

2025/26 : COURS À OPTION – CLASSES DE 3^E

Titre : Sport découverte

Titulaire(s) du cours : Lamborelle Nathalie
Classes : 3^{es}
Horaires : jeudi, 7h55 – 9h40
Salle : Hall sportif et extérieur
Nombre maximal d'élèves : 16

Finalités et objectifs de l'option

Découvrir des activités sportives qui pour la plupart ne peuvent pas être offertes pendant le cours d'éducation physique et sportive hebdomadaire. La pondération des activités est axée sur le surpassement et la confiance en soi-même. De même les élèves sont menés au bon fonctionnement en groupe afin de garantir le bon déroulement des activités.

Programme

Le programme définitif des activités sera fixé au cours du 1^{er} trimestre selon les réservations possibles pour les différentes activités.

- Parkour/Freerunning au hall sportif
- escalade au BLOXX
- Tennis au CNT à Lallange
- Mountainbike
- Excursion obligatoire à Lultzhausen à la base nautique au 3^e trimestre
- ...

Méthodologie, déroulement

Chaque cycle les activités sportives changent. Les élèves s'engagent à s'épanouir dans les différentes activités proposées et sont capables de produire des réflexions et des productions. Certains cours se déroulent au LGE, d'autres en externe. Les élèves s'organisent pour se rendre au RDV externe pour le début de la leçon, le retour au LGE se fera ensemble. L'excursion à Lultzhausen est obligatoire.

Public cible

Tous les élèves intéressés et motivés par les activités ayant un niveau sportif moyen à excellent.

Équipement requis

Équipement de sport pour l'intérieur et l'extérieur