



CYCLES D'ACTIVITÉS SCOLAIRES

édition du 10 avril 2020



SOMMAIRE

Cycles de perfectionnement en vélo/VTT	p.4-5
Cycles vers l'itinérance en VTT	p.6-7
Cycles d'apprentissage voile	p.8-9
Cycles de parcours d'orientation	p.10-11
Cycles multi-activités à la carte en initiation	p.12-13
Cycles de découverte du milieu naturel	p.14-15
Contribution à la mise en oeuvre de l'activité sportive	p.16-17
Autres possibilités, activités journées, tarifs	p.18
Exemple de journée au CAP' Nature	p.19

NOUVEAU, en pages 4 et 5 : Savoir Rouler à Vélo (Application de la loi Mobilité)





Les APPN (Activités Physiques de Pleines Nature) sont porteuses d'objectifs pédagogiques et éducatifs particulièrement riches. La demande sociale actuelle, des plus jeunes aux plus âgés, est forcément tournée vers la découverte de patrimoine, naturel et/ou culturel. Les APPN sont des vecteurs essentiels pouvant répondre aux attentes d'une société en matière de transmission de bien et du lien. Les activités physiques de pleines nature peuvent être un support à partir desquelles les enseignants pourront, s'ils le souhaitent, développer un projet de classe particulier.

Toutes nos activités contribuent à la valorisation des connaissances théoriques et participent à donner du sens aux contenus scolaires pour les enfants. L'enseignant pourra, grâce au caractère transversal et interdisciplinaire des APPN, s'appuyer sur ce support concret pour travailler : le français (vocabulaire spécifique), les mathématiques (vitesse, moyennes, échelles, abscisse et ordonnées), la géométrie, l'environnement (météo, faune et flore), les sciences (appareil respiratoire, circulaire), la géographie (lecture de carte, cycle de l'eau), technologie, éducation civiques, etc...

C'est dans ce cadre, que l'association CAP Sports et Nature et la Communauté de Communes Sèvre et Loire souhaitent travailler et accompagner les enseignants dans l'éducation des jeunes.

Nous restons à votre entière disposition pour vous suivre dans vos projets, nous pouvons facilement personnaliser nos activités. La présentation qui suit n'est faite qu'à titre indicatif et peut évoluer suivant vos besoins et vos envies.

PRÉAMBULE

NOUVEAU : Savoir Rouler à Vélo
- Application de la loi Mobilité -



**CYCLES DE
PERFECTIONNEMENT
EN VÉLO / VTT**

Adapté aux élèves des
classes de CE1 / CE2 /
CM1 / CM2 / 6ème

Vers l'autonomie et la sécurité en vélo ... À la fois pilote et moteur, l'élève maîtrise un engin roulant. Il traite des informations pour se déplacer dans un environnement donné en respectant des règles et des codes. Il est capable de s'équiper, de vérifier et de régler son vélo pour une pratique en toute sécurité. Cette action peut donc s'inscrire dans le continuum éducatif à la sécurité routière et dans l'APER (Attestation de Première Éducation à la Route).

*Activité délocalisable au départ de vos écoles sous certaines conditions





Savoir rouler à vélo:

Le « Savoir Rouler A Vélo » est un axe majeur de la loi mobilité initiée par le gouvernement, il consiste à favoriser l'apprentissage du vélo à travers 3 blocs : Savoir pédaler / Savoir Circuler / Savoir rouler à vélo.

Cet apprentissage trouve ici une place à part entière dans le continuum de sécurité routière afin que les jeunes entrant au collège puissent acquérir une réelle autonomie dans leurs déplacements à vélo.



Objectif :

L'école a pour mission de développer des compétences motrices et civiques, permettant à l'élève d'intégrer les règles de vie collective. La pratique du vélo contribue largement à cette mission. Cette activité physique et sportive de pleine nature s'inscrit dans les programmes de l'EPS et contribue à l'acquisition de la compétence spécifique «adapter ses déplacements à différents types d'environnements».

