

# Programme, règles et contacts



Les moniteurs et les participants ont des attentes et des idées pour le camp à venir. Pour éviter toute tension, il est important qu'elles convergent dans les grandes lignes. Mais il faut aussi laisser de l'espace aux idées nouvelles et créatives. C'est pourquoi les organisateurs doivent connaître les aspirations de chacun.

## Programme

La planification d'un camp de sport scolaire implique l'élaboration d'un programme adapté à l'âge des participants.

### Programme de la semaine

Pour que le camp soit un succès, il importe de répartir judicieusement les activités sur toute la durée de celui-ci. Avant de planifier chaque journée en détail, il convient de définir dans les grandes lignes le contenu et les thèmes des différentes parties du programme. Cette façon de faire permet de proposer un camp varié tout en facilitant l'élaboration des diverses activités par la suite.



[Planification de la semaine \(xls\)](#)

### Déroulement de la journée

La réussite du camp dépend aussi de ce qui se passe entre ces activités. Il est utile de fixer certains rendez-vous tous les jours au même moment. En rythmant ainsi la vie du camp, ces jalons servent de points de repère. Ils donnent un sentiment de stabilité et de sécurité et laissent la place à des activités particulières. Il est important que les participants connaissent ces points fixes.

<b>Réveil</b>	Les participants sont en droit d'attendre un réveil en douceur (chanson, rituel, etc.).
<b>Début et fin de la journée</b>	<p>Il s'agit là de moments essentiels dans le déroulement de la journée. Il est donc important que tout le monde y participe.</p> <p><b>Lieu</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Suffisamment grand pour accueillir tous les participants</li><li>• Calme, où on ne risque pas d'être dérangé</li><li>• Aménagé de manière attrayante (flambeaux, bougies, etc.)</li></ul> <p><b>Programme</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Moment bref, mais intense (10 minutes au maximum)</li><li>• Rituel</li><li>• Rétrospective de la journée avec les participants</li><li>• Rituel paisible avant l'extinction des feux pour les plus jeunes</li></ul> <p><b>Exemples</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Raconter une histoire</li><li>• Chanter une chanson</li><li>• Faire un jeu</li><li>• Faire une activité manuelle (bricolage, sculpture, peinture)</li><li>• Faire une danse populaire</li><li>• Instaurer un moment de recueillement/de méditation</li></ul>
<b>Repas</b>	Instituer un petit rituel au début du repas (chanson, pensée du jour, moment de recueillement/méditation).
<b>En-cas</b>	Les petites collations doivent elles aussi être planifiées; qui plus est, elles permettent aux participants de boire et de manger suffisamment.
<b>Corvées</b>	Les tâches confiées aux participants prennent du temps et doivent généralement être contrôlées. Il faut donc les planifier avec soin. Une répartition amusante et équitable des tâches permet d'éviter les récriminations. Corvées possibles: Mettre et débarrasser la table, laver la vaisselle, donner un coup de main en cuisine, nettoyer les toilettes et les lavabos/douches, ranger les jeux, remettre la place de camp en ordre (ramasser les papiers, les déchets, etc.). Introduire un joker pour divers travaux.
<b>Séance</b>	Les moniteurs se retrouvent une fois par jour pour une séance. Ces réunions permettent de faire le bilan de la journée écoulée sans stress et de rediscuter du programme du lendemain afin de l'adapter si nécessaire.
<b>Temps libre et pauses</b>	Les participants ne doivent pas être occupés en permanence. Ils ont aussi besoin d'avoir du temps pour eux. Il est toutefois indispensable qu'ils aient toujours un interlocuteur à proximité. On prévoira suffisamment de matériel de jeu et de bricolage. On peut aussi aménager un lieu de détente et de repos.