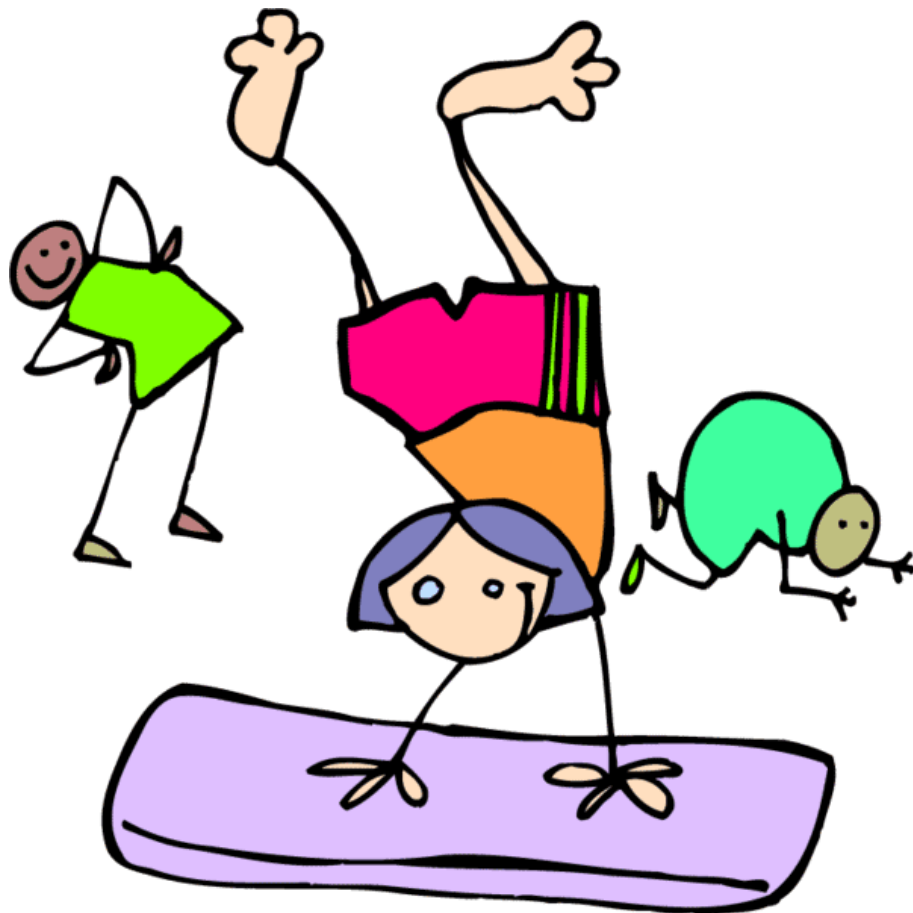


Guide des Prestations

ENFANTS À partir de 3 ans



Tarifs à la demande sur rdv, selon prestations souhaitées.

Pourquoi proposer de faire découvrir les activités physiques aux enfants ?

L'activité physique est possible dès 3 ans, elle prend alors la forme du jeu !

Elle permet notamment à l'enfant :

- De construire les actions motrices essentielles
- D'élargir le champs de ses expériences
- De développer ses capacités physiques
- De partager avec ses camarades
- De développer « le goût à l'effort »

Elle peut également :

- Amener l'enfant à communiquer et à s'exprimer sur les impressions et les émotions ressenties
- De développer son attention et sa capacité à se concentrer



Comment mettre en place les activités physiques et psychomotrices destinées aux enfants dès l'âge de 3 ans ?

Il vous suffit simplement de me contacter.

Ensemble, nous discuterons du lieu de l'intervention, de l'espace nécessaire, des créneaux horaires disponibles, de la fréquence, du matériel nécessaire (ou pas), de la collaboration avec votre équipe d'encadrement (assistantes maternelles, pédiatres, éducateurs, animateurs,...).

Nous monterons un projet sérieux dans un le but d'atteindre des objectifs communs.

Nous unirons nos énergies pour que tous les acteurs du projet ainsi que les bénéficiaires, les enfants en tirent le meilleur !



Quelles sont les activités proposées ?



EVEIL CORPOREL & MOTRICITE

Par l'éveil corporel et le jeu, nous développerons la coordination, l'équilibre, le repérage dans l'espace et la motricité.