L'activité favorise :

- Les apprentissages locomoteurs
- La prise et la maîtrise de risque
- L'éducation routière et l'éducation à la sécurité
- Donner du sens aux apprentissages interdisciplinaires (enseignement moral et civique, français, technologique, mathématique, géographique, nature, sciences, histoire)

Programme élaboré en partenariat avec l'enseignement pour répondre au mieux à ses objectifs :

- 1 et 2 séances de pilotages et maîtrise du vélo
- 1 à 2 séances d'éducation routière
- 1 à 2 séances d'orientation à vélo
- 1 à 2 sorties nature environnement
- 1 à 3 sorties sur route (petit circuit)

CYCLES VERS L'ITINERANCE EN VTT

Adapté aux élèves des
classes CM2/ Collège / Lycée



Ce cycle a pour but d'ouvrir le continuer l'apprentissage de cycles précédent ou de s'ouvrir aux plus grands, en prenant en compte leurs acquis. Tout en conservant les objectifs de cycles précédent, les jeunes abordent l'usage de vélo au quotidien. Ainsi, l'enseignant ou l'animateur pourra envisager la découverte du patrimoine local ou de l'environnement lors d'une sortie encadrée d'un ou plusieurs jours.

*Activité délocalisable au départ de vos écoles sous certaines conditions





L'activité favorise :

- L'apprentissage locomoteurs.
- La mise en pratique de savoirs acquis au cours de l'année ou des années précédentes (sécurité routière, etc...)
- Le perfectionnement dans les fondamentaux de cyclisme: propulsion, équilibre, conduite.
- L'engagement, l'entraide et le dépassement de soi dans une sortie longue.
- La mise en valeur du patrimoine et de la nature via une moyen de transport différent.
- L'acquisition de compétences en orientation et dans la construction d'itinéraires.

Le vélo comme moyen de transport

Les jeunes, ayant déjà une certaine maîtrise de leur sécurité en vélo et des bases en sécurité routière, pourront lors de ce cycle se perfectionner et participer à l'élaboration d'un projet commun de sortie longue sur un ou plusieurs jours.

Programme élaboré en partenariat avec l'enseignant pour répondre au mieux à ses objectifs :

- 1 à 2 séances d'évaluation des connaissances en matière d'équipement de la sécurité et de la connaissance de matériel.
- 1 à 2 séances de perfectionnement en maîtrise du vélo.
- 1 à 2 séances d'orientation et environnement à vélo.
- 1 sortie assez longue de 2h en prévision de l'objectif final.
- 1 sortie sur un ou plusieurs jours.



CYCLES DE VTT



L'activité favorise :

- Les relations de groupe et les décisions négociées (2 enfants par bateau).
- La découverte de l'environnement et des phénomènes météo.
- La confrontation aux risques face à un environnement particulier (plan d'eau). Respect des consignes de sécurité.
- Mobilisation de connaissances interdisciplinaires : en géométrie, (vecteurs, forces en présence...), en Mathématiques, en Géographie (météo, cycles de l'eau, cartographie...), en Histoire (histoire de la navigation...), en Français (vocabulaire...), et bien sûr, en EPS.

Une activité aux multiples formes de pratique

La Fédération Française de Voile valorise, au travers de sa démarche d'enseignement, différentes formes d'entrées dans l'activité et peut ainsi répondre aux motivations très diverses des élèves ou aux projets des enseignants.

Possibilité de faire certaines séances en Voile radio commandée, pour diversifier les apprentissages ou comme replis en cas de conditions météorologiques difficiles.

Programme élaboré en partenariat avec l'enseignant pour répondre au mieux à ses objectifs :

- Apprendre l'équilibre et la propulsion sans voile. (Exercices ludiques, jeux).
- Être capable de préparer le bateau, réaliser un parcours simple, ranger son bateau, et contrôler le voilier à l'arrêt.
- Acquérir du vocabulaire marin.
- Acquérir de nouvelles compétences sur des parcours diversifiés et progressifs.
- En fin de cycle, les élèves deviennent autonomes sur des parcours définis.



