

**Innovant, Fun
et Spectaculaire**

Proposition d'animation de **Football Américain**

« LE Sport Américain par excellence accessible pour tous »



Sommaire

Présentation du Football Américain

Pourquoi proposer une animation de Football Américain ?

Pourquoi faire pratiquer le Football Américain

Prestation du CD44

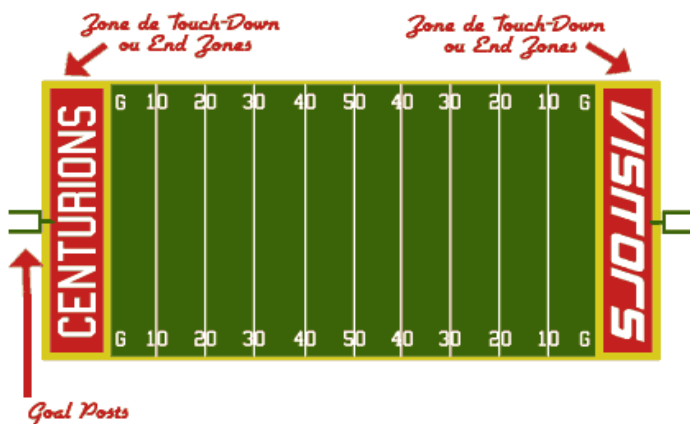
Modalités de pratique

Formules d'animation

Contacts

Présentation du Football Américain

Sport collectif alliant la **puissance physique à l'intelligence tactique**, le football américain, par ses qualités esthétiques et son environnement festif, **symbolise le concept du sport spectacle moderne**.



Jeu de progression avec pour objectif d'amener un joueur de « l'équipe attaquante » à **franchir la zone d'en-but** adverse en possession du ballon pour inscrire un Touchdown

Les équipes **alternent les situations d'attaque et de défense** suivant des règles bien précises

Pourquoi proposer une animation Football Américain ?

■ Initiation à une pratique sportive nouvelle

qu'ils n'ont jamais, ou peu, pratiquée, mais que tout le monde connaît.

■ Proposer une expérience exceptionnelle

Par la pratique d'un sport « American Way if Life » qui est souvent vu dans les films américains mais qui n'est jamais pratiqué.

■ Socialiser les jeunes enfants.

en leur proposant des activités inédites, à l'heure où l'attrait vers la télévision et le monde virtuel se font de plus en plus jeune

■ Appréhender son corps

au travers d'activité sportive attractive nécessitant un équipement modifiant les repères habituelles

■ Favoriser le développement culturel de l'individu

En lui faisant découvrir une nouvelle culture sportive, un nouveau langage.

■ Initiation d'approche de la pratique et non pas mise en œuvre

Ce qui rend les risques d'accident quasi inexistant

Pourquoi faire pratiquer le Football Américain ?

Le Football Américain est une activité physique **riche en valeurs éducatives** pouvant être répartie selon 3 **axes** :

Contenu éducatif

Contenu social

Contenu sportif



Actions éducatives

Actions sociales

Actions sportives

Développement de compétences motrices

(lancer, attraper, courir, sauter, proprioception, adaptabilité à l'environnement).

Facteur d'intégration collective

(La construction du jeu ne peut s'organiser seulement autour d'un ou deux individus.)

Vecteur de communication

(par l'élaboration des stratégies collectives en vue d'un objectif commun.)

Encourage l'autonomie et l'initiative

(pas d'entraîneur imposant un jeu lors des matchs, se sont les joueurs qui choisissent les tactiques)

Développement culturel

Actions éducatives

Actions sociales

Actions sportives

Travail sur les notions de « respect »

De son corps, du corps de l'autre, des arbitres

Apprendre à vivre en société

En commençant par la vie au sein d'un groupe réuni pour une même activité

Apprendre à développer un projet personnel au sein d'un projet collectif

Développer un esprit d'équipe, de solidarité.

Favoriser la mixité sociales

Actions éducatives

Actions sociales

Actions sportives

S'inscrire dans la politique Départementale favorisant la découverte de nouvelles activités physiques.

Pratique innovante, moderne, fun et spectaculaire.

Fait appel à de nombreuses qualités physiologiques

course, changements de rythme, travail des appuis, coordination,...

Développement d'une intelligence de jeu

Par l'acquisition d'un sens technico-tactique.

