



## FICHE ACTIVITE

Référence : APS A2

U.V. J.S.P. concernée(s)

1

2

3

4

Théorie

Pratique

Evaluation

U.V. **ACTIVITE PHYSIQUE ET SPORTIVE**

### U.V. – J.S.P. 1

Séquence

↪ Hygiènes de vie (corporelle, vestimentaires et alimentaire)

Contenu	Théorie	Durée prévisionnelle en Minutes
		45

- ↪ Hygiène de vie : généralités
- ↪ Hygiène corporelle
- ↪ Hygiène vestimentaire
- ↪ Hygiène alimentaire

Matériel

- ↪ Ordinateur + vidéoprojecteur
- ↪ Diaporama sous ATENA

Consignes

- ↪ Lors des activités JSP, ils doivent avoir une gourde ou similaire avec eux même pendant les cours théoriques en salle.
- ↪ Veiller régulièrement à l'application de ces hygiènes.



ASSOCIATION DÉPARTEMENTALE-MÉTROPOLITAINE DES JEUNES SAPEURS-POMPIERS

Ce qu'ils doivent retenir

- ↪ Hygiène de vie : généralités
- ↪ Hygiène corporelle
- ↪ Hygiène vestimentaire
- ↪ Hygiène alimentaire

Lieu

- ↪ Salle de cours