

Santé
Engagement citoyen
Environnement
Fair-Play
Règles du jeu/Arbitrage
Culture Foot

A vos PEFS !!!, règle du jeu.

Matériel :

- 1 dé
- 6 figurines
- Les cartes /questions

Déroulement :

- Chaque joueur place sa figurine sur une case avec un numéro. Le jeu se fait dans le sens des aiguilles d'une montre.
- Pour pouvoir commencer à se déplacer, il faut d'abord répondre une question associée à sa couleur de départ, si on répond correctement, on lance le dé, on avance du nombre de cases correspondant au nombre sur le dé et on répond à la nouvelle question. Si on ne répond pas on reste sur place. Et ainsi de suite.
- Si un concurrent tombe exactement sur une case occupée, il renvoie l'adversaire à sa case de départ.
- Pour gagner, le joueur doit être le premier sur la case « arrivée », il doit tomber exactement sur cette case.

Les questions « rosées » sont plutôt à l'attention des catégories U7/U9 mais elles peuvent également être utilisées pour tous.

Vous trouverez également à la fin quelques questions « Culture Foot, Spécial Club », la liste des questions n'est pas exhaustive et n'est qu'à titre d'exemple, libre à vous de les changer ou d'en inclure d'autres (vous avez pour cela des cartes vierges).

Santé	Santé	Santé
Qu'est-il conseillé de faire pour être plus performant et diminuer le risque de blessure ? a- Faire le tour du stade en courant le plus vite possible. b- Faire des mouvements doux pour s'échauffer.	Que dois-tu mettre sur une entorse? a- Du chaud. b- Du froid. c- Rien.	En cas de coup de barre pendant un match, quel aliment va te redonner des forces rapidement et pour longtemps ? a- Une banane. b- Un yaourt. c- Un gâteau.
c- Chanter l'hymne de l'équipe. Réponse b	Réponse b	Réponse a

Santé	Santé	Santé
18h, jusqu'à quelle heure peux- tu pendre un goûter? a- 16h. b- 17h55. c- Tu ne prends pas le goûter, tu attends le dîner.	Le tabac aide à se concentrer et à être performant sur le terrain. a- Vrai. b- Faux.	pour la santé consiste à absorber des substances permettant d'augmenter les capacités physiques ? a- Le dopage. b- Le civisme. c- La ponctualité.
Réponse a	Réponse b	Réponse a

Santé	Santé	Santé
Quelle famille d'aliments est le carburant nécessaire aux muscles et aux organes ? a- Les protéines. b- Les lipides. c- Les glucides.	• •	· ·
Réponse c	Réponse c	Réponse b

Santé	Santé	Santé
Quelle eau réhydrate le mieux ? a- De l'eau salée. b- De l'eau glacée. c- De l'eau à température ambiante.	Que dois-tu faire environ 9h par jour pour optimiser tes performances sportives. a- Courir. b- Manger. c- Dormir.	Comment le corps évacue-t-il le surplus de chaleur provoqué par l'effort? a- La réflexion. b- La transpiration. c- La locomotion.
Réponse c	Réponse c	Réponse b

Santé	Santé	Santé
Qu'est-il conseillé de faire avant un effort pour être plus performant et diminuer le risque de blessure? a- Bien s'échauffer et bien s'hydrater. b- Arriver en retard et commencer le match aussitôt. c- Faire la fête la veille du match.	Lorsque j'ai soif, je privilégie plutôt: a- Des sodas gazeux. b- Des sodas non-gazeux. c- De l'eau.	Après un match, si on a un coup de barre, on peut prendre : a- Des bonbons. b- Une barre de céréales. c- Des chips.
Réponse a	Réponse c	Réponse b

Engagement citoyen	Engagement citoyen	Engagement citoyen
Quel système consiste à utiliser une seule voiture à plusieurs pour faire le même voyage ? a- Le cotransport. b- La voitomobile. c- Le covoiturage.	Comment distingue-t-on le capitaine des autres joueurs ? a- A sa coupe de cheveux. b- A son brassard. c- A sa grande taille.	Complète la phrase: « chacun est de ses actes. a- Responsable. b- Coupable. c- Equitable.
Réponse c	Réponse b	Réponse a

Engagement citoyen	Engagement citoyen	Engagement citoyen
De quoi doivent faire preuve les coéquipiers pour assurer le bon fonctionnement de leur équipe ? a- De générosité. b- D'esprit d'équipe. c- De sens de l'humour.	Dans un stade, qui a le droit de contester une décision de l'arbitre? a- Le capitaine. b- Le gardien. c- Personne.	• •
Réponse b	Réponse c	Réponse c

