SPORTS DE NATURE

Education au plein air

- Ecole de sports, école de plein air, séjours / stage, structures éducatives partenaires

- 5 savoirs fondamentaux :
  - ✓ Savoir se déplacer en terrain varié
  - ✓ Savoir rouler et glisser
  - ✓ Savoir s'orienter
  - ✓ Savoir nager
  - ✓ Savoir porter secours

  Autres pratiques : activités scientifiques, bivouac – mini camp, itinérance, connaissance des milieux, … .

Savoir se déplacer en terrain varié

Mobiliser des ressources physiques, psychologiques et un répertoire moteur enrichi, permettant d'adapter son comportement et son déplacement aux contraintes d'un environnement naturel.

Grimpe d'arbre

Emprunter le plus court chemin pour atteindre la cime d'un arbre et découvrir la nature avec le point de vue des écureuils.

Slackline

Une sangle tendue au dessus du sol ou de l'eau, la slackline peut se pratiquer en intérieur comme en extérieur. Accessible à tous, elle développe le sens de l'équilibre, la concentration et la maîtrise de la respiration.

Parcours nature et marche nordique

Marcher, courir ou franchir des obstacles sont des éléments essentiels dans les parcours d'éveil athlétique, les randonnées et les courses nature. Petits et grands développent ainsi leur aisance à se déplacer en terrains variés et découvrent les richesses du territoire.

Savoir rouler et glisser

Education précoce au vélo, découverte des activités de glisse
Toutes activités qui vont modifier/perturber les postures d'équilibre traditionnelle du terrien : la patinette, le roller, et toutes activités de glisse : ski, surf, ….

Le savoir rouler doit également donner des connaissances et des compétences à l'enfant pour favoriser une utilisation du vélo dans ses déplacements quotidiens et notamment le sensibiliser aux règles et aux dangers de la mobilité urbaine.

Savoir s'orienter

Savoir construire et anticiper un déplacement, un itinéraire : d'un point de départ vers un point d'arrivé dans un environnement parfois inconnu et à l'aide d'outil.
Une démarche éducative vers l'éducation à l'autonomie et la sécurité active.
Un moment privilégié d'éducation à l'environnement et donc à la sensibilisation et à la protection des milieux.

Savoir nager

Apprentissage sécuritaire, indispensable pour la prévention des noyades ;
Indispensable pour découvrir le plaisir de l'eau et pour envisager l'approche de toutes activités nautiques : kayak, voile, stand up paddle, …

Savoir porter secours.

S’engager dans une démarche d’éducation citoyenne, au travers la promotion de formation/sensibilisation aux premiers secours.
Aborder ces savoirs à minima dans une démarche de sensibilisation, de compréhension des risques inhérents à la pratique d’activités sportives de nature, puis par la suite vers l’apprentissage de conduite à tenir face à une situation d’urgence.

Développer des outils et des supports pédagogiques, des formations à destination des animateurs, des éducateurs en charge de la mise en œuvre de ces projets (*fiches pédagogiques grimpe d'arbres, orientation, slackline, vélo et VTT,…)*

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
MINISTÈRE DE LA VILLE, DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS

Pôle Ressources National
SPORTS de NATURE

Ce projet s'inscrit pleinement dans les politiques publiques actuelles du Ministère des Sports.

Il bénéficie du soutien du PRNSN dans le cadre du projet

« Sports de Nature. Tous dehors ! »