

Cycle 2

## ACTIVITÉS COMPLÉMENTAIRES POSSIBLES

Visite des fours à chaux de Regnéville-sur-mer

Visite des ports de Granville

Découverte des îles Chausey

Découverte du Mont-Saint-Michel, traversée de la baie avec un guide, visite de l'abbaye

Activités sportives : Char à voile, catamaran, escalade, équitation



Création graphique : **Communication** - 06 79 48 93 71 - RCS Caen 803 189 324. © Fotolia. Seul permis d'hydropédagogues. Photos non contractuelles. Ne pas jeter sur la voie publique.

## SÉJOUR NATATION

### PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Découvrir une nouvelle activité ou tout simplement se perfectionner ; plaisir et progression sont au programme de ce séjour. Les nageurs débutants pourront se familiariser sans crainte avec le milieu aquatique dans un cadre sécurisé. Les initiés amélioreront leur efficacité au niveau de l'équilibration, la respiration et la propulsion pour apprendre à nager plus vite et plus longtemps. Des activités « Découverte du littoral » menées par les animateurs techniques du centre complètent le planning du séjour.



### NOTRE CENTRE D'ACCUEIL



CENTRE « LES SALICORNES »  
22 avenue de la Bréquette  
50590 Montmartin-sur-mer



### INFORMATIONS & RÉSERVATIONS :

#### ADPEP DE LA MANCHE

classe@pep50.fr  
02 33 57 95 81  
www.pep50.fr

SOLIDARITÉ ÉGALITÉ CITOYENNETÉ LAÏCITÉ







# ACTIVITÉS PROPOSÉES PENDANT LE SÉJOUR



## Natation

**Lieu de l'activité :** Bassin d'apprentissage du centre 12.50m sur 6.50m  
Profondeur : 0.60m à 1.30m Effectif/séance : 18 élèves

**Durée de la séance :** 40 minutes

### Objectifs cycle 2 :

- Découvrir et se familiariser au milieu aquatique : se déplacer sans reprise d'appui
- Comprendre le principe de la flottaison, de la respiration aquatique, s'immerger, se déplacer sous l'eau
- Prendre confiance en milieu aquatique et maîtriser ses réactions émotionnelles

### Objectifs cycle 3 :

- Consolider les acquis : déplacement, immersion, flottaison
- Travailler sur l'équilibre ventral et dorsal avec propulsion
- Maîtriser la respiration aquatique et maîtriser ses réactions émotionnelles

**Déroulé :** 1 à 2 séances journalières sous la surveillance d'un MNS du centre  
Aide à la préparation des séquences : tests, mise en place des ateliers  
Documents fournis : grille d'évaluation pour l'enseignant, livret de compétences élève



## Observation et classification des espèces marines Étude de la notion de chaîne alimentaire

**Lieu de l'activité :** Sur le centre

**Durée de la séance :** 1h30 à 2h

### Objectifs principaux :

- Identifier les espèces et classer les animaux du milieu marin
- Comprendre la notion de chaîne alimentaire

**Déroulé :** Manipulation des animaux de l'aquarium : bacs tactiles  
Ateliers ludiques autour de la classification et des chaînes alimentaires  
Séquence vidéo : observer les animaux d'un aquarium grâce à une mini-caméra branchée sur une TV



## Étude de la laisse de mer

**Lieu de l'activité :** Sur la plage, à 300 mètres du centre

**Durée de la séance :** 2h

### Objectifs principaux :

- Étudier les êtres vivants dans leur environnement
- Sensibiliser à la préservation du littoral et au développement durable
- Comprendre l'impact des activités humaines sur le littoral

**Déroulé :** Collecte, identification et tri des différents éléments de la laisse de mer (animal, végétal, minéral, humain)  
Appropriation des gestes pour respecter la fragilité du milieu



## Initiation à la pêche à pied

**Lieu de l'activité :** En classe et sur l'estran

**Durée de la séance :** 1h30 à 2h

### Objectifs principaux :

- Observer et comprendre le phénomène des marées
- Découvrir les techniques et les caractéristiques de la pêche à pied
- Découvrir la faune marine locale
- Sensibiliser à la préservation de l'environnement

**Déroulé :** Observation sur site à marée haute et marée basse  
Lecture d'un annuaire des marées  
Collecte d'animaux vivants dans le respect du milieu



## Land Art

**Lieu de l'activité :** Sur la plage, à 300 mètres du centre

**Durée de la séance :** 1h30 à 2h

### Objectifs principaux :

- Aborder le mouvement artistique Land Art et le caractère éphémère des œuvres
- Développer la créativité
- Apprendre à observer et respecter l'environnement

**Déroulé :** Découverte d'œuvres phares du mouvement Land Art  
Collecte et réalisation d'une œuvre in situ individuelle ou collective avec des éléments naturels dans le respect de l'environnement



## Lecture du paysage

**Lieu de l'activité :** En classe et sur la plage

**Durée de la séance :** 45 minutes

### Objectifs principaux :

- Identifier les différents éléments du paysage : le paysage naturel, les indices de son évolution et de l'empreinte de l'homme
- Se repérer sur une carte et dans l'espace
- Tracer un croquis

**Déroulé :** Approche sensorielle (ressenti) du paysage et approche visuelle pour une description fine de l'organisation de ses éléments (croquis, vocabulaire spécifique)



## Jeu « Orientation/découverte du centre »

**Lieu de l'activité :** Sur le centre

**Durée de la séance :** 1h

### Objectifs principaux :

- Savoir lire un plan pour localiser un point défini

**Déroulé :** Parcours par équipe sur le centre pour localiser un endroit particulier et répondre à un questionnaire



## Étude des prés-salés

**Lieu de l'activité :** À proximité du centre et sur le centre

**Durée de la séance :** 1h30 à 2h

### Objectifs principaux :

- Découvrir un havre, étudier un milieu spécifique maritime et terrestre : faune et flore
- Sensibiliser à la préservation du milieu

**Déroulé :** Observation d'un havre, d'une porte à flots  
Moulage d'empreinte  
Réinvestissement des connaissances sur une maquette prés-salés grand format



## Étude des dunes

**Lieu de l'activité :** À proximité du centre

**Durée de la séance :** 1h30 à 2h

### Objectifs principaux :

- Comprendre la formation et le rôle des dunes
- Découvrir la faune et la flore dunaires
- Sensibiliser à la préservation de l'environnement

**Déroulé :** Approche sensorielle et ludique du milieu dunaire  
Recherche d'espèces et de traces du vivant