Engagement citoyen	Engagement citoyen	Engagement citoyen
Comment appelle-t-on la politesse et le respect des biens publics ? a- La solidarité. b- Le civisme. c- La sécurité.	Comment appelle-t-on la liberté qui permet d'exprimer ses idées ? a- La vanité. b- La liberté d'expression. c- La célébrité.	•
Réponse b	Réponse b	Réponse a

Engagement citoyen	Engagement citoyen	Engagement citoyen
Comment appelle-t-on une personne apportant son aide volontairement sans être payé en retour? a- Un bénévole. b- Un salarié. c- Un équipier.	Quel est l'hymne de la France ? a- La Parisienne. b- La Marseillaise. c- La Lyonnaise.	Comment appelle-t-on le fait de traiter les gens différemment en fonction de leur religion, leur couleur de peau,? a- La discrimination. b- L'amitié. c- La bienveillance.
Réponse a	Réponse b	Réponse a

Engagement citoyen	Engagement citoyen	Engagement citoyen
Dans un stade de foot, qui dois- tu respecter le plus ? a- Ton entraineur. b- Tout le monde. c- Les arbitres et les adversaires.	Quelle attitude de la part des supporters peut entrainer des sanctions pour un club ? a- Chanter à tue-tête. b- Lancer des fumigènes. c- Faire la « ola ».	'
Réponse b	Réponse b	Réponse b

Engagement citoyen	Engagement citoyen	Engagement citoyen
Qu'est-ce qu'un sport mixte? a- Uniquement pour les filles. b- Uniquement pour les garçons. c- Pour les filles et les garçons.	Comment s'appelle le Président de la République Française ? a- Nicolas Sarkozy. b- Jacques Chirac. c- Emmanuel Macron.	Quel est l'emblème de la France que tu retrouves sur les maillots de l'Equipe de France ? a- La vache. b- Le coq. c- Le crocodile.
Réponse c	Réponse c	Réponse b

Engagement citoyen	Engagement citoyen	Engagement citoyen
Quel verbe signifie « chercher à nuire à quelqu'un » : a- Accuser. b- Juger. c- Diffamer.	Il faut demander l'autorisation à quelqu'un avant de publier sa photo. a- Vrai. b- Faux.	•
Réponse c	Réponse a	Réponse b

Engagement citoyen	Engagement citoyen	Engagement citoyen
Quel est le régime politique de la France ? a- Une démocratie. b- Une royauté. c- Une dictature.	Quel mot est synonyme de « entraide » ? a- Egoïsme. b- Solidarité. c- Humour.	Comment appelle-t-on une discussion sur un thème avec des personnes ayant des avis différents? a- Une conversation. b- Une explication. c- Un débat.
Réponse a	Réponse b	Réponse c

Engagement citoyen	Engagement citoyen	Engagement citoyen
Trouve l'intrus : a- Amitié. b- Racisme. c- Solidarité.	A l'école comme au foot, tu dois respecter le matériel. a- Vrai. b- Faux.	Que dois-tu porter sur la tête quand tu vas au stade à vélo ? a- Un bonnet. b- Un casque. c- Rien.
Réponse b	Réponse a	Réponse b

Engagement citoyen	Engagement citoyen	Environnement
Trouve l'intrus : a- Respect. b- Loyauté. c- Harcèlement.	J'ai un match de foot, mon éducateur m'a convoqué à une heure précise : a- J'arrive à l'heure que je veux. b- Je dois être ponctuel, j'arrive un peu avant l'heure de ma convocation. c- Je ne viens pas et je ne préviens pas.	Combien de déchets un français produit-il par jour ? a- 500g. b- 1,5 kg. c- 3kg.
Réponse c	Réponse b	Réponse b

Environnement	Environnement	Environnement
Pour diminuer ma consommation d'énergie, que dois-je faire si je suis le dernier dans les vestiaires? a- Vérifier que toutes les lumières sont éteintes. b- Vérifier que les casiers sont vides. c- Vérifier que les douches sont propres.	Quel objet est idéal pour transporter ton goûter? a- Un sac plastique. b- Du papier aluminium. c- Une boîte hermétique et lavable.	Que dois-tu faire de tes déchets pour qu'ils soient recyclés? a- Les trier dans les différentes poubelles. b- Les amener à la déchetterie dans un grand sac. c- Les déposer dans la poubelle de ma commune.
Réponse a	Réponse c	Réponse a