CYCLES DE PARCOURS D'ORIENTATION

Adapté aux élèves des
classes de CE1 / CE2 /
CM1 / CM2 / 6ème / 5ème /
4ème / 3ème

La course d'orientation peut permettre de développer la conduite motrice et est un moyen d'accès à la culture des Activités Physiques de Pleines Nature.

La pratique de la course d'orientation s'inscrit dans les programmes d'EPS et contribue à l'acquisition des compétences pour développer la conscience de ses actes, l'entraide, la connaissance de corps humain, de l'environnement et de la géographie.

*Possibilité de délocaliser les séances dans d'autres lieux, pour augmenter la capacité des jeunes à se repérer dans de nouveaux endroits, avec une nouvelle carte.





L'activité favorise :

- Le repère dans l'espace.
- La connaissance sur l'environnement.
- La connaissance sur soi-même et les autres.
- La différenciation entre la précipitation et la précision.
- La mémoire.
- La répartition du travail.
- Les apprentissages interdisciplinaires : (Edu-
cation
- Civique, Français, Mathématiques, Géogra-
phie, Nature, Sciences, Histoire..)

Vers la coopération et le repérage dans l'espace et le transfert des acquis sur différents sites :

L'enfant reçoit un support d'orientation (généralement une carte et une boussole) et doit trouver des balises. Il doit être capable de s'orienter avec son support et d'échanger son avis avec les autres. L'enfant doit également tenir en compte de l'environnement qui l'entoure et des autres coéquipiers qui l'accompagnent.

Programme élaboré en partenariat avec l'enseignant pour répondre au mieux à ses objectifs :

- 1 séance découverte des lieux et de l'activité.
- 1 séance liée à l'apprentissage en classe.
- 1 séance "différencier précipitation et précision".
- 1 séance sur la mémoire.
- 1 séance sur l'utilisation de la boussole (suivant l'âge et les acquis).
- 1 séance récapitulative des précédentes.

CYCLES MULTI-ACTIVITÉS A LA CARTE EN INITIATION

Adapté aux élèves des
classes depuis le CP
jusqu'au lycée



Le but ici est de construire un cycle basé sur la découverte de plusieurs activités, pour travailler les compétences sportives en lien avec le socle commun de connaissances, de compétences et de culture. Par l'initiation ou la progression sur 2 séances. Nous souhaitons proposer dans ce cycle des rapprochements pertinents entre activités ou de faire du lien avec des événements particuliers (jeux olympiques, ect.). Ce projet peut constituer un projet d'établissement, pour aboutir à un mini-raid interclasses. Nous pouvons construire ce projet ensemble pour répondre à vos attentes.





L'activité favorise :

- L'entraide et la cohésion de groupe.
- L'acquisition de compétences multiples.
- Les apprentissages interdisciplinaires : enseignement moral et civique, français, technologie, mathématiques, géographie, nature, sciences, histoire.
- Éventuellement : restitution lors d'un défi sous forme de mini-raïd.

La diversité pour multiplier les compétences

Kayak / VTT / Voile / Paddle / Tir à l'arc / Sarbacane / Orientation / Découverte nature

Programme élaboré en partenariat avec l'enseignant pour répondre au mieux à ses objectifs :

- 1 à 2 séances d'évaluation des connaissances en matière d'équipement et de sécurité.
- 1 à 2 séances de perfectionnement en pilotage.
- 1 sortie assez longue de 2h en prévision de l'objectif final.
- 1 sortie sur 1 ou plusieurs jours.

*Attention : pour toute activité nautique, les enfants doivent impérativement savoir nager 25 mètres ou être au minimum titulaire du test anti-panique passé en piscine.





