

## Musique et Gourmandise

(pour tous âges, toutes saisons)



### La Musique

« La Musique à la portée de tous »

La musique est notre spécificité et ce, depuis la création de notre Fédération en 1948 et l'ouverture du centre « Montagne et Musique » en 1990. Persuadés que la Musique est un lien riche et déclencheur permettant l'expression de chacun, votre séjour est ponctué de nombreux moments musicaux :

Tout commence le matin par un réveil en musique, puis après un bon petit déjeuner, notre musicien vous accueille, dans sa salle de Musique, pour 30 mn de chorale collective.

Dans la matinée, 1h de musique quotidienne par classe va permettre la découverte d'instruments sur lesquels il est possible de jouer sans connaissance musicale particulière.

Et sur une après-midi, en demi-groupe classe, les enfants pourront découvrir une autre famille d'instruments pendant une heure...

Nos objectifs sont que l'enfant joue, chante, écoute, bouge, crée et se fasse plaisir !

**En fin de semaine**, (pour les séjours de 4 et 5 jours) une fête musicale permettra aux enfants de présenter leurs réalisations. Vous pouvez télécharger les paroles et les play-back des chansons de Pierre-Yves, alias PieroLalune sur le site du Centre.

[www.montagneetmusique.com/la-musique](http://www.montagneetmusique.com/la-musique)



### Gourmandise

Deux ateliers cuisine, un jeu de kim, des sorties en forêt sur le thème « qu'est ce qui se mange dans la nature » et « La Chaîne alimentaire » et un petit tour dans les cuisines du Centre pour éveiller la curiosité !! Voilà le programme de ce séjour où l'alimentation est le fil rouge de toutes les activités.



Coiffés d'un calot et habillés d'un tablier, les enfants confectionnent un plat salé et un plat sucré à faire déguster par tous, succès garanti !!

Les recettes proposées vous sont remises en début de séjour afin de familiariser les enfants au vocabulaire et aux différentes étapes de fabrication.

Les réalisations de l'activité « Cuisine » sont incluses en amont dans le menu et animée par nos animateurs.

Il est proposé également des « kim-goût » et « Kim-odeur » où, les yeux fermés, les enfants doivent reconnaître ce qu'on leur fait goûter et sentir : odeurs, saveurs, salé, sucré, amer, acide, structure, dur, mou... Les papilles et l'odorat en action !!



## La Nature et l'Environnement



En alternance avec l'activité « Musique » et l'activité « Gourmandise », la Nature permet une approche, une découverte et une connaissance d'un milieu montagnard : le Plateau du Vercors.

Les différentes sorties nature sont basées sur le principe que l'on apprend mieux en participant qu'en écoutant. Des activités structurées et ludiques sont utilisées pour canaliser l'énergie des enfants et permettre progressivement une ouverture au monde naturel. La nature devient un grand terrain de jeu et d'expériences diversifiées où tout un chacun est acteur.

Notre centre « Montagne et Musique » est situé au cœur du Parc Naturel Régional du Vercors. Notre approche pour la découverte de l'environnement s'appuie sur les nombreuses richesses que recèle son implantation et notamment la possibilité de découvrir à proximité une flore diversifiée et une faune abondante. Habitats, traces, ou restes de repas, partons à la découverte ! Il s'agit de convier l'enfant à une lecture interactive du paysage, lecture avec les yeux de l'historien, du géographe, du poète, du peintre, de l'économiste ou du géologue...

En matinée et en après-midi suivant les jours (voir planning ci-dessous), les enfants partent pour une sortie nature proche du centre, encadrés par un animateur Nature, passionnés d'environnement. Les sorties « Nature » peuvent être en rapport direct avec le thème choisi avec des thèmes comme « Qu'est ce qui se mange dans la nature » et « la Chaîne alimentaire ».

Mais vous pouvez choisir d'autres thèmes pour compléter parmi les thèmes proposés dans notre fascicule spécial « Nature » (découverte sensorielle et imaginaire, Faune sauvage du Vercors, Flore et milieu Forestier, L'eau et le peuple de l'eau, Patrimoine, Orientation, lecture de Paysage, Développement durable...). Vous pouvez choisir soit un thème par jour pour une initiation, soit un ou deux thèmes sur la semaine qui seront plus approfondis.



