



## BALADE HABITAT

**Objectifs :** Découverte de l'habitat, mieux comprendre la disposition des maisons et la conception de celles-ci

**Public :** Enfants (7-15 ans)

**Durée :** 1 demi-journée

**Lieu :** En extérieur, sous forme de balade



### Déroulement :

En observant le paysage alentour, les enfants découvriront comment les hommes ont pensé et construit leurs maisons pour s'adapter au mieux au relief et à leur mode de vie et de travail.

Une balade dans le vallon de Riouclar permettra aux élèves de distinguer les habitations groupées des maisons isolées, ceci permettant d'aborder le thème de l'organisation agricole par rapport à la disposition de l'habitat.





## RANDONNEE DECOUVERTE

**Objectifs :** Découvrir les lieux alentours et situer les enfants dans l'environnement de leur séjour.

**Public :** Pour tous

**Durée :** 1 demi-journée

**Lieu :** Autour du village vacances et dans le hameau de Rioclar



### Déroulement :

Au départ du centre, c'est la classe toute entière qui va randonner vers le hameau de Rioclar et des fermes alentours.

Cette première approche de la randonnée en montagne permet de donner aux élèves, un maximum d'informations sur la sécurité et le bon rythme à adopter (chaussures bien fermées, respect des consignes, marche en groupe..)

Au fur et à mesure de la balade, des explications seront données aux élèves sur ce qui est visible depuis le chemin emprunté. Les notions d'Adret et Ubac, la végétation, la vallée, la vie du village .....

C'est aussi l'occasion de laisser les enfants s'exprimer et donner ainsi leurs premières impressions sur le paysage qu'ils découvrent.





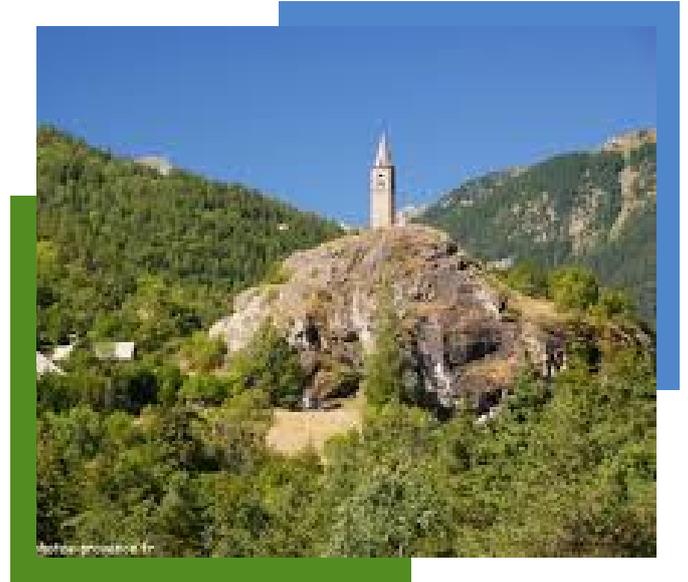
## ATELIER PATRIMOINE

**Objectifs :** Découverte du patrimoine du vallon de Rioclar, l'habitat, l'activité humaine d'hier et d'aujourd'hui, les cadrans solaires, les canaux d'irrigation

**Public :** Cycle 2 et 3

**Durée :** 1 demi-journée

**Lieu :** En extérieur, sous forme de balade



### Déroulement :

Au cours d'une balade dans le vallon de Rioclar, les enfants découvriront la vie d'un village d'altitude, les constructions, ce qu'était l'activité humaine d'hier, la présence de cadrans solaires,...

Une randonnée ludique permettant d'illustrer la vie à la montagne. C'est au cours de cette balade que les thèmes de canaux d'irrigation, cadrans solaires, l'habitat... seront abordés.





## EXCURSION EN HAUTE UBAYE

**Objectifs :** découvrir toute la Vallée en remontant vers la source de l'Ubaye

**Public :** Cycle 2 / 3

**Durée :** demi-journée ou journée



### Déroulement :

Du Riou Clar , on va prendre la route en direction de Barcelonnette , puis Jausiers , village des premiers habitants à avoir émigré au Mexique . On passe au pied du Col de Restefond , célèbre pour être la route la plus élevée d'Europe .

Après Jausiers , on découvre La Condamine , village situé cette fois au pied du Col de Larche qui fait la frontière avec l'Italie . C'est la raison pour laquelle ce village est protégé par des fortifications aussi spectaculaires qu'impressionnantes.

Puis c'est l'entrée en Haute Vallée. La route se fait moins large. Nous voici au pied du Col de Vars. Nous quittons la direction de ce dernier col pour longer l'Ubaye et entrer dans les derniers hameaux de la Vallée. Route étroite, maisons serrées les unes contre les autres ...

La commune est une des plus vastes de France et pourtant, il y a moins de 300 habitants .

Notre périple prend fin au site du Pont du Chatelet, ouvrage qui surplombe l'Ubaye de 120 mètres. Ce pont marque le début de la seule route menant au village de Fouillouse, village natal de la famille de l'Abbé Pierre.