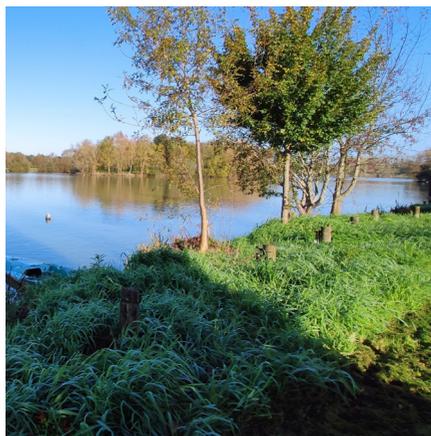
CYCLES DE DÉCOUVERTE DU MILIEU NATUREL

Adapté aux élèves des
classes de CP / CE1 / CE2 /
CM1 / CM2 / 6ème

Conscients des enjeux de demain, nous proposons avec ce cycle d'accompagner l'élève et la classe dans une approche de la biodiversité. Il s'agira ici, d'apporter des compétences et du contenu pédagogique menant à la compréhension et l'évolution des paysages, à la mise en valeur de la gestion des environnements et à l'éducation au développement durable du jeune, en apprenant à réduire, réutiliser, recycler.

L'activité favorise :

- L'entraide et la cohésion de groupe.
- La découverte de l'environnement et des phénomènes météo.
- La connaissance de la nature et la biodiversité.
- La pratique du recyclage.
- La gestion des déchets.





Aborder la diversité de la faune et de la flore

Différentes approches suivant le programme lié au cycle d'apprentissage ou au projet de classe :

- Les arbres : découvrir l'écosystème forestier, la faune et la flore aux différents étages de la forêt.
- Les zones humides : connaître le cycle de vie et la biologie des poissons du plan d'eau du chêne. De la diversité de la faune et de la flore des zones humides et notamment des ripisylves.
- Histoire et patrimoine : origines et histoire du plan d'eau par rapport à la région.
- Sens en éveil : découvrir et apprendre la nature en utilisant chaque sens, identifier cueillir et/ou apprendre à cuisiner des plantes comestibles.
- Arts et nature : fabrication d'objets et instruments de musique, land art (art éphémère).
- Les oiseaux : observation et compréhension du cycle de vie des différents oiseaux visibles autour du plan d'eau.
- Rallye Nature : faire un bilan des connaissances acquises sur la nature par un jeu de piste.

Le projet fera l'objet d'une construction préalable avec les enseignants.

- 1 à 2 séances d'apprentissage du territoire.
- 1 à 2 séances sur la gestion des déchets et pratique de recyclage.
- 1 séance sur l'observation des oiseaux et découverte de la biodiversité.
- 1 séance récapitulative des précédentes.



**ATHLÉTISME,
NOUVEAUX SPORTS,
SPORTS COLLECTIFS,
SPORTS DE
RAQUETTE,
JEUX D'OPPOSITION**

Contribution A la mise en
oeuvre de l'activité
physique et sportive

Ces activités favorisent :

- Le développement des capacités motrices de l'enfant.
- La découverte de nouveaux sports.
- Le perfectionnement et la compréhension dans des sports connus.
- Le rapport à l'autre et le respect dans les limites fixées par les règles du jeu.

Pour aller plus loin :

Fort des compétences multiples de ses encadrants, CAP Sports et Nature propose également d'accompagner les écoles dans la pratique sportive à l'année, pour travailler les compétences sportives générales en lien avec le socle commun. En utilisant notamment les nouveaux sports comme supports pédagogiques.





AUTRES POSSIBILITES ACTIVITES JOURNEES

Régate optimist.
L'enfant apprend à diriger
et à être autonome tout en
pratiquant un sport de loisir.

CAP Sports et Nature c'est aussi :

La possibilité de vous accueillir pour une simple journée sportive et conviviale de fin d'année sous différentes formes : mini-raïd sportif, initiation à nos activités, journées d'intégration ou de fin d'année.

N'hésitez pas à nous contacter pour tout projet spécifique ou demandes de renseignements.

Régate optimist : L'enfant apprend à diriger et à être autonome tout en pratiquant un sport de loisir.