## Exemple de Planning « Musique et Gourmandise » sur 5 jours

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Lever 7h30, petit déj à partir de 7h45...		Anim Nature et Accomp.	Anim Nature et Accomp.	Anim Nature et Accomp.	Anim vie quot et Accomp.

de 8h45 à 9h15	Accueil par l'Anim vie quot Installation  11h45-12h15 <b>Réunion</b> Enseignant, Accompagnateurs et Directrice Adjointe	<b>Chorale</b>	<b>Chorale</b>	<b>Chorale</b>	<b>Chorale</b>
de 9h15 à 10h15		<b>Nature</b> $\frac{1}{2}$ classe avec Anim Nature <b>Classe</b> $\frac{1}{2}$ classe Etude de la recette	<b>Musique</b>	<b>Nature</b> classe entière	<b>Musique</b>
de 10h15 à 11h15		<b>Musique</b>	<b>Nature</b> classe entière	<b>Musique</b>	Draps et valises Anim vie quot et Accomp.
de 11h15 à 12h15		<b>Nature</b> $\frac{1}{2}$ classe <b>Classe</b> $\frac{1}{2}$ classe Etude de la recette			Jeux dehors
Repas à 12h15 de 12h15 à 13h30/13h45	Repas-Tps calme Anim vie quot et Accomp.	Repas-Tps calme Anim vie quot et Accomp.	Repas-Tps calme Anim vie quot et Accomp.	Repas-Tps calme Anim vie quot et Accomp..	Repas-Tps calme Anim vie quot et Accomp.

*Repas mardi midi entre les enseignants, le musicien et la direction.*

*Repas « bilan » vendredi midi entre les enseignants, le musicien et la Direction*

Arrivée de :	Anim Nature	Anim Nature	Anim Nature	Anim Nature	Anim Nature
13h30 à 16h30  2 groupes A et B ( $\frac{1}{2}$ groupe classe)  et/ou Musique le mercredi	14h-15h <b>Chorale</b> enfants avec accompagnateur <b>Réunion</b> enseignants animateurs - Directrice Adjointe  15h-16h30 Balade <b>Nature</b> Avec l'Anim Nature	<b>GROUPE A</b> 14h-15h30 <b>Cuisine</b> 15h30-17h <b>Nature</b>  <b>GROUPE B</b> 14h-15h30 <b>Nature</b> 15h30-17h <b>Cuisine</b>	<b>GROUPE A</b> 14h-15h <b>Musique</b> 15h-16h <b>Jeux de Kim</b>  <b>GROUPE B</b> 14h-15h <b>Jeux de Kim</b> 15h-16h <b>Musique</b>	<b>GROUPE A</b> 14h-15h30 <b>Nature</b> 15h30-17h <b>Cuisine</b>  <b>GROUPE B</b> 14h- 15h30 <b>Cuisine</b> 15h30-17h <b>Nature</b>	13h Bilan avec les Animateurs Nature  13h45-14h30 <b>Fête Musicale</b>  <b>Départ à 15h</b>  ou 14h30-16h Balade <b>Nature</b> 16h goûter Départ 16h30

16h30-18h Goûter Douches jeux lecture	Anims vie quot et Accompagnateur.	Anims vie quot et Accompagnateur.	Anims vie quot et Accompagnateur	Anims vie quot et Accompagnateur	
18h pause Anims	Classe	Classe	Classe	Classe	
Dîner à 19h	Anim vie quot et Accomp.	Anim vie quot et Accomp..	Anim vie quot et Accomp.	Anim vie quot et Accomp..	
Veillée..., avec coucher à partir de 20h30, surveillance animateur jusqu'à 21h15	Règles de Vie - contes ou jeux	Exemple : Jeu d'Expression	Exemple : Grand Jeu	Exemple : Jeux musicaux	
Garde de nuit	1 Anim vie quot	1 Anim vie quot	1 Anim vie quot	1 Anim vie quot	



## Tarif 5 jours

Séjour de septembre à décembre 2018 : **264€ / élève**  
Séjour de janvier à juin 2019 : **278€ / élève**  
Et 5€ d'adhésion pour l'école.

Séjour possible sur 4 et 3 jours, nous consulter également.

