



# Sportissima

## Primaires

Grimper... Courir... Ramper... Dévaler... Viser... Naviguer :  
L'élément naturel dans tous ses états

### Objectifs

- Découvrir ses capacités
- Développer ses aptitudes
- Réguler ses efforts pour bien gérer son corps
- Maîtriser ses réactions émotionnelles
- Appréhender le groupe et aborder la notion d'entraide

### Conditions de pratique

- Public visé : cycle 2, 3
- Vêtements de sports
- Bottes (spéléologie) et chaussures fermées
- Montre, gourde, casquette
- Effectif mini : 20 élèves

### Programme évolutif selon âge, période et effectif



	Matin	Après Midi	Soir
Jour 1	Arrivée et installation Visite du centre	Lecture de carte et parcours en forêt (orientation)	Film thématique DVDthèque*
Jour 2	Découverte d'un milieu mystérieux (spéléologie)	Prise en main du matériel et parcours de maniabilité (VTT)	Jeux de société Ludothèque*
Jour 3	A la recherche de sa gestuelle (escalade)	Réactivité et efficacité (course d'orientation)	BOUM !*
Jour 4	Gestion de l'effort sur circuit balisé (VTT)	Parcours souterrain et maîtrise de ses émotions (spéléologie)	Jeux collectifs en salle*
Jour 5	A la recherche de sensations (parcours aventure)	Bilan du séjour et départ	

\*Proposition d'animation sur place en autonomie

# Fiche pédagogique

THEMES	OBJECTIFS	MOYENS	INTERVENANTS
1ère séance <b>Orientation</b>  2ème séance	Etre capable d'appliquer la règle des 3 P <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Positionner la carte orientée</li> <li>▪ Placer le pouce sur le point de station</li> <li>▪ Prévoir ses points de repères</li> </ul> Etre capable, en pénétrant dans un milieu inconnu, de se situer puis de se déplacer à l'aide d'une carte	Utilisation d'une carte spécifique au 1/5000 Parcours guidé du groupe sous conduite de l'éducateur Parcours papillon de 21 balises ou course au score de 20 balises par équipes de 2 en milieu naturel  Utilisation d'une autre carte spécifique au 1/5000 Course au score de 30 balises par équipe de 2 au milieu des installations sportives de la structure	1 Brevet d'Etat
1ère séance <b>Spéléologie</b>  2ème séance	Approche et découverte du milieu souterrain  Etre capable de maîtriser ses émotions dans un enchaînement de plusieurs étroitures	Cavités horizontales sans difficulté majeure Combinaisons Casques équipés d'éclairage  Cavités avec passages techniques Combinaisons Casques équipés d'éclairage	1 Brevet d'Etat
1ère séance <b>VTT</b>  2ème séance	Acquisition de l'équilibre Trouver des solutions efficaces pour réduire les distances de freinage  Parfaire l'aisance en matière d'équilibre Utiliser le braquet adapté	VTT de taille adaptée Casques Educatifs ludiques sur un plateau de jeu Différentes natures de sol Randonnées en terrain peu accidenté  Educatifs ludiques en milieu naturel lors d'une randonnée en garrigue Différentes natures de sol Différentes pentes	1 Brevet d'Etat
1ère séance <b>Escalade</b>  2ème séance	Etre capable de se déplacer en verticalité Etre capable d'assurer la sécurité du grimpeur  Etre capable de maîtriser ses émotions sur un parcours d'aventure aérien	Rochers aménagés, cordes, mousquetons, descendeurs, baudriers, casques  Parcours d'aventure câblé Avec main courante, rappel et tyrolienne Baudriers, longues, cordes, descendeurs, casques	1 Brevet d'Etat

## Activités optionnelles en supplément (*nous consulter pour connaître les tarifs*)

- Spectacle de magie
- Veillée contée
- Balade nocturne contée
- Rando nocturne à pied
- Rando nocturne en VTT
- Visite de la grotte de la salamandre
- Atelier secourisme
- Atelier du cuir
- Visite de la ferme pédagogique
- Animation de vie collective