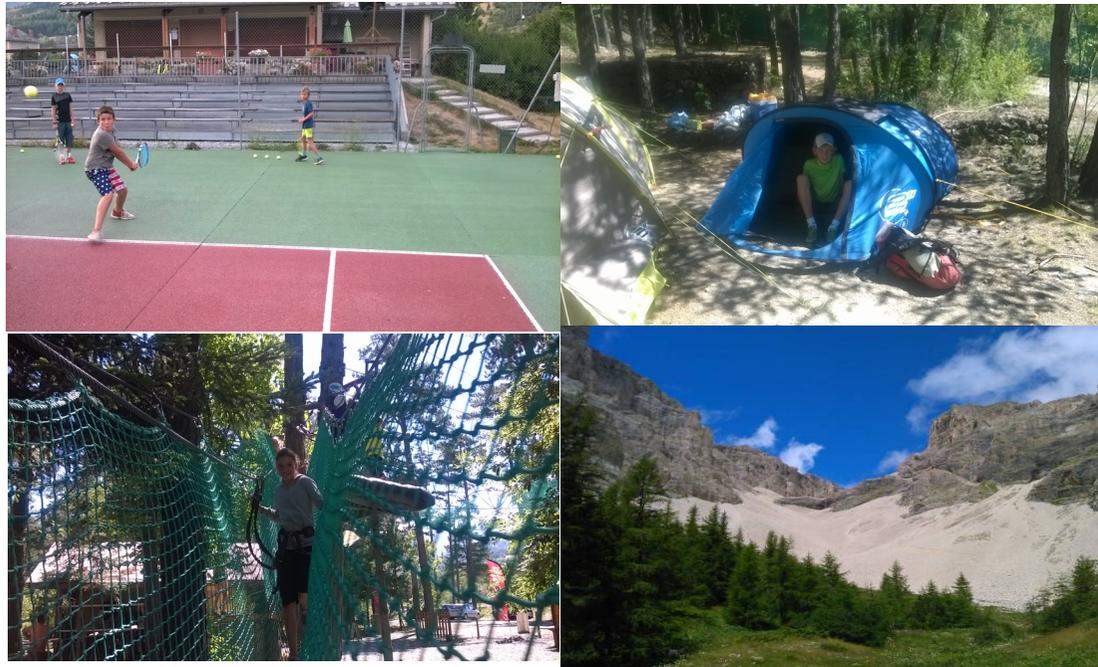


# Stage tennis et activités de montagne du 23 juillet au 30 Juillet 2018



Dans le Dévoluy  
Hautes Alpes  
organisé par Yann Benard

# Présentation

Au programme de ce stage :

- Tennis
- tournois tennis
- acrobranche
- Randonnée, observation marmotte
- Baignade,
- Fabrication arc et flèches
- Jeu du loup Garrou

(voir programme en pièce jointe)

## Objectif:

L'objectif de ce stage est de permettre aux enfants de progresser au tennis, de s'épanouir, de prendre du plaisir et de se rapprocher de la nature. Nous souhaitons également mettre en avant le fait que le sport doit être une activité où l'enfant développe des qualités physiques afin de pouvoir devenir «créateur en utilisant ses propres aptitudes » Il nous paraît aussi essentiel que l'enfant apprenne à se connaître (mentalement et corporellement) et à utiliser son corps.

**La pédagogie utilisée dans l'enseignement du tennis sera la pédagogie Soyez P.R.O (Poser, Respirer, Oser). Plus de détails en pièce jointe.**

Voici ci-dessous les détails du déroulement du stage. Avec en Détail le programme, chaque activité proposée, l'hébergement, l'inscription...

**infos : Yann 06.74.46.10.19 ou [yannbena@free.fr](mailto:yannbena@free.fr)**

## Thème du séjour

### Coopération et bienveillance

Mon intention est que les enfants puissent s'épanouir et grandir à travers ce stage. Et pour cela chacun à besoin d'apprendre à coopérer à travers un groupe pour évoluer dans la bienveillance avec lui même et avec les autres.

