

# Trousse Camp 2019



## Informations générales pour passer un été génial au camp CAMO

### Lettre de bienvenue

Chers Parents,

Ce document présente tous les renseignements importants pour le passage au camp de jour CAMO plongeon. Suivez ce document à la lettre et soyez assuré que votre enfant passera un été mémorable!

Il est suggéré de garder ce document à portée de main à titre consultatif. Vous y trouverez tout ce qu'il faut : les procédures du fonctionnement général du camp, la liste du matériel, les procédures disciplinaires, ainsi que l'horaire hebdomadaire.

Si vous avez besoin de plus amples renseignements après la lecture de la trousse, vous pouvez toujours me rejoindre par courriel [lmolnar@camoplungeon.com](mailto:lmolnar@camoplungeon.com) ou par téléphone au bureau du club, 514 872-1838.

Merci d'avoir choisi le club de plongeon CAMO dans la planification de vos activités estivales!

Au plaisir,

Leila Molnar  
Coordonnatrice des Camps de Jour  
Plongeon Camo  
514-872-1838  
[lmolnar@camoplungeon.com](mailto:lmolnar@camoplungeon.com)

## Fonctionnement technique

### Arrivées et départs

---

Les activités du camp de jour commencent à 9h et terminent à 16h30. Quant à lui, le service de garde ouvre à 7h30 le matin et termine à 18h le soir. Merci d'amener vos enfants à l'heure, afin d'assurer un déroulement efficace des activités.

L'arrivée et le départ se font à la salle de base des camps, soit la salle sud-ouest au Centre Claude-Robillard pour Montréal et la salle 113 à la cité des sports pour Terrebonne.

Pour les arrivées tardives et les départs hâtifs, nous indiquerons sur la porte du local où nous sommes en tout temps. Pour les départs hâtifs, il est essentiel de mentionner à l'animateur en charge que vous êtes venu chercher votre enfant.

Pour un départ avec une personne autre que le titulaire de l'enfant, il faut que le parent ait préalablement signé une décharge, sans quoi nous devons procéder à de plus amples vérifications avant de laisser partir votre enfant.

**Pour les départs après 18h (retard) :** Il y a des frais de 10\$ par tranches de 10 minutes après 18h. Les parents doivent payer le montant en argent comptant et directement à l'entraîneur présent.

### Allergies, maladies, maladies contagieuses et médicaments

---

Les animateurs sont informés des conditions inscrites sur leur fiche médicale que vous avez remplie en ligne sur la plateforme AMILIA. Si vous ne l'avez pas fait, veuillez s'il vous plaît en aviser les animateurs dès leur arrivée à la première journée au camp.

En raison des allergies alimentaires, veuillez s'il vous plaît bannir tout produit d'arachide des boîtes à lunch.

Pour les enfants qui ont besoin d'un ÉPIPEN, veuillez toujours s'assurer qu'elle soit en leur possession.

Si votre enfant doit prendre un médicament, qu'il nécessite ou non l'aide de l'animateur, veuillez s'il vous plaît l'en aviser dès son arrivée à sa première journée.

Les enfants ayant une condition qui peut être contagieuse (fièvre, varicelle, nausées, maux de ventre importants, poux) doivent rester à la maison jusqu'au contrôle de cette condition.

## Matériel

### Quoi apporter?

---

- Tenue sportive et appropriée pour la température
- Le port du t-shirt du camp est obligatoire à tous les jours (celui-ci vous sera remis gratuitement la première journée de la première semaine où votre enfant est inscrit au camp). Vous pouvez vous procurer des T-shirts supplémentaires au coût de 20\$.
- Souliers de course obligatoires (pas de sandales!)
- Chapeau/Casquette nécessaire à tous les jours
- Crème solaire
- Bouteille d'eau
- Maillot 1 pièce
- Minimum 2 serviettes par jour
- Un Lunch froid avec minimum 2 collations (pas d'accès micro-ondes)

### Matériel prohibé

---

- Cadenas
- Téléphones cellulaires
- Ipad/Ipod/Iphone/Jeux vidéos
- Jeux, jouets et objets à collectionner qui viennent de la maison
- Tous les objets de valeur

### Objets volés/perdus

---

Nous ne sommes pas responsables des objets perdus ou volés. Cependant, nous tiendrons une boîte d'objets perdus en tout temps à l'entrée des salles du camp.

## Intervention et discipline

### Les 10 commandements du camp

---

- 1er. J'écoute et reste silencieux quand les animateurs parlent
- 2e. Je jette mes déchets dans la poubelle après avoir mangé
- 3e. J'apporte tout mon équipement du parfait campeur CAMO plongeur
- 4e. J'accepte tous les amis qui veulent jouer avec moi
- 5e. J'utilise le matériel adéquatement et le partage avec tous les amis
  - a. Les ballons dans les salles du camp restent au sol
- 6e. Je range mon matériel à la bonne place quand j'ai fini de l'utiliser
- 7e. Je ne pars pas sans dire bye à mon animateur
- 8e. Je vais aux toilettes 2 par 2 après avoir demandé la permission
- 9e. Je n'ai pas recours à la violence physique ou verbale
- 10e. Je m'amuse et fais de mon mieux dans toutes les activités !

### Mesures disciplinaires

---

Si un enfant a des problèmes de comportements qui empêchent le bon fonctionnement du camp et qui ne respectent ni les règlements ni les valeurs du club de plongeur CAMO, les parents en seront avertis.

Aucune violence verbale, physique ou acte qui compromet la sécurité des participants ne sera toléré. Ces actes peuvent mener à des sanctions telles que la suspension à une activité, une suspension journalière ou à un renvoi du camp.

Si les problèmes de comportement sont récurrents, l'enfant sera suivi par la coordonnatrice des camps à l'aide d'une feuille de route.

## Horaire hebdomadaire type

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Service de Garde : 7h30-9h00</b>					
<b>Bloc 1</b> <b>9h00-10h00</b> Échauffement	Sports collectifs	Acrobaties	Expression corporelle	Athlétisme	Grand jeu thématique
<b>Collation, transition, déplacement</b> <b>10h00-10h30</b>					
<b>Bloc 2 :</b> <b>10h30-12h00</b> Habilités de plongeon : Circuit, Jeux, Concours	Ateliers positions et activité natation	Activité de chutes et activité natation	Activité des avants et activité de natation	Activité des arrières et activité de natation	Activité des avants et les retournés et activité de natation
<b>Dîner et Jeux libres</b> <b>12h00-13h30</b>					
<b>Bloc 3 :</b> <b>13h30-15h00</b> Plongeon	Pratique de plongeon en fonction du niveau et groupe d'âge				Jeux de plongeon liés au grand jeu OU spectacle
<b>Collation, transition, déplacement</b> <b>15h00-15h30</b>					
<b>Bloc 4</b> <b>15h30-16h30</b> Jeux sportifs	Jeux de Gymnases adaptés au thème de la semaine	Parcours et courses à Obstacles	Mise en place du thème	Jeux d'équipe variés	Grand Jeu thématique
<b>Service de Garde : 16h30-18h00</b>					