

JOUR 3 RENCONTRE ULIS/UEA

9 juin 2023 de 10h à 15h30

Plan du parcours « Santé, Bien-être et Performance »

SPORT POURQUOI ÇA MATCHE? Informer, sensibiliser et promouvoir l'accès aux activités physiques et sportives



SPORT ET INCLUSION

LES JOURNÉES DE L'ASH 2023

UEA de l'école de Montgaillard

Les valeurs de l'olympisme



EXCELLENCE

- Donner le meilleur de soi, sur le terrain ou dans la vie.
- Il ne s'agit pas seulement de **gagner**, mais surtout de **participer**, **progresser** par rapport à des objectifs que l'on s'est fixés, **s'efforcer de se dépasser** au quotidien



AMITIÉ

- Bâtir un monde meilleur et plus paisible grâce au sport, à la **solidarité**, à l'**esprit d'équipe**, à la **joie** et à l'**optimisme**.
- Considérer le sport comme instrument visant une **meilleure compréhension mutuelle** entre les individus et les peuples du monde entier, malgré les différences.

Découvrez les valeurs olympiques ! Un petit film d'animation pour approcher les valeurs du Mouvement Olympique...



RESPECT

- Volonté de **se respecter**, **respecter son corps**, **respecter les autres** et **les règles** ainsi que l'**environnement**.
- Dans le sport, le respect va de pair avec le **fair-play** et la lutte contre le dopage ou tout autre comportement contraire à l'éthique

Atelier n° 1

Découverte du Frisbee

S'initier à la maîtrise du lancer du disque pour découvrir le disc-golf et l'ultimate.

Atelier n° 2

Foot en milieu scolaire

Maîtriser un ballon, même rond, n'est pas si facile. En jouant au foot, ça le devient !

Atelier n° 3

Epreuves sportives combinées

Course à pied et tir couché au pistolet : vitesse et précision ne font pas toujours bon ménage ...

Atelier n° 4

Equithérapie

L'équithérapie, c'est l'art de soigner par la médiation du cheval. Apprendre à diriger un animal peut aider à dissiper ses craintes et améliorer l'estime de soi

Atelier n° 5

Parcours VTT

Le vélo est un moyen facile de pratiquer une activité physique régulière. A vos vélos pour un effort tout en équilibre et en agilité.

Atelier n° 6

Parcours psychomoteur

Explore à travers des parcours variés et évolutifs ta capacité à coordonner tes sens et tes actions.

Atelier n° 7

30 minutes d'activité physique quotidienne

Pratiquer une activité physique quotidienne contribue au bien-être et à la santé, conditions fondamentales pour bien apprendre.

Atelier n° 8

Flash Mob des élèves

Pour clôturer notre rencontre sportive réalisons ensemble et en musique une performance collective.



ENTRÉE

SORTIE



ACCUEIL

Hôpital de jour
Bâtiment administratif

LE CHÂTEAU



Espace IMP

Ateliers IMPro

WC



Gymnase

WC

WC

LA FERME

Les serres

Le ranch

Espace ITEP

DÉPART

A

- | | | | | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | | 5 | 6 | 7 | 8 |
| | | | | | | | | |
| 10h15 | 10h45 | 11h15 | 11h45 | 12h15 | 13h30 | 14h00 | 14h30 | 15h00 |