

# ACTIVITÉS SPORTIVES



## PARCOURS & PSYCHOMOTRICITÉ maternelles

Activité toute indiquée pour les petits qui font leur entrée dans la grande école. Dans un objectif parallèle au programme pédagogique, cette activité est composée d'un échauffement dynamique qui se poursuit dans un parcours avec diverses stations de jeux tous plus stimulants les uns que les autres et faisant appel à la psychomotricité de l'enfant. Comptines, chansons et relaxation complètent cette activité.



À partir  
de  
**129\$<sup>+tx</sup>**  
pour 12 semaines



### CLIENTÈLE ET RATIO

maternelles: 12 à 16

### LOCAUX

Gymnase, local libre ou extérieur gazonné

### L'ÉCHAUFFEMENT

Comme dans toutes les activités physiques, il faut d'abord préparer son corps à l'effort. C'est le moment idéal pour joindre l'utile à l'agréable, car les échauffements se font par le biais de jeux.

### LE PARCOURS

L'animateur du Club Récré-Action dirigera la séance d'activités selon un thème précis et ensuite les enfants développeront leurs nouvelles habiletés dans un parcours.

### LE RETOUR AU CALME

Toute bonne chose a une fin et il faut aussi apprendre à faire redescendre toute cette énergie!