Environnement	Environnement	Environnement
Quel moyen de transport ne pollue pas ? a- Le train. b- Le vélo. c- La voiture.	Parmi ces emballages, lequel n'est pas recyclable? a- Une bouteille en verre. b- Une brique de lait. c- Un pot de yaourt.	Que peuvent provoquer des déchets jetés tout près d'un cours d'eau ? a- Une eau potable. b- Une pollution de l'eau. c- Nourrir les poissons.
Réponse b	Réponse c	Réponse b

Environnement	Environnement	Environnement
Je trouve une bouteille d'eau vide qui traine par terre dans le stade, qu'est-ce que je fais : a- Je ne fais rien car ce n'est pas moi qui l'ai laissée là. b- Je la ramasse et la dépose dans une poubelle de recyclage. c- Je tape dedans pour jouer, je la laisse par terre quand j'ai fini.	En hiver, si je ferme les portes et les fenêtres, je diminue ma consommation d'énergie. a- Vrai. b- Faux.	Quel est le temps de décomposition d'un sac plastique dans la nature ? a- 10 ans. b- 100 ans. c- 400 ans.
Réponse b	Réponse a	Réponse c

Environnement	Fair-Play	Fair-Play
La gourde avec laquelle tu peux boire pendant un match est jetable. a- Vrai. b- Faux.	Lequel de ses gestes est une marque de Fair-Play? a- Faire une accolade au joueur qui te remplace. b- Tirer sur le maillot d'un adversaire. c- Donner un coup de coude au défenseur dès que l'arbitre tourne le dos.	Si tu commets une faute sur un adversaire, que fais-tu? a- Tu rigoles. b- Tu t'excuses et tu l'aide à se relever. c- Tu fais comme si tu n'avais rien vu.
Réponse b	Réponse a	Réponse b

Fair-Play	Fair-Play	Fair-Play
Que signifie l'expression « Fair- Play » ? a- Faire le jeu. b- Etre agressif. c- Jouer dans un bon état d'esprit.	Que dois-tu faire à la fin d'un match lorsque tu as perdu? a- Insulter l'arbitre. b- Serrer la main des adversaires. c- Se disputer avec tes coéquipiers.	L'arbitre siffle une faute contre moi, quelle est ma réaction? a- Je proteste car j'estime qu'il s'est trompé. b- Je m'excuse auprès de mon adversaire et je me replace à mon poste. c- Je tape très fort dans le ballon par énervement.
Réponse c	Réponse b	Réponse b

Fair-Play	Fair-Play	Fair-Play
De quelle couleur est le carton	•	Tu gagnes un match par
qui récompense un joueur dont	tu faire ?	tricherie, quelle est ta
le comportement est	a- Courir aux vestiaires.	réaction ?
exemplaire?	b- « Checker « avec mon	a- Seule la victoire compte.
a- Jaune.	adversaire pour le	b- La victoire n'a aucune
b- Bleu.	féliciter.	saveur.
c- Vert.	c- Critiquer mes équipiers.	c- La tricherie est un très
		bon moyen de gagner.
Réponse c	Réponse b	Réponse b

Fair-Play	Fair-Play	Fair-Play
Pour toi, serrer la main de ses adversaires à la fin du match, c'est: a- Une perte de temps. b- Un bon moyen de lui serrer très fort les doigts. c- Un geste de Fair-Play. Réponse c	Un joueur est blessé sur le terrain, que fais-je? a- Je récupère le ballon et je vais marquer un but. b- Je fais semblant de ne pas voir. c- Je mets le ballon en touche pour qu'il puisse être soigné. Réponse c	Quel est le rôle des parents sur le terrain ? a- Encourager. b- Surveiller l'arbitre pour voir s'il ne fait pas d'erreurs. c- Guider l'équipe à la place de mon éducateur. Réponse a

Fair-Play	Fair-Play	Fair-Play
Mon éducateur décide de me remplacer: a- Je rentre directement prendre ma douche. b- Je conteste, j'estime qu'il y en a d'autres qui méritent plus que moi de sortir. c- Je tape dans la main de coéquipier que rentre et je vais sur le banc.	L'avant-centre de ton équipe se heurte à un défenseur adverse et tombe dans la surface de réparation : a- Je hurle « penalty ». b- J'attends la décision de l'arbitre. c- Je félicite mon partenaire pour ses qualités de comédien.	Lors d'un duel avec un adversaire, tu fais une faute que l'arbitre siffle: a- Je donne un coup de pied dans le ballon. b- Je prends le ballon et je fais quelques jongles. c- Je me replace en redonnant le ballon à mon adversaire.
Réponse c	Réponse b	Réponse c

