



ASSOCIATION DÉPARTEMENTALE-MÉTROPOLITAINE DES JEUNES SAPEURS-POMPIERS

## 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 sur site ADMJSP - espace formateur

**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