



DIMENSION *Sport* Asbl

CORMAN Xavier - NIBUS Marc - VANDEBERG Damien

Siège social : Rue René Rutten, 16
Secrétariat : Rue Verte Voie, 13
4890 THIMISTER-CLERMONT

Permanences bureau de 9 à 12 heures (lu au ve)

Compte Fortis 001-2345863-91

TEL 087 / 44 63 96 ou **GSM** 0496 / 33 02 82

E-mail : info@dimension-sport.be

www.DIMENSION-SPORT.be

DIMENSION *SPORT*

c'est aussi,

- Des animations en sports nouveaux et en initiation sportive un peu partout en Belgique depuis 12 ans (écoles, centres de classes vertes, ...)
- Des formations enseignants en sports nouveaux (depuis 2000 : avec l'IFC, UVCB, FRSEL, FSEOS, FSEC, CECP, CUFOCEP, FEP, ADEPS, FéMA, FOCEF, BVLO, SVS, Haute école d'éducation physique, UGSEL (France), ...)
- Des cours hebdomadaires (multisports 8 à 65 ans, initiation sportive 3 à 8 ans, fitness, ...)
- Des stages sportifs pendant toutes les vacances scolaires (à Herve, Welkenraedt, Verviers, ...)
- La création d'une nouvelle fédération sportive : Kin-Ball (sport introduit en Europe par notre asbl et création en 2001 de la fédération belge qui est maintenant indépendante avec plus de 1000 membres)
- L'organisation d'évènements sportifs : anniversaires, journées sportives, évènements inter-entreprises
- L'organisation de sports d'hiver en Suisse à Nendaz (4 vallées)

Tableau récapitulatif des différentes animations possibles

	3-8 ans	8-12 ans	12-18 ans	Extérieur (toutes les animations peuvent se faire aussi à l'intérieur)
Badminton	x	x	x	x
Body combat - Taebo		x	x	x
Bum Ball		x	x	x
Cesta – Crosse Canadienne		x	x	x
Circuit Equilibre segmentaire	x			
Circuit latéralité	x			
Circuit sauts - rotations	x			
Course d'orientation		x		x
Croquet	x			
Dessins (orientation spatiale)	x			x
Disc Golf		x	x	x
Education Rythmique	x			
Floorball - Unihoc	x	x	x	
Frisbee	x	x	x	x
Fun in Athletics	x	x		x
Gouret/ringuette		x	x	
Indiaca		x	x	x
Jeux Coopératifs	x	x	x	
Kendo		x	x	x
Kin-Ball		x	x	
Korfbal		x	x	x
Lutte – jeux d'opposition	x	x		
Parachute	x			x
Tchouk-Ball		x	x	x
Ultimate Frisbee		x	x	x

Déroulement d'une animation Dimension *Sport* dans votre école

1. Prendre contact avec nous (déterminer la date et le type d'activités : animations souhaitées selon votre projet, l'âge des enfants, les locaux dont vous disposez).
2. Tarifs :
 - 27 eur/heure/moniteur (animation, préparation, matériel)
 - 0.50 eur/km (carburant, temps de déplacement, ...)
 - minimum une demi-journée d'animation
3. Service Dimension Sport
 - Nos moniteurs sont tous des régents ou licenciés en éducation physique spécialisés dans ces disciplines.
 - Ponctualité, rigueur, qualité de l'encadrement et du contenu : notre objectif est de proposer un vrai service professionnel
 - Nous apportons tout le matériel nécessaire : il nous faut juste une salle ou un espace suffisant (extérieur ou intérieur)

Idées de solutions pour vos projets et nos références en animations

- Participation financière des élèves, ex. : écoles de Ciney, Braine-l'Alleud,
- Budget communal pour permettre les concertations entre enseignantes maternelles : ex. : Fléron, Olne,
- Subsidés école en D+ : ex. : St Michel Verviers, ...
- Projet associant enseignement spécial et fondamental : ex. : Gembloux, ...
- Castel de Remersdael : classes vertes
- Gite d'étape à Eupen : classes vertes
- Compagnonnage, école de la réussite avec les Balladins.
- ...
- Journées sportives

1. DISC GOLF

- Description : « Comme le golf, le disc est un jeu qui consiste à envoyer un frisbee sur une cible en le lançant par coups successifs. Réaliser un parcours de 9 à 18 cibles avec un minimum de lancer demande au joueur d'alterner coup droit, revers avec précision et puissance afin d'éviter les obstacles naturels. Ce jeu se fait par équipe de 2, le but est de faire mieux que son partenaire à chaque cible et au total ».
- Objectifs : précision, maîtrise de ses mouvements et de sa force
- Lieu : terrain ext , parc, ...
- Durée : de 1h à 1h30



