



2025

ACTIVITÉS SCOLAIRES ET LOISIRS



TCHAK AVENTURES

Partageons le bonheur !



NORMANDIE
BASE DE LOISIRS ITINÉRANTE



CONTACT@TCHAK-AVENTURES.FR

06 82 12 46 24



WWW.TCHAK-AVENTURES.FR



PÊCHE à PIED

Calvados - Manche

1h30 - 40 max

9€ / enfant

A partir de 4 ans



TCHAK AVENTURES

Partageons le bonheur !



La pêche à pied est une aventure amusante où l'on explore le bord de mer à marée basse pour trouver des créatures uniques comme les crabes, les coquillages, les poissons, et parfois même des étoiles de mer.

Objectif de la séance

Initier les élèves à la pêche à pied et à la biodiversité côtière

Introduction (15 minutes)

- Accueil des élèves
- Présentation des objectifs de la séance
- Rappel des règles de sécurité
- Marée du jour

Préparation (10 minutes)

- Formation de petits groupes
- Distribution du matériel (seaux, épuisettes, fiches d'identification)
- Attribution de zones de pêche définies sur la plage

Exploration (45 minutes)

- Les groupes partent à la recherche de créatures marines

Analyse (15 minutes)

- Rassemblement et discussion sur les des différentes découvertes (espèces trouvées, habitats)

- Discussion sur la préservation de l'environnement côtier et la durabilité de la pêche à pied

- Remise à l'eau des spécimens

Conclusion (5 minutes)

- Rappel de l'importance du respect de l'environnement et des règles de pêche à pied
- Collecte du matériel



BORD DE MER

Calvados - Manche

1h30 - 30 max

9€ / enfant

A partir de 4 ans



TCHAK AVENTURES

Partageons le bonheur !



La découverte de bord de mer est une expérience d'apprentissage interactive où les enfants explorent et apprennent à propos de la plage, de la faune et flore marine, et de la préservation de l'écosystème côtier.

Objectif de la séance

Sensibiliser les élèves à la beauté et fragilité de la côte

Introduction (15 minutes)

- Accueil des élèves et présentation du site.
- Brève discussion sur les alentours, la mer et les dangers au bord de mer

Exploration (30 minutes)

- Bain de pied
- Phénomène des marées
- La rose du vent
- Présentation des oiseaux côtiers
- Temps en autonomie pour observer la faune et la flore marines

Observation (20 minutes)

- Présentation de la laisse de mer
- Ramassage et classification des déchets marins
- Discussion sur la provenance des déchets collectés

Atelier artistique (15 minutes)

- Les élèves collecteront des échantillons d'algues, de coquillages et d'autres spécimens de la plage pour créer des œuvres d'art

Conclusion (10 minutes)

- Rappel de l'importance du respect de l'environnement côtier
- Dépôt des déchets non naturels à la poubelle (bac à marée).



VISITE DU PORT

Calvados - Manche

1h30 - 30 max

9€ / enfant

A partir de 6 ans



TCHAK AVENTURES

Partageons le bonheur !



La visite d'un port de pêche est une expérience éducative et divertissante qui permet aux jeunes d'apprendre davantage sur l'industrie de la pêche, la vie marine et la préservation de l'environnement côtier.

Objectif de la séance

Comprendre le fonctionnement d'un port de pêche

Introduction (10 minutes)

- Accueil des élèves
- Situation géographique
- Présentation du site
- Brève discussion sur les alentours

Exploration (30 minutes)

- Histoire du débarquement
- Histoire de la ville
- Histoire du port.
- Phénomène des marées
- Types de ports en Normandie.
- Types de bateaux
- Types de pêche
- Types des espèces pêchées

Excursion Guidée (30 minutes)

- Visite du bassin (plaisancier)
- Visite du bassin (pêche)
- Visite de la halle
- Sécurité en mer (SNSM)
- Observation du trafic portuaire

Discussion (10 minutes)

- Discussion et échange sur la pêche dite responsable
- Discussion sur la préservation de l'environnement marin et la durabilité de la pêche en mer

Sensibilisation (5 minutes)

- Rappel de l'importance du respect de l'environnement et des règles de pêche en mer



NœUD MARIN

Calvados - Manche

1h30 - 30 max

10€ / enfant

A partir de 7 ans



TCHAK AVENTURES

Partageons le bonheur !



