



Multisports

École secondaire Mont-Bleu

Description sommaire du programme

Le programme Multisports se veut une bonification du cours d'éducation physique qui amènera l'élève à approfondir certaines connaissances dans sa pratique d'activités physiques, à en développer de nouvelles et bien entendu à suivre un parcours scolaire qui bouge.

Objectifs du programme

- Le programme Multisports se veut le parfait moyen d'augmenter le temps d'activité physique des élèves inscrits dans le contexte scolaire;
- L'élève pourra développer autant ses caractéristiques physiques (engagement moteur, endurance musculaire et cardiovasculaire, sa coordination etc.) que le côté réflexif et stratégique ainsi que le travail d'équipe;
- Pour les élèves-athlètes qui œuvrent dans des équipes civiles ou scolaires, un réinvestissement des apprentissages deviendra certainement un atout.

Profil de l'élève

- Travailler en équipe;
- Montrer de l'intérêt pour l'activité physique;
- Faire preuve de respect envers son environnement, le matériel et ses pairs;
- Avoir de l'intérêt pour découvrir de nouvelles activités physiques tant à l'intérieur qu'à l'extérieur.

Activités proposées

L'élève aura l'occasion :

- D'avoir 6 périodes d'éducation physique par 9 jours (2 périodes d'éducation physique et 4 périodes de programme);
- D'expérimenter différents moyens d'action qui ne sont pas prévus au programme régulier.
- De pratiquer l'éducation physique dans différents contextes (gymnase, palestra, salle de musculation, piscine, extérieur);
- De bénéficier de quelques sorties d'expérimentation lors des 3 années prévues au programme (randonnée pédestre, ski alpin, ski de fond, visite de centres d'entraînement, escalade...).

Niveaux concernés

- Le programme est offert en secondaire 1, 2 et 3. Il mène vers l'option sportive de cinquième secondaire sans toutefois être un préalable.

Critères d'admission

- Intérêt de l'élève
- Disponibilité des places

Frais d'inscription

- Aucun frais pour le programme. Il pourrait toutefois y avoir des frais supplémentaires pour l'achat de vêtements pour l'extérieur, par exemple.



www.mont-bleu.csspo.gouv.qc.ca



819-771-7131 poste 846710



sr1.secondaire.mont-bleu@csspo.gouv.qc.ca