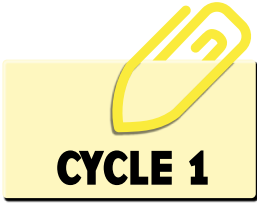


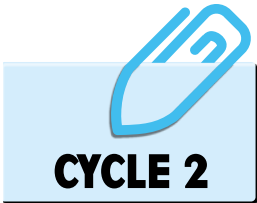
VILLE DE NARBONNE

ECOLE MUNICIPALE DES SPORTS



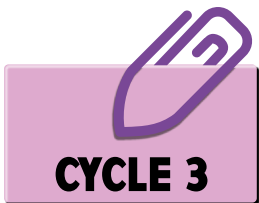
SPORT SATURE

Découverte du milieu
et cycle préparatoire.



GYMNASTIQUE ET SPORT DE COMBAT

Découvrir et apprendre
à utiliser son corps



SPORT DE PLAGES

Apprendre à s'investir **physiquement** au profit d'une équipe
et à manipuler des objets **divers** (ballons, crosses, frisbees,
raquette...)



RENSEIGNEMENTS

Centre EVASPORT

Chemin de la Fontaine de Verre

11100 NARBONNE-PLAGE

Tél. 04 68 75 00 28

evasport@mairie-narbonne.fr



La Ville de Narbonne propose aux plus jeunes, au sein du centre Evasport, des cycles trimestriels de **découverte** d'activités sportives et ludiques.

L'objectif vise à développer chez l'enfant :

- sa motricité de base :
 - ▶ agilité
 - ▶ équilibre
 - ▶ coordination...

mais aussi des habiletés psychosociales :

- respect de la règle et des horaires
- socialisation
- lutte contre le désœuvrement
- l'amélioration de l'estime globale de soi...

Cette action est menée en cohérence avec le **positionnement** prévention sport santé bien-être de la Ville.

La science, la recherche et l'expérience démontre qu'une activité physique et sportive adaptée et spécifique au développement psychomoteur de l'enfant pratiqué dès le plus jeune âge permet aux enfants de développer de façon optimale les habiletés motrices et sportives de base favorisant un mode de « vie actif » tout au long de la vie et ainsi de profiter des bénéfices induits en matière de santé.

S'amuser grâce au sport

6/8 ANS

Les enfants développent leurs habiletés motrices fondamentales, incluant l'ABC de l'agilité, l'équilibre, la coordination et la vitesse, dans un environnement multisports amusant et stimulant.

Mardi, de 16 h à 17 h

Apprendre à s'entraîner

9/11 ANS

Ce stade est « l'âge d'or de l'apprentissage » des habiletés spécifiques au sport. Les enfants sont prêts à commencer un entraînement plus structuré, au travers de nombreuses activités.

Jeudi, de 16 h à 17 h

S'entraîner à s'entraîner

12/13 ANS

Stade propice au développement de la forme physique, les « athlètes » en herbe sont prêts à renforcer leurs habiletés et tactiques spécifiques à la pratique sportive.

Mercredi, de 14 h 30 à 16 h

S'entraîner pour "gagner"

14/+ ANS

Durant la poussée de croissance, particulièrement si elle survient très rapidement, les habiletés et les **capacités** motrices du jeune athlète peuvent être **considérablement** entravées.

C'est aussi le moment de lutter contre les incivilités et les comportements à risque au travers d'activité nécessitant un dépassement de soi (VTT, cross training, rugby, sports de combat...) Les entraîneurs ont un rôle de pédagogue.

Mercredi, de 16 h à 17 h 30