Les nœuds marins sont des techniques spéciales de nouage utilisées par les marins et les navigateurs pour attacher, sécuriser et organiser les cordes sur un bateau. " Il est dit qu'un bon marin doit en connaître au moins 12 ! "

Objectif de la séance

Initier les élèves aux nœuds marins et leurs utilisations

Introduction (5 minutes)

- Accueil des élèves
- Présentation de l'atelier
- Brève discussion sur la provenance des nœuds marins

Observation (15 minutes)

- Présentation des nœuds les plus connus
- Démonstration sur leurs utilisations
- Présentation des nœuds à réaliser

Pratique (45 minutes)

- Temps en autonomie pour réaliser des nœuds :
 - nœud de chaise
 - nœud de huit
 - nœud plat
- Défi du jour

Atelier artistique (20 minutes)

- Les élèves réalisent des œuvres telles que des bracelets, un porte-clés ou un tableau selon leur âge

Conclusion (5 minutes)

- Remise des certificats de maîtrise des nœuds.



JEUX SPORTIFS

Calvados - Manche

1h30 - 50 max

8€ / enfant

A partir de 5 ans



TCHAK AVENTURES

Partageons le bonheur !



Les jeux sportifs Tchak-à-lanta sont une série d'épreuves sportives amusantes, éducatives et stimulantes, organisée sous forme de compétition amicale afin de développer des compétences physiques chez les enfants.

Objectif de la séance

Approfondissement et stimulation des habilités motrices

Introduction (10 minutes)

- Accueil des élèves
- Présentation du jeu et cri de guerre
- Echauffement

Mini olympiades (30 minutes)

- Course de vitesse
- Saut en longueur
- Lancer de ballon/balle
- Ramper
- Frisbee
- Saut en hauteur
- Course en arrière

Orientation (20 minutes)

- Parcours aveuglé
 - S'orienter dans un espace naturel
 - Se déplacer aveuglé seulement avec les directives des autres
 - Fouiller et ramasser

Coordination (20 minutes)

- Le relais de l'eau (selon la météo)
 - Course de remplissage
 - Course de vidange

Conclusion (10 minutes)

- Comptage des points
- Cri de guerre et clôture des jeux
- Ramassage du matériel



JEUX SPORTIFS

Calvados - Manche

1h30 - 50 max

10€ / ado

A partir de 11 ans



TCHAK AVENTURES

Partageons le bonheur !



Les jeux sportifs Tchak-à-lanta sont une série d'épreuves sportives amusantes, éducatives et stimulantes, organisée sous forme de compétition amicale afin de développer des compétences physiques chez les enfants.

Objectif de la séance

Approfondissement et stimulation des habilités motrices

Introduction (15 minutes)

- Accueil des élèves
- Présentation du jeu et cri de guerre
- Echauffement

Mini olympiades (20 minutes)

- Course de vitesse
- Saut en longueur
- Lancer de ballon/balle
- Ramper
- d'adresse
- Saut en hauteur
- Course en arrière

Orientation (20 minutes)

- Parcours aveuglé
 - S'orienter dans un espace naturel
 - Se déplacer aveuglé seulement avec les directives des autres
 - Fouiller et ramasser

Tir (25 minutes)

- Challenge de précision
 - Tir à l'arc
 - Tir à la sarbacane

Conclusion (10 minutes)

- Comptage des points
- Cri de guerre et clôture des jeux
- Ramassage du matériel



TIR à L'ARC

Calvados - Manche

1h30 - 30 max

18€ / enfant

A partir de 8 ans



TCHAK AVENTURES

Partageons le bonheur !



Le tir à l'arc est un sport qui consiste à propulser des flèches vers une cible à l'aide d'un arc. C'est une activité enrichissante qui favorise le développement physique, mental et social tout en offrant aux enfants une expérience amusante et éducative.

Objectif de la séance

Atteindre la cible en finalité des actions motrices

Introduction (5 minutes)

- Accueil des élèves
- Brève présentation des objectifs de la séance
- Échauffement

Théorie (10 minutes)

- Présentation du matériel
- Explication des règles de sécurité et zone de tir
- Détermination de l'œil directeur
- Démonstration de la gestuelle de base du tir à l'arc

Pratique (30 minutes)

- Atteindre le bloc mousse avec la flèche
- S'approprier la gestuelle de base
 - Placer correctement les mains sur l'arc et sur la corde
 - Se placer perpendiculairement à la cible

Jeux et activités (30 minutes)

- La ficelle
- Jeu des territoires
- Cible rétrécissante

Débriefing / rangement (10 minutes)

- Discussion sur la réussite et les défis rencontrés.
- Rangement du matériel



TIR à LA SARBACANE

Calvados - Manche
1h30 - 30 max
18€ / enfant
A partir de 6 ans



TCHAK AVENTURES

Partageons le bonheur !



Le tir à la sarbacane est un sport qui consiste à propulser des dards vers une cible, à l'aide d'un tube et du souffle. C'est une activité amusante qui allie compétences physiques, concentration mentale et discipline.

