

Enseignement optionnel Education Physique et Sportive



LYCÉE POLYVALENT
**JEAN-BAPTISTE
DUMAS**

Cet enseignement consiste en une approche spécialisée
visant à une pratique plus
soutenue et à un engagement vers une spécialisation sportive.
Les élèves de secondes premières et terminales sont regroupés sur le même créneau
à savoir le mercredi de 13h à 16 h.

Cela suppose pour les élèves un investissement ET un goût pour les activités enseignées :
L'ESCALADE ET LE BADMINTON
LES DEBUTANTS SONT ACCEPTEES

OBJECTIFS :

- Pratiquer les activités au plus haut niveau possible pour chaque élève.
- Acquérir une méthode d'entraînement personnel.
- Acquérir des connaissances dans les activités afin d'améliorer sa performance et de pratiquer en toute sécurité.
- Evoluer dans un groupe différent de celui de sa classe



LE PROGRAMME :

Les séances sont modulables suivant la période de l'année :

- Soit 3 h de pratique au lycée avec aussi un travail de préparation physique (cardio, souplesse...)
- Soit une sortie d'escalade en falaise ou sur une autre structure artificielle (13h00-17h00)
- Soit une participation à une compétition UNSS de badminton ou d'escalade.

L'EVALUATION

Chaque trimestre les élèves ont une note sur le bulletin ainsi qu'une appréciation.

Plus d'informations sur :

jean-baptiste-dumas-ales.mon-ent-occitanie.fr



LPO JBD



Insta @lyceejbd



ce.0300002p@ac-montpellier.fr



1 Place de Belgique
30100 ALES



+33 4 66 78 23 23

L'ESCALADE



** SUR le Mur Artificiel couvert du Lycée avec :*

- 57 voies de difficultés croissantes permettant un enseignement adapté au niveau de chacun.
- du Matériel Récent et Performant assurant une grande sécurité.



** SUR le Mur Artificiel de BRIGNON.*

** AVEC des rencontres avec les autres Lycées dans le cadre de l'UNSS.*



LE BADMINTON

- * 2 gymnases équipés de 6 terrains chacun
- * Prêt de raquettes récentes et de bonne qualité.
- * Des rencontres UNSS du Niveau Départemental jusqu'au Championnat de France

