien de temps peut durer un match de foot avec ses prolongations ? depuis sa victoire ?

Des Bleues en charades

CULTURE FOOT : retrouve le prénom et le nom de ces internationales françaises qui ont participé à la Coupe du Monde 2019 en France.

Mon premier est une marque d'ordinateur.
Mon second est un adjectif synonyme de élancée.
Mon troisième est un endroit où s'entassent des voitures hors d'usage.
Mon quatrième est un moyen de transport collectif.
Mon cinquième est un ancien vainqueur du Tour de France cycliste.
Mon tout est une attaquante rapide des Bleues.

Réponse :

Mon premier est un fruit sec utilisée en pâtisserie.
Mon second est le contraire de OUT en anglais.
Mon troisième est égal à 365 jours, parfois 366 comme en 2020 !
Mon quatrième est une céréale appréciée en Asie.
Mon tout est un milieu de terrain ayant joué aux USA.

Réponse :

Mon premier est la 5ème lettre de l'alphabet.
Mon second est un oiseau aux jolies couleurs.
Mon troisième est l'habitation de mon second.
Mon quatrième est un article masculin.
Mon cinquième est un récipient utilisé pour mettre de l'eau souvent.
Mon sixième est plus petit que l'océan.
Mon tout est une attaquante lyonnaise.

Réponse :

Mon premier est le prénom de l'acteur Merad.
Mon second est la 9ème lettre de l'alphabet.
Mon troisième signifie JOUR en espagnol.
Mon quatrième est un symptôme du mal de gorge.
Mon cinquième est le même que mon troisième.
Mon sixième est une négation.
Mon tout est une attaquante du Paris Saint Germain.

Réponse :

QUI EST QUI

A vous devinez qui se cache derrière les photos



Image 1



Image 2



Image 3



Image 4

« Challenge 100 % Ornaïs »

Semaine du 30 au 03 Avril 2020 #2

Le district de l'Orne de Football vous propose de relever chez-vous le challenge de cette semaine, **dédié seulement aux licenciés Ornaïs**.

Il vous suffira de filmer ou de photographier votre création et de l'envoyer sur la boîte mail de votre club avec votre nom, prénom et catégorie (ex U9), le club sera, alors, chargé de faire parvenir la vidéo ou photo au district à **Amelie LETEINTURIER (aleteinturier@footorne.fff.fr)** ou bien par Facebook grâce à la page de votre club qui se chargera de nous communiquer la vidéo sur la page du District (via Messenger).

N'hésitez pas, laissez parler votre créativité, en mettant en scène votre match (jeu, musique, ambiance, les valeurs de votre club, ...) !

Un jury se réunira en Visio conférence pour établir les heureux gagnants du défi.

On compte sur votre participation !

CHALLENGE CREER TON STADE+ **FIL ROUGE PEF (Culture foot) Connaitre son club**

JEU DE FOOT

Un super jeu de foot pour vous amuser même en dehors du terrain.
Avec peu de matériel vous obtiendrez un mini terrain de football. Avec ce jeu de foot à fabriquer, vous combinez activité manuelle et passion pour le football !

A VOUS DE JOUER !



<p>Commencez par réunir tout le matériel nécessaire pour fabriquer votre terrain de football en carton. En fonction de la boîte choisie (nous vous conseillons la boîte à pizza qui permet de créer une surface de jeu plus grande mais tout autre carton fera l'affaire...), il vous faudra plus ou moins de papier vert pour recouvrir la surface. Si vous n'avez pas de papier vert, vous pouvez peindre ou colorier au feutre cette surface en vert.</p>	MATÉRIEL POUR RÉALISER "JEU DE FOOT" <ul style="list-style-type: none">• une boîte à pizza ou un couvercle de boîte à chaussure ou un autre carton.• du papier, de la peinture ou un feutre de couleur verte.• de la colle.• un feutre blanc ou de la peinture blanche.• une paille par joueur.• un mini ballon ou une boule de coton, il faut que ce soit léger.
LE TERRAIN DE FOOT <p>Dessinez au crayon à papier les lignes du terrain de foot. En voici un pour modèle, le marquage est assez simple à reproduire :</p>	
Repassez les traits au feutre blanc ou à la peinture blanche et fixez le tout sur votre boîte support.	
Pour aller un peu plus loin et aussi pour rendre le jeu de foot plus réel et plus amusant, nous avons ajouté des faux sponsors !	
Pour faire avancer le ballon, il vous suffira de souffler dans la paille. L'idée étant, évidemment de mettre le plus de buts possible ! Si vous avez une grande boîte à pizza ou un carton plus grand, vous pourrez passer à 4 joueurs !	