Fair-Play	Fair-Play	Fair-Play
Je fais une faute, mon entraineur n'est pas d'accord : a- Il rentre sur le terrain pour expliquer à l'arbitre qu'il n'est pas d'accord. b- Il reste assis sur le banc et ne dit rien. c- Il critique l'arbitre en criant sans rentrer sur le terrain. Réponse b	Dans la tribune, un spectateur insulte un joueur. Que peut faire ce joueur? a- Il sort du terrain pour aller voir ce spectateur. b- Il demande à l'arbitre de siffler un coup franc pour lui. c- Il ne dit rien et continue de jouer. Réponse c	L'arbitre siffle un coup de pied de réparation (penalty) pour une faute que tu n'as pas commise : a- Tu respectes la décision de l'arbitre. b- Tu n'es pas d'accord avec la décision de l'arbitre. c- Tu dégage le ballon loin hors des limites du terrain.
		Réponse a

Règles du jeu/Arbitrage	Règles du jeu/Arbitrage	Règles du jeu/Arbitrage
Comment s'appelle la sanction qu'impose l'arbitre en sortant un carton rouge? a- L'exclusion. b- L'expulsion. c- L'exclamation.	A quelle distance de la ligne de but se situe le point de coup de pied de réparation (penalty) chez les séniors? a- 2m. b- 7m. c- 11m.	Combien de temps un gardien de but a-t-il le droit de garder le ballon en main ? a- 6s. b- 1mn. c- Le temps qu'il veut.
Réponse b	Réponse c	Réponse a

Règles du jeu/Arbitrage	Règles du jeu/Arbitrage	Règles du jeu/Arbitrage
Quelle attitude répond à la consigne « jouer collectif » ? a- Garder le ballon et aller au but. b- Avoir un œil sur ses partenaires et faire des passes. c- Dribbler pour impressionner l'adversaire	Avant d'entrer sur le terrain, tu dois impérativement retirer tes bijoux ? a- Vrai. b- Faux.	De quelle nature est un coup franc si l'arbitre siffle en levant la main ? a- Direct. b- Parallèle. c- Indirect.
Réponse b	Réponse a	Réponse c

Règles du jeu/Arbitrage	Règles du jeu/Arbitrage	Règles du jeu/Arbitrage
Combien de temps la pause à la mi-temps d'un match dure-t-elle au maximum ? a- 5mn. b- 15mn. c- 45mn.	Comment appelle-t-on la 1 ^{ère} passe de la partie ? a- Le tir au but. b- Le coup franc. c- Le coup d'envoi.	Sur quel document, les noms des joueurs sont-ils inscrits avant un match? a- La feuille de match. b- Le carnet de liaison. c- Le cahier de texte.
Réponse b	Réponse c	Réponse a

Règles du jeu/Arbitrage	Règles du jeu/Arbitrage	Règles du jeu/Arbitrage
Lors d'un coup de pied de réparation (penalty), combien de joueurs ont le droit d'être dans la surface de réparation ? a- 2. b- 4. c- 6.	Comment appelle-t-on la période qui précède les tirs au but lors d'un match de coupe? a- La mi-temps. b- L'échauffement. c- Les prolongations.	Quel est le rôle de l'arbitre? a- Voir qui fait des fautes. b- Embêter les joueurs en sifflant des coups francs. c- Veiller au respect des règles et à la protection des joueurs. Réponse c
Réponse a		

Règles du jeu/Arbitrage	Règles du jeu/Arbitrage	Règles du jeu/Arbitrage
Le gardien peut prendre le ballon à la main dans sa surface de réparation sur une passe que tu lui as faite de la cuisse ? a- Vrai. b- Faux.		Quelle est la seule protection obligatoire pour le footballeur ? a- Les gants. b- Les protège-tibias. c- Le casque.
Réponse a	Réponse c	Réponse b

Règles du jeu/Arbitrage	Règles du jeu/Arbitrage	Règles du jeu/Arbitrage
Tu peux continuer un match même si tu saigne. a- Vrai. b- Faux.	A quel moment un gardien peut-il prendre le ballon de la main lorsqu'un de ses coéquipiers lui fait la passe ? a- Tout le temps. b- Sur une passe de la tête, de la poitrine, de la cuisse c- Jamais.	Tu commets une faute si tu empêches le gardien de dégager le ballon qu'il tient en main ? a- Vrai. b- Faux.
Réponse b	Réponse b	Réponse a

Règles du jeu/Arbitrage	Règles du jeu/Arbitrage	Culture Foot
Quel est le rôle du capitaine dans une équipe? a- Il encourage ses coéquipiers. b- Il râle après l'arbitre. c- Il décide de faire entrer les remplaçants.	milieu du terrain?	En France, dans quel stade a eu lieu la finale de 1998 ? a- Au Stade de la Beaujoire. b- Au Stade de France. c- Au Stade Orange Vélodrome.
Réponse a	Réponse c	Réponse b