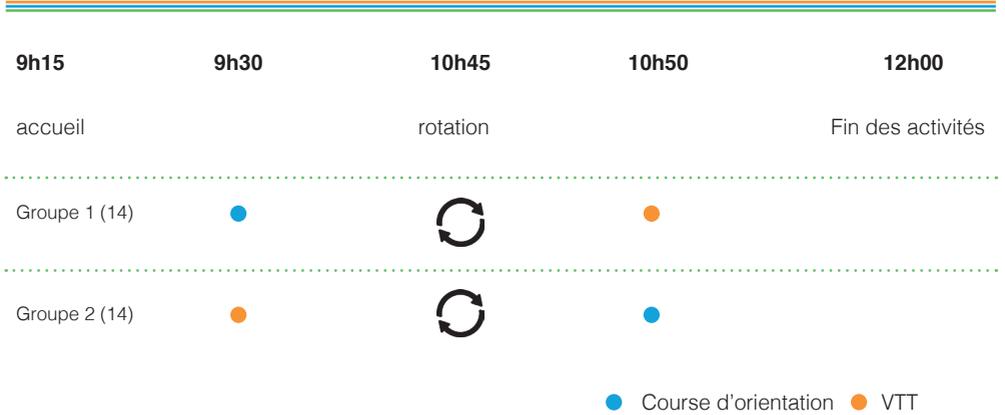
NOS TARIFS 2020

MULTI-ACTIVITES A LA CARTE : (Demi-journée en demi-groupe)

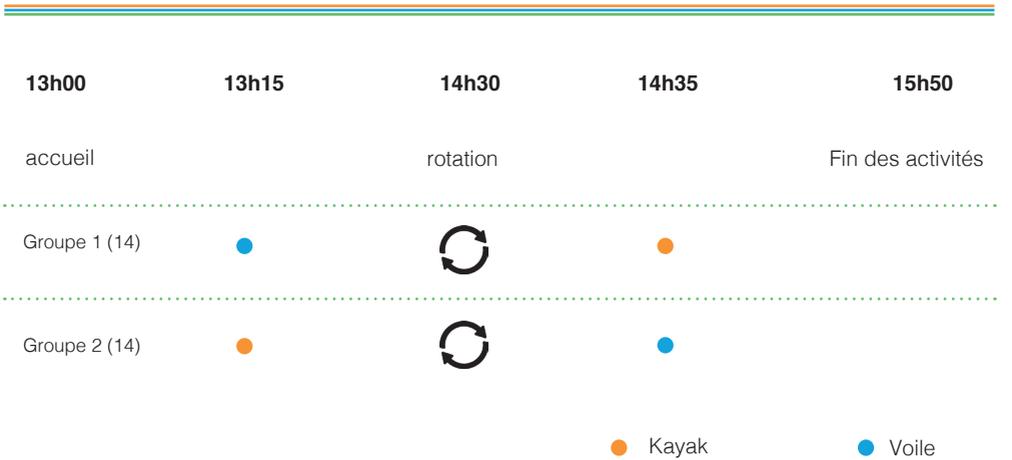
VTT	240€
VOILE	240€/1h15 ou 420€/2h
COURSE D'ORIENTATION	200€
KAYAK	220€
DÉCOUVERTE NATURE	220€
TIR A L'ARC	200€
SARBACANE	200€

-
- **VTT :** 240€ / 2h30
Classe entière sur une demi-journée
(2 rotations de 1h15 par demi-classe)
Nous consulter pour un projet délocalisé (Supplément de 30€)
 - **Voile :** 240€ / 2h30
Classe entière sur une demi-journée
(2 rotations de 1h15 par demi-classe)
Possibilité classe entière
 - **Cycles itinérance VTT :** 240€ / 2h30
Classe entière sur une demi-journée
(2 rotations de 1h15 par demi-classe)
Nous consulter pour un projet délocalisé (Supplément de 30€)
 - **Cycles d'apprentissage voile :** 240€ / 2h30
Classe entière sur une demi-journée
(2 rotations de 1h15 par demi-classe)
 - **Course d'orientation :** 200€ / 2h30
Classe entière sur une demi-journée
(2 rotations de 1h15 par demi-classe)
Nous consulter pour un projet délocalisé (Supplément de 30€)

EXEMPLE MATINEE Classe de 28



EXEMPLE APRES-MIDI Classe de 28





☎ 02 40 36 85 79

✉ capnature@capsn.org

CAP Sports et Nature
CAP'Nature
1, route du Lac
44450
St-Julien de Concelles

 @capsportsetnature

 www.capsn.org

 @capsportsnature