2. ULTIMATE FRISBEE

- Description : « sport collectif d'origine américaine des années 60, opposant 2 équipes de 7 joueurs. L'équipe doit tenter de progresser par passes successives dans le but de réceptionner le frisbee dans la zone adverse. Les trajectoires des lancers, le principe de démarquage et l'originalité des règles en font un sport fun très attrayant ».
- Objectifs : Se démarquer, lire le jeu et la trajectoire du frisbee, jouer en équipe, intégrer les valeurs d'auto arbitrage, de fair-play.
- Lieu : terrain ext de 40m/20m
- Durée : de 1h30 à 2h30

3. BUMBALL

- Description : « nouveau sport danois : deux s'équipes s'opposent sur un terrain de basket-ball, le but est de réceptionner le ballon sur la poitrine ou dans le dos (vareuse en scratch) en étant dans une zone de but».
- Objectifs : Coopération, respect de l'autre, réceptionner autrement, analyse de trajectoire.
- Lieu : terrain de 20m/30m intérieur ou extérieur (par temps sec)
- Durée : de 1h à 1h30



4. TCHOUK-BALL

- Description : « sport d'origine Suisse des années 70. Il s'agit d'un sport de balle et d'équipe qui se joue à l'aide de deux surfaces de renvoi (toile élastique, ressemblant à un trampoline) et se caractérise par la suppression de toutes formes d'agressions corporelles entre les adversaires. Chaque équipe manipule le ballon à tour de rôle avec comme objectif d'envoyer la balle au sol via la cadre sans que l'autre équipe ne parvienne à la rattraper. Il se présente comme un mélange de pelote basque, de hand-ball et volley-ball ».
- Objectifs : Se placer de manière efficace, jouer en équipe, intégrer ce nouveau principe « pas d'interception possible ».
- Lieu : terrain int/ext de 40m/20m
- Durée : de 1h à 1h30



5. CESTA (crosse canadienne)

- Description : « sport collectif opposant 2 équipes qui ont pour objectif d'envoyer la balle dans le but adverse à l'aide de leur crosse (main en plastique). Il s'agit de progresser par passes en évitant l'interception de l'adversaire ».
- Objectifs : coopération, précision
- Lieu : terrain ext de 40m/20m
- Durée : de 1h à 1h30

6. BADMINTON – INDIACA



Description : « En plein air et sur gazon. Notre animateur pourra vous faire évoluer en 1 contre 1 ou par équipe de 2, dans un tournoi de ou encore vous faire découvrir la version sans raquette du badminton, l'indiaca, jeu de paume d'origine chinoise qui peut être aussi bien individuel que collectif (4 contre 4). ».

- Objectifs : faire rebondir le volant/indiaca sur la raquette/main afin de l'envoyer vers le partenaire en face, travail de l'ambidextrie (indiaca)
- Lieu : terrain ext de 40m/20m
- Durée : de 1h à 1h30

7. KIN-BALL et JEUX COOPERATIFS



Description : « Ce sport canadien, opposant 3 équipes de 4 joueurs, est basé sur la coopération et l'accessibilité technique. Il suffit d'envoyer ce gros ballon (1m22 de diamètre et de 1kg) au sol sans que l'équipe adverse, précédemment nommée, n'arrive à le réceptionner. Ce matériel permet également toute une série de jeux coopératifs ».

- Objectifs : Fair-play, coopération, accessibilité technique.
- Lieu : salle 20m/20m
- Durée : de 1h à 2h30

8. PARACHUTE

- Description : « En plein air ou à l'intérieur, animation coopérative autour d'une grande toile multicolore ».
- Objectifs : Coopération,
- Lieu : terrain ext de 20m/20m ou salle
- Durée : de 1h à 1h30



9. KORFBAL

- Description : Le Korfbal est pratiqué par deux équipes mixtes composées chacune obligatoirement de 4 joueurs et de 4 joueuses. Les deux équipes sont réparties équitablement dans les deux zones constituant la surface de jeu. Les buts sont obtenus en lançant le ballon au travers du panier adverse. Dans ce sport, l'accent est mis sur le jeu collectif et non sur la prestation individuelle.
- Objectifs : adresse, une grande diversité de mouvements et un sens profond du jeu collectif.
- Lieu : Terrain de 40 x 20 m.
- Durée : de 1h à 1h30

10. KENDO



Description : Sorte de bâton recouvert de mousse avec lequel vous devez faire différents « coups » vers votre adversaire. Protection, esquivé et attaque au bon moment sont les points essentiels de ce sport.