Culture Foot	Culture Foot	Culture Foot
	En France, quelle compétition est réservée aux équipes de U19 ? a- La Coupe Zidane. b- La Coupe Gambardella Crédit agricole. c- La Coupe des Champ.	•
Réponse b	Réponse b	Réponse b

Culture Foot	Culture Foot	Culture Foot
Quel club a été sacré champion de France de ligue 1 la saison dernière? a- Stade Rennais. b- Olympique Lyonnais. c- Paris Saint-Germain.	Quelle nation a remporté la dernière Coupe du Monde ? a- L'Allemagne. b- La Croatie. c- La France.	Où a eu lieu la Coupe du Monde 2018 ? a- La France. b- La Russie. c- L'Allemagne.
Réponse c	Réponse c	Réponse b

Culture Foot	Culture Foot	Culture Foot
Contre qui la France a-t-elle	Quel joueur est le capitaine de	Quel club a remporté la
joué en finale de la Coupe du	l'équipe de France ?	dernière édition de la Coupe de
Monde 2018 ?	a- Didier Deschamps.	France?
a- La Croatie.	b- Hugo Lloris.	a- Paris Saint-Germain.
b- La Russie.	c- Kylian MBappé.	b- La Stade Rennais.
c- L'Allemagne.		c- L'Olympique Lyonnais.
Réponse a	Réponse b	Réponse b

Culture Foot	Culture Foot	Culture Foot
Quelle joueuse est la capitaine de l'équipe de France ? a- Eugénie Le Sommer. b- Wendy renard. c- Amandine Henry.	Quel club est en tête du championnat de France 2019/2020? a- Les Girondins de Bordeaux. b- Le Paris Saint-Germain. c- L'Olympique Lyonnais.	championnat d'Europe des nations (L'Euro) ?
Réponse c	Réponse b	Réponse b

Culture Foot	Culture Foot	Culture Foot
• •	Laquelle de ses compétitions n'est pas une compétition française? a- Coupe de la Ligue. b- Coupe de France. c- Europa League.	•
Réponse b	Réponse c	Réponse c

Culture Foot	Culture Foot	Culture Foot
Quelle sont les valeurs de la FFF (« PRETS ») ? a- Politique, Rigolade, Enervement, Tactique, Soin. b- Rien. c- Plaisir, Respect, Engagement, Tolérance, Solidarité.	Comment appelle-t-on le football que l'on pratique sur du sable ? a- Le sable-foot. b- Le foot-plage. c- Le beach soccer.	Comment s'appelle la pratique pour non-voyants? a- Le Handifoot. b- Le Cécifoot. c- Le football.
Réponse c	Réponse c	Réponse b

Culture Foot	Culture Foot	Culture Foot
Comment appelle-t-on la célébration de Paul Pogba ? a- Le triple-salto b- La fusée. c- Le DAB.	Quel club est en tête du championnat féminin de D 1 ? a- L'Olympique Lyonnais. b- Le Paris Saint-Germain. c- L'Olympique de Marseille.	Qui est le sélectionneur de l'équipe de France ? a- Zinedin Zidane. b- Hugo Lloris. c- Didier Deschamps.
Réponse c	Réponse a	Réponse c

Vous trouverez ici des questions concernant votre club, à vous de compléter les réponses voire d'en créer de nouvelles.

Culture Foot « Spécial club »	Culture Foot « Spécial club »	Culture Foot « Spécial club »
En quelle année a été créé ton	Quelles sont les couleurs de ton	Quel est le nom du président de
club ?	club ?	ton club?
α	a	α
b	b	b
c	c	c
Réponse	Réponse	Réponse

Culture Foot « Spécial club »	Culture Foot « Spécial club »	Culture Foot « Spécial club »
Combien ton club compte-t-il de licenciés ? a b c	Cite au moins 1 joueur du club qui n'évolue pas dans ton équipe?	• •
Réponse		

Culture Foot « Spécial club »	Culture Foot « Spécial club »	Culture Foot « Spécial club »
Que signifie (les initiales du	Quelles sont les couleurs de	Comment s'appelle le stade de
club) ?	mon club ?	(nom du club)?
a	α	α
b	b	b
C	с	C
Réponse	Réponse	Réponse

Culture Foot « Spécial club »	Culture Foot « Spécial club »	Culture Foot « Spécial club »
Réponse	Réponse	Réponse

Culture Foot « Spécial club »	Culture Foot « Spécial club »	Culture Foot « Spécial club »
Réponse	Réponse	Réponse