

# LA PROGRAMMATION

## DU 13/09 > 18/10 (6 SÉANCES)

- 3/5 ans > Motricité et jeux traditionnels
- 6/9 ans > Thèque et baseball
- 10/12 ans > Thèque et baseball

## DU 8/11 > 20/12 (7 SÉANCES)

- 3/5 ans > Tennis et gymnastique
- 6/9 ans > Badminton et lutte
- 10/12 ans > Badminton et lutte

## DU 10/01 > 7/02 (5 SÉANCES)

- 3/5 ans > Basketball
- 6/9 ans > Basketball
- 10/12 ans > Basketball

## DU 28/02 > 3/04 (6 SÉANCES)

- 3/5 ans > Athlétisme
- 6/9 ans > Athlétisme
- 10/12 ans > Athlétisme

## DU 24/04 > 12/06 (6 SÉANCES)

- 3/5 ans > Vélo
- 6/9 ans > Vélo
- 10/12 ans > Vélo



# LES INFORMATIONS PRATIQUES

## LES HORAIRES

- 3/5 ans > 15 h 30 à 16 h 15
- 6/9 ans > 16 h 30 à 17 h 30
- 10/12 ans > 17 h 30 à 18 h 30

## LES PLACES DISPONIBLES

- 3/5 ans > 12 places
- 6/9 ans > 14 places
- 10/12 ans > 14 places

## LES TARIFS

Âge	Habitants Pays de l'Ourcq		Habitants hors Pays de l'Ourcq	
	1 <sup>er</sup> enfant	2 <sup>e</sup> enfant et +	1 <sup>er</sup> enfant	2 <sup>e</sup> enfant et +
3/5	90 €	81 €	100 €	90 €
6/12	95 €	85,50 €	105 €	94,50 €

- Règlements acceptés : espèces, carte bleue, chèque à l'ordre de « Régie de recettes sports » ou coupons sports.
- Le formulaire d'inscription doit être obligatoirement rempli. Téléchargez-le sur [www.paysdelourcq.fr](http://www.paysdelourcq.fr)

## INFORMATIONS

- Tél. 01 60 61 55 00
- [sport@paysdelourcq.fr](mailto:sport@paysdelourcq.fr)



# ÉCOLE MULTISPORTS DU PAYS DE L'OURCQ

SAISON 2023-24

[WWW.PAYSDEL'OURCQ.FR](http://WWW.PAYSDEL'OURCQ.FR)

Appli PanneauPocket  /CC du Pays de l'Ourcq

  /CCPaysOurcq

Pays de  
l'Ourcq  
Communauté de communes

« Mettre en place une école multisports intercommunale permet de développer la pratique pour tous, la mixité et faire le lien avec les associations sportives. »

## LE SPORT, ÉLÉMENT DE CONSTRUCTION FONDAMENTAL

Les activités physiques et sportives constituent un élément important de l'éducation, de la culture, de l'intégration et de la vie sociale. Elles contribuent notamment à la lutte contre l'échec scolaire et à la réduction des inégalités sociales et culturelles, ainsi qu'à la santé.

### POUR QUI ?

L'École Multisports du Pays de l'Ourcq (EMPO) s'adresse aux enfants de 3 à 12 ans.

### COMMENT ?

L'EMPO fonctionne le mercredi de 15 h 30 à 18 h 30 (hors vacances scolaires) au gymnase Roger BRICOGNE, place du Champivert à Crouy-sur-Ourcq.

Le programme comprend 4 à 6 cycles d'activités différentes, composés de 5 à 6 séances (environ 32 semaines). Les activités sont assurées par Cédric, éducateur sportif diplômé d'État.

## LES FAMILLES D'ACTIVITÉS

### JEUX DE CROSSE

*Polo, hockey, crosse québécoise, base-ball...* La pratique des jeux de crosse développe la coordination d'actions en déplacement, en fonction des trajectoires des balles ou palets et des positions des partenaires et adversaires.



### JEUX ATHLÉTIQUES

*Vers l'athlétisme.* Situations variées de sauts (hauteur, longueur...), de lancers, de courses (vitesse, endurance, obstacles...) pour développer les capacités motrices de l'enfant, lui permettre de mieux maîtriser son corps dans l'espace et acquérir une efficacité dans le geste.



### JEUX D'OPPOSITION

*Judo, karaté, boxe...* Par l'apprentissage de règles liées à la sécurité et au respect de l'autre, l'enfant, par des combats dirigés et des jeux, accepte le contact et la chute dans une opposition. Il construit ses rapports à autrui et apprend à gérer ses émotions.

### JEUX COLLECTIFS

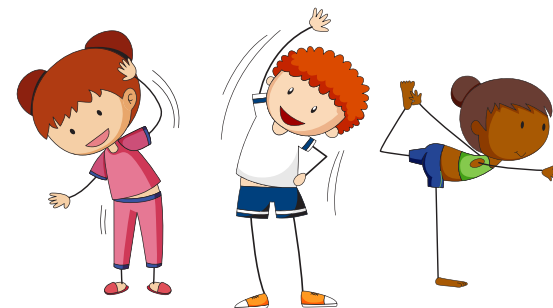
*Handball, volleyball, football, rugby, basketball, tennis-ballon...*

Les jeux collectifs sont un moyen éducatif, l'apprentissage technique n'étant pas l'objectif principal. Avec ces jeux, on développe l'adresse et la coordination, l'apprentissage des connaissances sur les rôles et statuts des joueurs, la compréhension de l'espace et des stratégies individuelles et collectives.



### JEUX CORPORELS ET ACTIVITÉS GYMNIQUES

*Acrogyrn, gymnastique au sol, expression corporelle, gymnastique rythmique...* Les jeux corporels amènent les enfants à la connaissance de leur corps et à l'organisation de leurs possibilités motrices. Par l'aménagement de parcours ludiques et sécurisés, ils découvrent au fur et à mesure de nouvelles actions motrices (sauter, rouler, rebondir, se suspendre, s'équilibrer...).



### JEUX D'ADRESSE, DE CIRQUE & DE RAQUETTES

*Ping-pong, tennis, badminton...* Cette famille d'activités permet à l'enfant de perfectionner sa créativité et de solliciter son imagination à travers les jeux de cirque. Les jeux d'adresse développent les aptitudes motrices telles que la précision, l'habileté manuelle, la vision de l'objet en mouvement et la coordination des sensations visuelles, tactiles et auditives.



### JEUX DE PLEINE NATURE

*Orientation, VTT, canoë, randonnée...* La nature est un cadre favorable pour satisfaire le besoin d'évasion, de découverte et de curiosité de l'enfant. Les difficultés rencontrées et la confrontation avec le risque « maîtrisé » représentent la véritable « école de la sécurité ». Aux travers de situations pédagogiques, l'objectif est de permettre à l'enfant d'apprendre ses limites et ses possibilités, l'amener à prendre conscience de ses actes et de leurs conséquences pour lui et pour les autres et le rendre respectueux de l'environnement.