- Objectifs : Maîtrise de soi et de ses mouvements, respect de l'autre
- Lieu : Int/Ext
- Durée : de 1h à 1h30

11. FLOORBALL – UNIHOC

- Description : Le jeu se déroule avec une balle inoffensive à trous et une crosse que l'on tient à 2 mains. L'objectif est de se faire des passes en vue de marquer dans une zone de but (dans laquelle on ne peut aller).
- Objectifs : Coopération, maniement de la crosse, précision et respect de l'autre et des règles
- Lieu : Terrain de 20/20m
- Durée : de 1h à 1h30

12. GOURET

- Description : Ressemble assez fort au floorball. Les différences : la balle est remplacée par un anneau en cuir et la crosse par un stick/bâton. Il faut conduire l'anneau vers le but adverse sans le perdre. Certaines règles limitent l'individualisme.
- Objectifs : Jouer en équipe, maîtriser le stick pour conduire l'anneau
- Lieu : Terrain de 20/20m
- Durée : de 1h à 1h30

13. CROQUET

- Description : Le jeu est constitué de boules poussées à l'aide de maillets à travers des arceaux. On peut y jouer en équipe ou individuellement. Dans tous les cas, le principe est d'arriver au bout d'un parcours décrit par les arceaux, et l'on gagne des coups supplémentaires à chaque fois que l'on passe un arceau dans le bon ordre ou que l'on touche une autre boule.
- Objectifs : Doser sa force, trouver la trajectoire à donner à la boule
- Lieu : Int/Ext
- Durée : de 1h à 1h30

14. FUN IN ATHLETICS



Description : Mettre le stade à la portée de tous en mettant l'enfant dans des situations amusantes et variées, mettre l'accent sur la performance de l'équipe et non sur celle de l'individu. Tous cela avec du matériel adapté, le plus souvent en mousse.

- Objectifs : développer beaucoup de qualités transférables vers d'autres sports, réunir beaucoup d'athlètes sur un site non-spécifique à l'athlétisme
- Lieu : Int/Ext
- Durée : de 1h à 1h30

15. DESSINONS

- Description : Le jeu consiste à dessiner sur un tableau blanc l'endroit dans lequel on va effectuer le jeu. Le moniteur dessine un endroit sur la carte et les enfants doivent aller retrouver le bon objet, etc. C'est la course d'orientation version psychomotricité.
- Objectifs : Prendre des repères visuels, regarder un plan, dessiner
- Lieu : Int/Ext
- Durée : de 1h à 1h30

16. COURSE D'ORIENTATION

- Description : 10 à 15 balises disposées dans un endroit assez vaste. Le but : Les enfants doivent « poinçonner » leur papier avec la bonne balise en vue de trouver toutes les balises le plus rapidement possible.
- Objectifs : lire une carte, se repérer, agir vite
- Lieu : Ext
- Durée : de 1h30 à 2h30



17. BODY COMBAT - TAEBO

- Description : Un crochet du gauche, un uppercut, un coup droit, un kick, ... Sur le rythme de la musique, venez vous dépenser sur des enchaînements d'aérobic agrémentés de mouvements de sports de combats
- Objectifs : travail cardio-vasculaire, se mouvoir sur un rythme déterminé
- Lieu : Salle
- Durée : de 1h à 1h30

18. EDUCATION RYTHMIQUE



Description : Faire bouger, danser, chanter l'enfant sur le rythme de la musique à partir de jeux ou à l'aide d'instruments/objets (drapeaux, maracas, tambourins).

Objectifs : Se mouvoir sur un rythme déterminé, perception et discrimination auditives

Lieu : Salle

Durée : de 1h à 1h30

19. CIRCUITS DE PSYCHOMOTRICITE



Description : Nous pouvons vous proposer différentes sortes de circuits
Equilibre segmentaire = développement de l'agilité-adresse, de l'équilibre sur différents supports et de la concentration.
Latéralité = développement de la mémoire visuelle, de la latéralisation,
Sauts – trampoline - rotations = Tourner sur soi-même dans de multiples situations, sauter le plus haut possible avec l'aide d'un trampoline ...

- Objectifs : développement de la psychomotricité de l'enfant selon le circuit travaillé
- Lieu : ! En fonction de la salle !
Salle de gym avec matériel en suffisance (bancs, tapis de chute, espaliers, trampoline, ...)
- Durée : de 1h à 1h30

20. JEUX DE COOPERATION

- Description : à partir d'un matériel varié et coloré (bande coopérative, fronde, ballons OMNIKIN de diverses tailles, nébula tracks, élastique coopératif, ...) développement de la coopération sous forme jouée. Ces jeux ne nécessitent aucun pré requis.
- Objectifs : développement de la coopération, l'esprit d'équipe, l'écoute de l'autre, la créativité.
- Lieu : Salle de gym
- Durée : de 1h à 1h30