Pour ceci nous mettrons en place

- Tous les matins à 9h15 un moment d'échange en groupe ou chacun pourra faire un retour sur les difficultés ou les choses qui positives afin de trouver une solution en groupe pour que chacun se sente bien dans le séjour.
- Des règles de respect et de vivre ensemble que l'on établira ensemble avec les enfants et qui seront affichés dans le camp
- Une écoute et une observation spécifique pour être à l'écoute du rythme de chacun (état de fatigue, état émotionnelle)
- Apprendre aux enfants à prendre soin d'eux même et des autres en gardant leur espace de vie (tente ou gîte) propre ou rangé. Avec tous les jours un moment avec les encadrants qui aideront les enfants à ranger leur espace.
- Les éducateurs veilleront à ce que chaque jour les enfants prennent bien leur douche et se brossent bien leur dents et se couchent à l'heure définie.

## Les entraînements Tennis:

L'activité tennis se déroulera sur les terrains de tennis de Saint Etienne en Devoluy. Ils sont situés à environ 5mn du camping à pied où nous allons loger. Nous aurons 2 courts disponibles.

Les entraînements tennis auront pour objectif de se préparer aux petits tournois de la semaine.

Un tournoi sera organisé en début de semaine et à partir de là les joueurs décideront eux même le secteur de jeu qu'ils veulent travailler.

Ils seront réparties sous la forme de grands axes :

Le calme, la technique, le plaisir, la concentration, le détachement, le jeu, la connaissance de soi, la gestion des émotions, la respiration, le rythme, l'oeil (anticipation)



*Philémon à l'entraînement...*

## les activités annexes au tennis

### Objectif :

- Développer des qualités motrices qui rendront les enfants plus performant et plus adaptables dans leur pratique de tennis.
- Développer un état d'esprit sportif. Développer la passion du jeu et du sport
- Varier les activités, prendre du plaisir, sortir de « la routine ».
- développer l'état d'esprit de groupe.

# Acrobranche

Nous pratiquerons l'acrobranche dans le site de Superdevoluy ou de la Joue du Loup

Plusieurs parcours seront possibles selon le niveau et la taille de l'enfant.



*Manon en fin de parcours.*

..

## **Intérêt :**

*Adresse, utiliser son corps, coordination, souplesse  
sensation forte, dépasser ses peurs ; gérer ses émotions*

# Randonnée observation marmotte

Nous irons faire une randonnée pour découvrir les magnifiques paysages du massif du Dévoluy et observer les marmottes

Nous **serons guidés par un professionnel accompagnateur en montagne** qui nous emmènera observer les marmottes !

Intérêt :

*Travail de l'endurance, coordination, connexion à la nature, esprit de groupe*



# Baignade

Nous irons nous baigner dans un lac du Sautet sur un après midi.

Nous irons au lac du Sautet à Corps. Nous irons sur la plage qui est surveillée par un maître nageur.

## Intérêt :

*Se relaxer, nager, se coordonner*

*Bien être, s'amuser dans et avec l'eau.*



*Lac du Sautet*

# jeu de la gamelle

Un jeu bien aimé des enfants qui sera fait sur une demi journée mais aussi en cas de temps libre au camping...

Ce jeu très simple à mettre en place est adoré des enfants. La règle est simple, c'est comme un cache cache. Le chercheur à un ballon a coté de lui, compte jusqu'à 30 et doit ensuite retrouvé les cachés. Une fois vu il doit mettre le pied sur le ballon et dire le nom de l'enfant démasqué !

Mais attention si un des enfants cachés réussit à taper dans le ballon sans être vu il délivre tous les prisonniers...

## intérêt:

Se déplacer

courir

ramper

se coordonner

Sens de la stratégie

Observation, patience, malice

s'amuser



*Pablo explique la règle aux enfants*

# Jeu du loup garou

Un jeu de rôle qu'affectionne les enfants. Tout le monde est assis autour d'une table. On distribue une carte à chacun. Chacun est un membre du village, sauf que certaines cartes sont spéciales, loup Garou, sorcière, voyante...

Le maître du jeu demande à tout le monde de fermer les yeux, tout le monde s'endort...; les loup garous ouvrent les yeux, désignent leur victimes discrètement sans ouvrir la bouche et se rendorment, la sorcière peut ressusciter, la voyante peut ouvrir les yeux en cachette...