Ce tarif comprend : l'hébergement en pension complète (du lundi matin au vendredi 16h30), l'activité musicale (7h45 par élève en groupe classe et 1h en demi groupe classe), l'activité Gourmandise (4h30 en demi groupe classe soit 9h pour la classe entière), 1 animateur de vie quotidienne, 1 animateur Nature, tous deux assistants sanitaires (voir planning ci-dessous), la gratuité pour l'enseignant, les AVS et EVS et pour le nombre réglementaire d'adulte soit :

*En maternelle* : l'enseignant et 1 accompagnateur gratuit jusqu'à 16 élèves, 2 accompagnateurs gratuits jusqu'à 24 élèves et 3 accompagnateurs gratuits jusqu'à 32 élèves

*En primaire* : l'enseignant et 1 accompagnateur gratuit jusqu'à 20 élèves, 2 accompagnateurs gratuits jusqu'à 30 élèves et 3 accompagnateurs gratuits jusqu'à 40 élèves

Les accompagnateurs sont à prévoir par l'école. Tout accompagnateur supplémentaire est au tarif de 36.50€ / jour.

### Conditions de Réservation :

- Après un premier échange téléphonique ou par e-mail, mise d'option sur des dates précises qui vous sont réservées le temps nécessaire pour vous assurer de l'acceptation des familles et des financeurs éventuels (Mairie, Association des parents d'élèves, Sou des Ecoles, JPA -ANCV <http://www.jpa.asso.fr/des-aides-au-depart-en-classe-de-decouverte/>, Mécénat d'entreprises etc...).
- Signature d'une fiche de réservation afin de se mettre d'accord sur le nombre d'enfants, d'adultes, le tarif et l'échéancier de paiement (généralement : 30% du montant total à la signature du protocole, 40% un mois avant le séjour, le solde soit 30% un mois après le séjour mais possibilité d'arrangement).
- A réception de cette fiche de réservation (ou à une date convenue à l'avance), établissement du protocole d'accord avec demande d'acompte.
- Envoi des documents pour l'application « sortie - scolaire » (numéro d'inscription du Centre : 4.21.80.38.301)
  - \* Un planning adapté à votre séjour, les diplômes et agréments des intervenants si besoin et des animateurs.
  - \* Les annexes pour les déplacements pendant le séjour si besoin.
  - \* Le fascicule des thèmes Nature proposés. Votre choix devra nous être retourné au moins quinze jours avant votre arrivée

- Envoi des documents pour les familles, à savoir : la fiche sanitaire, la fiche administrative, le trousseau.
- Envoi des documents complémentaires pour votre séjour :
  - \* une liste des particularités de chaque élève à nous retourner une quinzaine de jours avant votre arrivée
  - \* la répartition des chambres. La liste des enfants dans les chambres nous sera retournée également une quinzaine de jours avant votre arrivée
- Un petit mot pour vos accompagnateurs sur les habitudes et le fonctionnement de la « maison » afin qu'ils trouvent leur place. Nous demandons une présence aux différents moments de vie quotidienne (lever, repas, douches et coucher) et dans certaines activités afin d'avoir toujours au minimum 2 adultes par groupe.

#### **Communication avec les familles avant et pendant le séjour :**

- Un diaporama de présentation du centre et des activités choisies peut vous être envoyé sur demande pour votre réunion avec les familles. De plus, si nous en avons la possibilité, nous pouvons nous déplacer à l'école pour rencontrer les familles.
- Pendant le séjour, nous vous proposons d'avoir, sur notre site, une page privée avec mot de passe, à communiquer aux familles sur laquelle vous pouvez mettre un petit mot et une trentaine de photos par jour. Cette page vous est réservée et ne peut être vu par les autres écoles. De plus, Pierre-Yves, notre musicien, a équipé la salle de musique d'une caméra qui lui permet de filmer les progrès des enfants et surtout la fête musicale de fin de séjour. Ces films sont mis sur cette page privée.



