Multisports

École secondaire Grande-Rivière

Description sommaire du programme

Vous avez un penchant pour le sport? Multisports est pour vous! Ce programme s'adresse aux élèves passionnés par diverses activités sportives, possédant de bonnes compétences tant sur le terrain qu'en dehors.

Sur une période de cinq années au secondaire, les élèves explorent une gamme variée d'activités physiques dans différents environnements, favorisant le dépassement de soi et l'adoption de saines habitudes de vie.

Objectifs du programme

- Favoriser le développement personnel à travers des activités stimulantes et exigeantes;
- Encourager le dépassement de soi;
- Promouvoir une pratique régulière d'activités physiques et l'adoption de saines habitudes de vie;
- Développer l'autonomie et la responsabilité sur le plan sportif, pédagogique et comportemental.

Profil de l'élève

- À l'entrée : Élève passionné par le sport, curieux de découvrir de nouvelles disciplines et motivé à s'investir dans un programme dynamique.
- À la sortie : Élève ayant développé une routine sportive régulière, une connaissance approfondie de diverses activités physiques et des compétences transférables pour une vie adulte active.

Activités proposées

- Sports collectifs : Ultimate frisbee, badminton double, volleyball;
- Sports individuels : Natation, escalade intérieure, ski de fond, yoga;
- Condition physique : Entraînement musculaire, entraînement cardiovasculaire, nutrition;
- Sorties spéciales : Ski alpin, golf, voile;
- Développement de compétences transversales : ouverture d'esprit, leadership, organisation, respect et éthique sportive.

Niveaux concernés

- 2027-2028 : première à la cinquième secondaire

Critères d'admission

- Intérêt de l'élève
- Disponibilité des places

Frais d'inscription

- Aucun

www.esgr.csspo.gouv.qc.ca

819-682-8222

ecole044@csspo.gouv.qc.ca

Centre de services scolaire des Portages-de-l'Outaouais

Québec