## SORTIE EN VTT



**Objectifs :** Acquisition des bases de motricité, freinage et équilibre

**Public :** De CM2 à adultes

**Matériel / Support :** VTT (casques pour les personnes qui n'ont pas le leur)

**Durée :** 1h30 à 3h

**Lieu :** Autour du centre au fond de la vallée ou descente jusqu'au lac de Serre-Ponçon.

### Déroulement :

Le rendez-vous se fait au garage à vélo. Après l'équipement des participants et une explication sur les bases de la transmission et du freinage ( celle-ci sera approfondie au cours de la séance ) le groupe prendra la direction des terrains de jeux pour quelques exercices permettant de déterminer le niveau global des participants. En fonction de ce niveau, on optera soit pour quelques jeux éducatifs autour du centre , soit pour une randonnée plus au moins longue et difficile. Au cours de cette randonnée, des pauses régulières seront faites pour donner explications et conseils afin de faire progresser le niveau technique et physique de participants.

Il est importante de noter que pour une séance de 1h30, une fois déduit le temps d'équipement et d'explications le temps de vélo à proprement parler se réduit à 1h environ, pour les enfants qui viennent avec leurs propres casques le temps d'équipement se retrouve nettement réduit.





# ESCALADE SUR MUR ESCALADE A LA ROCHE

**Objectifs :** Découvrir les bases de l'activité d'escalade sur mur ou dans l'environnement naturel : motricité, endurance, souplesse, confiance en soi.

**Public :** Cycle 2 et 3

**Matériel / Support :** Baudrier, cordes de sécurité fournies

**Durée :** 1h30 par groupe de 8 enfants

**Lieu :** Sur le mur du centre ou à la Roche, au Lauzet sur Ubaye



## Déroulement :

JONATHAN, moniteur Escalade vous attend au mur d'escalade, fraîchement rénové pour vous initier, perfectionner ou tout simplement vous faire découvrir la grimpe. Chaque séance débutera par 15 min d'explications qui vous permettra d'appréhender le matériel et de vous rappeler les consignes de sécurité. Ensuite, chacun grimpe, s'amuse à son rythme et à son niveau. Jonathan est à vos côtés pour vous guider, conseiller et vous apprendre.

Topo Escalade  
Lou Riouclar  
11-2024

Zone Bloc et traversée

1 Traversée 1 : 5a  
2 Traversée 2 : 4c+  
Traversée 1+2 : 5B

Bleu 3A	Vert 3b (sans cailloux)	Bleu 4a (sans cailloux)	jaune 3c	Rouge 5b	Gris 4b	Bleu 5a (sans cailloux)	Rouge 5b (sans cailloux)	Bleu 5a+	Rouge 5b (sans cailloux)	Vert 5b+	Jaune 4c	Noir 5c	Jaune 5b	Rouge 5c
	Vert 3a (avec cailloux)	Bleu 3 C (avec cailloux)				Bleu 4 C (avec cailloux)	Rouge 5a (avec cailloux)							
	Cailloux 4a					Cailloux 5c	Cailloux 7a			Toutes prises 5a				





## TIR A L'ARC

**Objectifs :** Découvrir les bases de l'activité tir à l'arc : concentration, précision, coordination et contrôle de soi.

**Public :** Cycle 2 et 3

**Matériel / Support :** Arc, flèches

**Durée :** 1h30 par groupe de 12 enfants

**Lieu :** le stand de tir à l'arc du centre



### Déroulement :

Le tir à l'arc est une activité sportive qui consiste à utiliser un arc pour tirer des flèches en direction d'une cible.

Pendant cette activité, les élèves apprendront les bases du tir à l'arc : comment tenir l'arc correctement, comment placer la flèche, comment viser et tirer en toute sécurité.

L'objectif est de toucher le centre de la cible, tout en respectant les règles de sécurité et en progressant à son rythme. Des jeux et défis seront proposés pour rendre l'activité ludique et motivante.





## SEANCE DE PISCINE ENCADRE PAR MAITRE NAGEUR

**Objectifs** : Développer l'aisance dans l'eau, d'améliorer les techniques de nage, et de renforcer la sécurité aquatique.

**Public** : Cycle 2 et 3

**Matériel / Support** : frites en mousse, planches de natation, etc.

**Durée** : 1h00 par classe, 2 classes minimum

**Lieu** : la piscine couverte et chauffée du centre



### Déroulement :

La séance se déroulera en plusieurs temps :

- Échauffement dans l'eau pour s'habituer à l'environnement aquatique,
- Ateliers techniques pour travailler la respiration, la flottaison, les déplacements et les différentes nages (selon le niveau des élèves),
- Jeux aquatiques ou parcours pour développer l'autonomie et la confiance dans l'eau de manière ludique.

L'activité vise également à sensibiliser les élèves à l'importance du comportement responsable dans un milieu aquatique.