#### **Activités Complémentaires (en option)**

- **La Ferme des Marmottes** (toute l'année) En matinée sur 2h.  
([www.fermedesmarmottes.com](http://www.fermedesmarmottes.com)) ferme pédagogique très intéressante et adaptée aux enfants, distante de 3km du centre. **Tarif : 16€ / élève** (bus et visite),
- **L'atelier des P'tits bouts d'bois** (toute l'année) : Possibilité de visiter cet atelier qui raconte le chemin « de l'arbre à l'objet ». 1h de visite par demi groupe classe.  
**Tarif : 70€ / classe** (visites, accès à pied), **35€ / jusqu'à 15 élèves maximum**,
- **Grimpe d'arbre** (automne et printemps, à partir du CE1) :  
Encadrée par un professionnel agréé, en petit groupe de 8, cette pratique sportive, proche de l'escalade (puisque chaque enfant est équipé d'un baudrier, de corde et de mousquetons), permet de se mettre dans la peau d'un... écureuil en passant de branche en branche et de se surpasser en allant faire sonner la clochette en haut de l'arbre. La



progression, la confiance en soi, la cohésion du groupe sans oublier une vision de la Nature autrement, sont les motivations de Maxime, l'animateur BPJEPS.

**Tarif : 150€ / séance d'1h15, par groupe de 8 élèves maximum.**

- **Relaxation** (toute l'année, à partir de la GS) En matinée:  
Activité animée par un professionnel ([www.sport-yoga-nature.com](http://www.sport-yoga-nature.com)). Accompagnateur en montagne, formateur dans les métiers de montagne, François intervient régulièrement dans le cadre de projets pédagogiques É N et en entreprise sur la question de la qualité de vie au travail.  
Se déroulant de préférence dans la nature, le but des séances est d'apporter aux enfants du recentrage, de la concentration et d'améliorer les ressentis émotionnels à travers des exercices simples, dans un esprit ludique, en adoptant une méthode interactive, non statique. Les pratiques proposées agissent en faveur de la santé. (Stimulation des consciences sensorielles, pratiques respiratoires dirigées, étirements, postures d'équilibre).  
Séance d'1h30 par demi-groupe classe ou classe entière suivant effectif. Possibilité de faire une, deux ou trois séances sur la semaine. **Tarif : 80€ / séance par groupe de 8 à 12 élèves.**
- Séance d'1h30 **spéciale « Enseignant »** à voir directement avec l'intervenant.  
Cette séance est axée sur la compréhension, la gestion du stress et des émotions. Les objectifs sont de mettre en lumière les mécanismes physiologiques et émotionnels auxquels chacun est soumis en situation d'enseignant ou de stress important et d'apporter aux enseignants quelques pratiques psycho - corporelles leur permettant de réguler leurs propres émotions et de ramener une classe à un niveau de concentration favorable à l'apprentissage
- **Débats à visée philosophique** (toute l'année, à partir du CP) En matinée: Activité animée par une professionnelle formée à la fondation SEVE initiée par Frédéric Lenoir.  
Dans un cadre bienveillant et sécurisant, la parole est donnée aux enfants en complète résonance avec leur vécu. Les objectifs de ces débats sont la liberté de parole dans le respect de soi et des autres, l'organisation démocratique de la prise de parole, la capacité d'écoute de l'autre, la recherche commune de sens, de "vérité" dans l'acceptation de la différence, la valorisation de la pensée individuelle sous-tendue par l'exigence de l'argumentation.  
L'adulte est garant du cadre mais ne participe pas aux débats.  
Séance d'1h30 par demi groupe classe ou classe entière. Possibilité de faire une, deux ou trois séances sur la semaine. **Tarif : 80€ / séance.**
- **Baptême Chiens de Traineaux** (suivant l'enneigement, de janvier à mars) ([www.alpen-team.fr](http://www.alpen-team.fr)): approche de l'animal et premières caresses. Apprentissage des gestes appropriés pour mettre le harnais et atteler les chiens. Puis baptême en traineau, mené par le musher, petite balade dans la plaine avant de dire au revoir en leur donnant une petite récompense gourmande. **Tarif : 48€ / élève (bus et rencontre)**



## Le petit plus « miam miam » de Montagne et Musique

Un vrai restaurant « Chez Cécile » !! 90% des plats servis sont mijotés par notre cuisinière avec le plus possible d'aliments biologiques ou d'agriculture raisonnée. Nous favorisons les produits locaux comme la viande bio de la ferme des Colibris de Méaudre en Vercors ou les œufs bio de Corrençon en Vercors ou même les Truites de la Vernaison d'Echevis (Vercors Sud), sans parler du pain bio du « Pain du Vercors » à Autrans ou les Ravioles de Chatte....

Tous les régimes et allergies sont respectés et nous rassemblons les anniversaires de la semaine le soir du gâteau maison !!