



Multisports

École secondaire de la Cité

Description sommaire du programme

Le programme multisports permet aux élèves de découvrir une variété de sports et d'expérimenter différentes activités physiques. Il favorise le dépassement de soi et l'engagement dans un mode de vie actif tout au long de l'année scolaire.

Objectifs du programme

- Développer les habiletés personnelles, sociales et relationnelles;
- Favoriser un mode de vie sain et actif;
- Encourager le leadership positif et l'esprit d'équipe;
- Développer des stratégies adaptées à chaque sport;
- Valoriser la participation à divers volets sportifs.

Profil de l'élève

- Aime bouger et découvrir de nouveaux sports;
- A un intérêt pour la condition physique et l'activité physique;
- Souhaite développer son leadership et sa collaboration;
- Veut s'investir dans des activités sportives variées.

Activités proposées

- Volet plein air;
- Conditionnement physique;
- Programme d'entraînement personnalisé;
- Sports individuels;
- Activités technico-artistiques;
- Sports d'équipe.

** Les équipes RSEQ, les activités parascolaires et les tournois sont ouverts à tous les élèves.*

Niveaux concernés

- Première, deuxième, troisième, quatrième et cinquième secondaire ainsi que les élèves de l'adaptation scolaire.

Critères d'admission

- Intérêt de l'élève
- Disponibilité des places

Frais d'inscription

- Aucun



www.cite.csspo.gouv.qc.ca



(819) 557-8008



ecole.041@csspo.gouv.qc.ca