Un peu plus tard, tout le monde ouvre les yeux, c'est le lendemain dans le village, le débat est ouvert. Qui a tué la victime chacun s'exprime et les villageois tuent une personne en espérant que ça soit bien un loup garou... !

## intérêt:

Sens de la stratégie, observation, patience, malice, jouer un rôle, être créatif, s'amuser



*Les enfants en plein jeu du loup garou...*

# Equipe pédagogique

**Yann Benard:**

**Fonction:** Responsable du séjour

**Age:** 38ans

**Diplôme**

DE tennis

Formation soyez P.R.O avec Ronan Lafaix (coach de haut niveau et préparateur mental) niveau 1,2,3

Formateur de pratique de développement personnel (mouvements, émotions..)

**Expérience tennis:** classé 15

Yann est moniteur de tennis depuis maintenant 8 ans.

Sept années de suite, Il a organisé des stages multi-activités dans les hautes-Alpes et des stages «tournée de tournois » sur la côte Atlantique.

Il a donc une expérience de ce type de séjours.



*Yann benard*

**Et d'autres moniteurs expérimentés selon le nombre d'inscrits...**

# Hébergement:

L'hébergement se fera sous gîte ou sous tentes dans le camping  
« camping des Auches » à Saint etienne en Devoluy

Le gîte est composé de 3 pièces avec dortoir (1 pour animateurs, pour garçons, 1 pour filles)

Les enfants peuvent être 1,2 ou 3 par tente. (les tentes sont à fournir par les participants)

Le camping est calme et familial. Le camping est à proximité de la nature.  
L'altitude de Saint etienne en Devoluy est de 1400m



*Camping des Auches*

# Intendance

## Transport

Nous utiliserons plusieurs véhicules. Au moins un mini bus puis en fonction du nombre de participants, une voiture et, ou un autre mini bus.

## Voyage aller et retour

Nous utiliserons peut être également un espace ou jumpy pour le matériel pour les trajets aller et retour, si le nombre de participants est important afin d'alléger les mini bus.

Le site du stage est situé à environ 2 heures de route.

### **Aller : Départ 9h00**

Nous arriverons donc sur place vers 12h00.

### **Retour : départ 14h. Retour 17h.**

# intendance

## Restauration

la restauration sera effectuée dans le gîte par les animateurs. Une équipe de 2 ou 3 jeunes sera désignée chaque jour pour aider à faire la cuisine.

Les repas seront pris sous une grande tente marabout

**Les repas seront équilibrés. Nous essayerons d'utiliser dans la mesure du possible des produits sains et des produits locaux.**

# intendance

## Repas

Chaque jour nous proposerons :

Petit déjeuner : (au choix): céréales, chocolat chaud, lait chaud ou froid, confiture, pain, beurre, jus de fruits...

### Déjeuner:

- salade (verte, carottes, tomates...)
- plat chaud. Féculent, légumes et viandes ou poissons (purée, couscous, poissons...)
- Fromage
- Dessert ou fruit.

Ou

repas pique pique nique (sandwiches, salade, fruits...)

### Goûter :

- Pain, chocolat, gâteau, fruit, brioches...

### Dîner:

- salade (verte, carottes, tomates...)
- plat chaud. Féculent, légumes, jambon...
- yaourt, Dessert ou fruit.

# tarif, inscription

**coût du stage: 450 euros**

## **Inscription:**

- s'inscrire avant le 30 avril 2018. Remplir la fiche d'inscription, et joindre le règlement total ou un Acompte de 100 euros (chèque à l'ordre du TCS).
- Fin du règlement (si ce n'est pas fait) avant le 15 juin 2018.
- Possibilité de payer en plusieurs fois. A voir avec les organisateurs. Date d'encaissement des chèques à voir avec les organisateurs (avant le début du stage)
- Possibilité d'utiliser l'aide CAF ou d'autres types d'aides (voir avec Yann)

## **Politique d'annulation après inscription**

- entre avril et mai 2018 remboursement de l'intégralité du déjà versé **seulement sur présentation d'un certificat médical stipulant l'impossibilité physique de participer au stage.**

-après mai 2018 remboursement de 350 euros **seulement sur présentation d'un certificat médical stipulant l'impossibilité physique de participer au stage.**