Objectif de la séance

Atteindre la cible avec précision et régularité

Introduction (5 minutes)

- Accueil des élèves
- Brève présentation des objectifs de la séance
- Échauffement

Théorie (10 minutes)

- Présentation du matériel
- Explication des règles de sécurité et zone de tir
- Détermination de l'œil directeur
- Démonstration de la gestuelle de base du tir à la sarbacane

Pratique (30 minutes)

- Atteindre le bloc mousse avec un dard
- S'approprier la gestuelle de base
 - Placer correctement les mains, sur la tube
 - Se placer face à la cible

Jeux et activités (30 minutes)

- Le morpion
- Jeu des territoires
- Cible rétrécissante
- Calcul mental

Débriefing / rangement (10 minutes)

- Discussion sur la réussite et les défis rencontrés
- Rangement du matériel



AILE DE TRACTION

Calvados - Manche

1h30 - 30 max

18€ / enfant

A partir de 8 ans



TCHAK AVENTURES

Partageons le bonheur !



L'aile de traction est un engin récréatif permettant aux enfants de découvrir le plaisir du pilotage et de traction tout en développant des compétences telles que la coordination et la compréhension des principes physiques du vol.

Objectif de la séance

Initier les élèves au pilotage de l'aile de traction

Introduction (5 minutes)

- Accueil des élèves
- Brève présentation des objectifs de la séance
- Présentation de l'aile de traction

Théorie (15 minutes)

- Préparation du matériel
- Explication des règles de sécurité et zone d'évolution
- Repérer le sens et l'orientation du vent
- Démonstration de la gestuelle
- Pilotage de l'aile

Pratique (45 minutes)

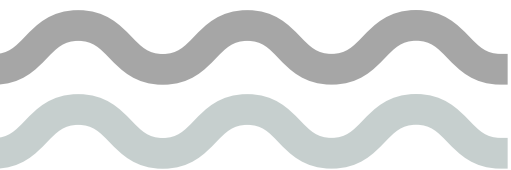
- Pilotage (maintenir l'aile en l'air)
- S'approprier les gestuelles de base
 - Placement des mains sur la poignée
 - Positionnement du dos au vent
 - Les gestes pour faire accélérer l'aile
 - Connaissance de la fenêtre du vent

Jeux et challenge (15 minutes)

- Looping
- Jacques à dit
- Concours de glisse
- Concours de saut

Débriefing / rangement (10 minutes)

- Discussion sur la réussites et les défis rencontrés
- Rangement du matériel



CERF-VOLANT

Calvados - Manche

1h30 - 50 max

13€ / enfant

A partir de 3 ans



TCHAK AVENTURES

Partageons le bonheur !



La fabrication et décoration de cerf-volant est une activité amusante et éducative qui stimule la créativité des enfants, cette activité encourage la résolution de problèmes et favorise la collaboration entre les élèves.

Objectif de la séance

Favoriser la créativité en concevant ses propres cerfs-volants

Introduction (5 minutes)

- Accueil des élèves
- Brève présentation des objectifs de la séance
- Présentation des origines du cerf-volant (mini Eddy)

Construction (45 minutes)

- Présentation et distribution du matériel
- Stimulation des habiletés motrices (fines)
 - Traçage
 - Découpage
 - Encollage
 - Réalisation des nœuds

Décoration (15 minutes)

- Décoration selon la thématique du séjour avec :
 - Peinture acrylique
 - Crayon pastel
 - Gouaches
 - Feutre

Pilotage et en vol (20 minutes)

- Explication des règles de sécurité et zone d'évolution
- Repérer le sens et l'orientation du vent
- Démonstration de la gestuelle et le pilotage du cerf-volant
- Pilotage en autonomie

Débriefing / rangement (5 minutes)

- Rangement du matériel



ATELIER BOOMERANG

Calvados - Manche
1h30 - 30 max
10€ / enfant
A partir de 7 ans



TCHAK AVENTURES
Partageons le bonheur !



Le boomerang est un jouet spécial en forme de "X" ou de "V". C'est comme un avion en papier, mais magique ! Quand tu le lances, il part en tournoyant dans les airs, et devine quoi ? Au lieu de s'en aller loin, il revient vers toi !

Objectif de la séance

Encourager la créativité en fabriquant et en lançant des boomerangs

Introduction (5 minutes)

- Accueil des élèves
- Brève présentation des objectifs de la séance
- Présentation d'origine du boomerang

Fabrication (45 minutes)

- Présentation et distribution du matériel
- Stimulation des habiletés motrices (fines)
 - Traçage
 - Découpage
 - Encollage
 - Pliage

Décoration (15 minutes)

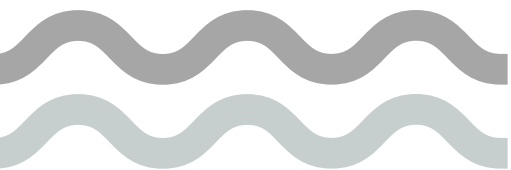
- Décoration selon la thématique du séjour avec :
 - Peinture acrylique
 - Crayon pastel
 - Gouaches
 - Feutre