Combinaison de gestes simples et d'actions techniques

lancer spécifique, réception en mouvement, coordination lanceur et réceptionneur...

Prestation du CD 44



- **Encadrement assuré par un animateur diplômé** par la Fédération Française de Football Américain.
- Possibilité d'organiser plusieurs niveaux d'animation :
 - Découverte - Perfectionnement
- Prêt du matériel nécessaire à la pratique :

Casques



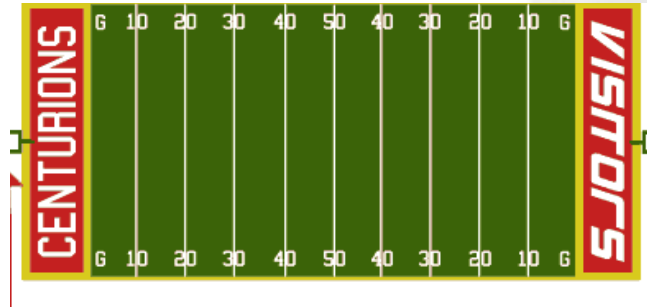
Épaulières



Ballons



Modalités de pratique



Surface de jeu

Herbe

Évolution

Terrain de 60X100 yards



Lieu de l'animation

Terrain en herbe (de foot ou de rugby)

Nombre de participants

maximum : 8 joueurs / animateurs

Déroulement d'une séance

- Explication du Football Américain
- Échauffement général
- Échauffement spécifique à l'activité
- Exercices d'apprentissage
- Mise en situation
- Bilan de la séance

Formule d'animation

FORMULE 1

Initiation de 2 à 4 heures sur une demi-journée

- Séance : Découverte de la pratique
- Explication des règles
 - Échauffement général
 - Échauffement spécifique à la pratique
 - Situations d'initiation
 - Mise en situation d'opposition sans plaquage

Formule 1

20 € / heure + frais de déplacement

Formule d'animation

FORMULE 2

Animation sur une journée (matin + après midi)

Matin :

Découverte de la pratique.

- Explication des règles.
- Situations d'initiation
- Oppositions en groupe restreint sans plaquage

Après midi :

Séance d'entraînement.

- Échauffement spécifique.
- Entraînement technico-tactique.
- Oppositions en groupe restreint sans plaquage

+ Structure gonflable pour animation à l'heure du repas.

Formule 2

20 € / heure

Formule d'animation

FORMULE 3

Cycle d'animations sur plusieurs demi-journées (de 2 à 4 heures)

1ère séance :

Découverte de la pratique

- Explication des règles
- Échauffement général et adaptation à l'équipement
- Situations d'initiation à la pratique

Séances suivantes : Perfectionnement

- Échauffement spécifique
- Exercices technico-tactiques
- Oppositions en groupe restreint sans plaquage

Dernière séance : Mini Tournoi avec équipes restreintes

Formule 3

17,5 € / heure

Formule d'animation

FORMULE 4

Cycle d'animations sur plusieurs journées (matin + après midi)

1ères séances :

Découverte de la pratique

- Explication des règles.
- Échauffement spécifique
- Situations d'initiation

Acquisition de la pratique.

- Échauffement spécifique
- Entraînement technico-tactique.
- Opposition en groupe restreint.

Séances suivantes :

Perfectionnement

- Entraînement technique, tactique.
- Oppositions en augmentant le nombre de joueur par équipe, mais plaquage interdit

Dernières séances :

Entraînement

Mini Tournoi avec équipes restreintes

+ Structure gonflable pour animation à l'heure du repas

Formule 4

15 € / heure

Récapitulatif tarification

Formule 1

20 € / heure + frais de déplacement

Formule 2

20 € / heure

Formule 3

17,5 € / heure

Formule 4

15 € / heure

Tarif pour un animateur. Un animateur pour 8 personnes maximum



Contacts

Comité Départemental de Loire-Atlantique de Football Américain

Maison des Sports
44 rue Romain Rolland
44103 Nantes Cedex3

Responsable animation : Romaric BARREAU

Tél : 06-49-23-69-02 Mail : rbarreau-cd44@hotmail.fr

Président : Romuald POULAUD

Tél : 06-08-25-32-30 Mail : weal.footus@sfr.fr

Site internet

footballamericain44.asso-web.com



« Sport collectif alliant physique à intelligence tactique, le Football Américain, par ses qualités esthétiques et son environnement festif, symbolise le concept du sport spectacle moderne ».