



Stage FREERIDE

Dates & horaires : du lundi 21 au vendredi 25 août 2017 de 8h à 18h

Lieu : Salle des fêtes de Ramonville <https://goo.gl/maps/xdxsB7LYRtw>

Public : enfants de 5 à 11 ans - 24 participants maximum

Encadrement : 3-4 adultes pour 24 enfants

- Chris : responsable du stage, animatrice sportive, directrice de Sensactifs

- Céline : animatrice nature, stagiaire BPJEPS EEDD

(Education à l'Environnement et Développement Durable) en alternance à l'asso

+ 1 ou 2 animateur-trices BAFA

Tous les 4 encadrent les activités et les temps de vie quotidienne. Un relais est organisé selon les effectifs notamment pour les temps d'accueils matin et soir.



Objectifs pédagogiques des stages Tonus & Couleurs :

- prendre le temps pour que les enfants deviennent un peu plus autonomes
 - donner les moyens d'appréhender le vivre ensemble (vie collective et ses règles...) tout en permettant la construction de la personnalité de chacun
 - permettre aux enfants de découvrir de nouvelles activités et d'expérimenter
 - sensibiliser à l'éco-citoyenneté et à la découverte de l'environnement
- Projet Pédagogique complet téléchargeable sur notre site.*

Activités spécifiques du stage Freeride

- apprentissage et/ou perfectionnement roller. Au moyen de jeux et parcours divers chacun pourra apprendre à tenir debout, se déplacer, tomber, tourner, passer des obstacles... et bien sûr s'équiper !!
- La particularité de ce stage est que le roller se fait en extérieur ! Idéal donc pour apprendre à circuler en espace extérieur urbain ! On observe les autres usagers, les indications panneaux etc afin de circuler en toute sécurité.
- quelques moments pour utiliser les autres moyens de transport à roulettes : vélo, trottinette et skate en extérieur également
- balade à roulettes le long du canal du Midi puis pique-nique et activités sport et nature au domaine de Cinquante
- sessions cuisine pour préparer les goûters
- petits et grands jeux adaptés à chaque moment : dynamique ou calme, dedans ou dehors, coopératif, en équipe... proposé par l'équipe ou demandé par les enfants
- espaces bibliothèque, jeux de société, jeux de construction, dessin, cocooning...

Planning semaine : (à titre indicatif)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
8h-10h	Accueil échelonné : Jeux libres, cuisine, activités artistiques manuelles, décorations, lecture etc selon les envies du moment!				
10h-12h	accueil, jeux de présentation et de connaissance, construction des règles de vie	SESSION ROLLER	SESSION ROLLER	journée balade pique-nique découverte canal du Midi et domaine de Cinquante + goûter	SESSION ROLLER
12h-14h	Repas Temps calme coin bibliothèque et ludothèque (sieste aménageable)				Repas + temps calme
14h-16h	SESSION ROLLER	Découverte skate / trotinette	Découverte skate / trotinette		Prépa démo
16h-16h30	Goûter 100 % bio et/ou local : sirops, confitures, chocolat, pain et gâteaux faits maison				Rencontre famille : démo surprise !
16h30-18h	Activités & jeux divers libres et encadrés - départ échelonné				



Infos pratiques :

- Goûter fourni mais prévoir un panier repas pour le midi (frigo et micro-ondes disponibles).
- Equipement roller : une paire de roller, un casque (vélo peut convenir), les protections (genoux, coudes et poignets). *Si vous n'avez pas ce matériel nous pouvons vous le prêter, sauf le casque. Précisez-nous au plus vite la pointure de votre enfant.*
- Prévoir une tenue souple avec **jogging/jean conseillé (ou short long « épais ») et grandes chaussettes** pour éviter de se blesser avec les rollers.
- Selon les dispos et envies vous pouvez amener votre vélo, trotinette, skate mais en vous assurant avant qu'il est en bon état d'entretien (pneus, chaîne, freins...)
- Deux paires de chaussures : une pour dedans (sandales) et une pour dehors (salissables et fermées) + Prévoir une gourde, un petit sac-à-dos, un short, casquette, crème solaire, k-way et des changes si besoin



Tarifs & modalités : 150€ la semaine, tarif réduit 140€ pour les adhérents 2016, ajouter une réduction de 10€ pour un 2ème enfant de la même fratrie. Prévoir des arrhes de 50€ par enfant.

L'inscription se fait en ligne, marche à suivre sur notre site internet : <http://sensactifs.org/stages/>

RECETTE D'UN GOÛTER

Les madeleines de Proust euh de Chris

(tout bio bien sûr!)



- 2 oeufs
 - 100g de sucre
 - 100g de purée d'amande
 - 100g de farine + 1CàS de levure
 - 4 CàS de lait végétal
- Mélanger et rajouter 50g de pépites de chocolat

hop au four une dizaine de min ! Miam miam, qui critiquait les gâteaux de grand-mère ?!