Egalement, nous travaillerons, au travers de concepts ludiques sur la concentration et l'écoute, la sociabilisation, la confiance en soi,...

Tout en s'amusant l'enfant fera l'acquisition des actions motrices essentielles telles que se déplacer, assurer son équilibre, manipuler des objets, ...

- **LE BABY KARATE** le but n'étant pas de faire des « bébés » champions.

Je propose une pratique axée sur la découverte de la discipline en tenant compte des limites physiques liées au très jeune âge des pratiquants.

Le karaté, de part la richesse de sa pratique, permettra notamment de travailler sur la mémoire, l'agilité, l'équilibre, la souplesse et la coordination.

Outre les apports physiques, il apportera également des bienfaits physiques (confiance en soi, canalisation de l'énergie, extériorisation, sociabilisation) et éducatifs (assimilation des règles élémentaires de vie en société, place dans un groupe).

A cet âge là, la pratique se veut être ludique et diversifiée.



- **RELAXATION**



Elle permet la prise de conscience du schéma corporel.

Egalement elle pourra permettre à l'enfant de mieux appréhender les « petits tracas » de sa vie quotidienne.

La pratique de la relaxation entraînera une amélioration de sa capacité à se concentrer (en classe notamment), de s'intéresser au bonheur et au bien être, de développer ses capacités de repos et d'améliorer la qualité de son sommeil.

La relaxation agira aussi dans l'acquisition de la confiance en soi, en ses capacités, dans le renforcement de sa personnalité, ainsi que dans l'expression et le contrôle des émotions.

Associée au travail des spécialistes du milieu médical, elle pourra venir en soutien d'un travail visant à corriger un trouble psychique ou physique.

- **ANNIVERSAIRE « JEUX & SPORTS »** : Animation ludique d'environ 2 heures sur le thème du sport.

Qui suis-je et pourquoi cette envie de faire découvrir les activités physiques dès le plus jeune âge ?

Educatrice sportive brevetée d'état, j'ai aujourd'hui 33 ans, et souhaite transmettre ce qui m'a été amené par la pratique du sport depuis mon plus jeune âge.

Je pratique le Karaté depuis l'âge de 10 ans, après un passage par le sport de haut niveau, j'ai souhaité transmettre mon art et ma passion. Chose que j'ai toujours faite depuis 1998.

J'ai obtenu les diplômes fédéraux d'enseignement, puis les Brevet d'Etat D'Educateur Sportif des 1^{er} et 2nd Degrés (BEES 1^o option Karaté et arts martiaux affinitaires, BEES 2^o mention Perfectionnement Sportif).

L'éducation, la transmission et le partage ainsi que l'importance du développement de l'enfant sont mes principales motivations.

Le bien être quotidien qu'apporte la pratique d'une activité physique me semble être un droit pour chacun d'entre nous, enfants, adultes, handicapés, personnes âgées, ...

C'est pour cela que je vous propose de me joindre à vous, à votre équipe, et d'intervenir de manière régulière ou ponctuelle dans votre structure.

Ensemble, nous définirons un projet commun (fréquence, objectifs, etc...), et contribuerons ainsi à améliorer le projet éducatif de votre établissement.

N'hésitez pas à me contacter pour une collaboration efficace et cordiale.

Bien sportivement.

Marjorie

Marjorie LOPEZ

Educatrice Sportive diplômée d'Etat

33 ans, née en 1978 à Montpellier

Ceinture Noire 2ème Dan de Karaté
Plusieurs fois médaillée au niveau national

Brevet d'Etat d'Educateur Sportif 2^o mention
"Perfectionnement Sportif" - DESJEPS

BEES 1^o Karaté et Arts Martiaux Affinitaires -
DEJEPS

BAFA, AFPS, DIF, BTS Ass. de Direction

Centres d'intérêts : Le Sport, La Photographie,
Les Voyages, Les Gens et leur culture

Expérience dans
l'enseignement, l'initiation, la découverte
et l'animation sportive.

A travaillé pour la
Fédération Française de Karaté

Et divers clubs en métropole

Bénévole du milieu associatif

VITA'FORM
Nouvelle Calédonie

RIDET : 1 097 476



CONTACT & RENSEIGNEMENTS :

82 52 99 / vitaform@yahoo.com

<http://vitaform.e-monsite.com>