Pratique (20 minutes)

- Explication des règles de sécurité et zone d'évolution
- Repérer le sens et l'orientation du vent
- Démonstration de la gestuelle et le lancé du boomerang
- Pratique en autonomie

Débriefing / rangement (5 minutes)

- Rangement du matériel



JEUX D'ORIENTATION

Calvados - Manche

1h30 - 50 max

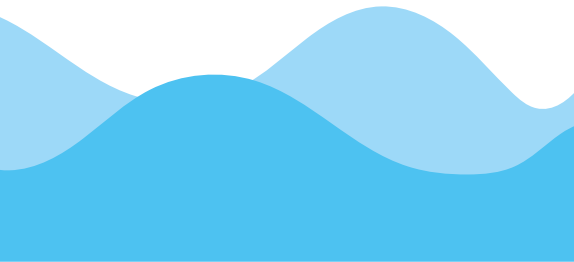
10€ / enfant

A partir de 5 ans



TCHAK AVENTURES

Partageons le bonheur !



Le jeu d'orientation est une excellente manière d'encourager les élèves à développer leurs compétences, tout en favorisant le travail d'équipe et des expériences d'apprentissage pratiques et amusantes.

Objectif de la séance

Développer les compétences en navigation et en résolution de problèmes

Introduction (5 minutes)

- Accueil des élèves
- Présentation du jeu et zone d'évolution
- Création d'équipes

Théorie (15 minutes)

- Brève initiation à la lecture des cartes et à la manière de noter leurs réponses.
- Présentation du parcours
- Explication des règles du jeu
- Démonstration par le moniteur

Pratique (45 minutes)

- Course de relais par équipe
 - Les équipiers partent chacun leur tour. Leur objectif est de trouver les balises dans l'ordre défini sur leur carte de trajectoire

Environnement (15 minutes)

- Memo relais
 - Les enfants collecteront des indices / images cachés sur le parcours afin de résoudre des énigmes ou répondre aux questions éducatives

Débriefing / rangement (10 minutes)

- Comparaison des réponses
- Rangement du matériel



STAND UP PADDLE

Calvados - Manche

1h30 - 24 max

18€ / enfant

A partir de 9 ans



TCHAK AVENTURES

Partageons le bonheur !



Le stand up paddle (SUP) est une excellente idée pour favoriser l'apprentissage, la sensibilisation à l'environnement aquatique et l'exercice physique pour des élèves .

Objectif de la séance

Initier les élèves au stand up paddle en mettant l'accent sur la sécurité, la technique et l'amour de la nature.

Introduction (10 minutes)

- Accueil des élèves
- Présentation et distribution des équipements
- La sécurité sur l'eau

Théorie (10 minutes)

- Apprentissage de la technique de pagaie
 - Position des mains
 - Technique de rame
 - Manœuvres de base
- Apprentissage des techniques de mise à l'eau, de l'équilibre et des déplacements sur la planche

Pratique (45 minutes)

- Sortie sur l'eau supervisée
- Mise en pratique des techniques apprises en individuel, binôme ou en groupe
- Balade et randonnée

Environnement (10 minutes)

- Présentation de l'écosystème marin
 - Sensibilisation à la préservation de l'environnement.
 - Observation de la faune et de la flore
 - Nettoyage de la plage ou des rives.

Débriefing / rangement (10 minutes)

- Discussion sur la réussite et les défis rencontrés
- Rangement du matériel



KAYAK

Calvados - Manche
1h30 - 16 max
18 € / enfant
A partir de 8 ans



TCHAK AVENTURES
Partageons le bonheur !



Le kayak est une excellente opportunité d'apprentissage en plein air, combinant des compétences physiques, la sensibilisation à l'environnement et le renforcement de la confiance en soi.

Objectif de la séance

Initier les élèves au kayak et l'appréciation de l'environnement aquatique.

Introduction (15 minutes)

- Accueil des élèves
- Présentation et distribution des équipements
- La sécurité sur l'eau

Exploration (30 minutes)

- Apprentissage de la technique de pagaie
 - Position des mains
 - Technique de rame
 - Manœuvres de base
- Apprentissage des techniques de mise à l'eau, de l'équilibre et le positionnement sur le kayak

Observation (20 minutes)

- Sortie sur l'eau supervisée
- Mise en pratique des techniques apprises en individuel, binôme ou en groupe
- Balade et randonnée

Environnement (10 minutes)

- Présentation de l'écosystème marin
 - Sensibilisation à la préservation de l'environnement.
 - Observation de la faune et de la flore
 - Nettoyage de la plage ou des rives.

Débriefing / rangement (10 minutes)

- Discussion sur la réussite et les défis rencontrés
- Rangement du matériel