

PARCOURS SPORTIF NATURE & MONTAGNE

2^{nde} GT et 1^{ère}

Le **parcours sportif Nature & Montagne** en 2^{nde} et 1^{ère} Générale et Technologique permet aux lycéens de suivre une scolarité classique avec un temps d'EPS doublé, soit 4 heures, en demi-journée (dans l'emploi du temps des élèves). Des sorties plus longues peuvent être proposées selon l'activité pratiquée.

Ce parcours est la suite du parcours sportif Nature & Montagne délivré au Collège de la 6^{ème} à la 3^{ème}, mais il est ouvert aux nouveaux élèves entrants au lycée, sportifs, désireux de pratiquer des **Activités Physiques de Pleine Nature** de manière plus intense.

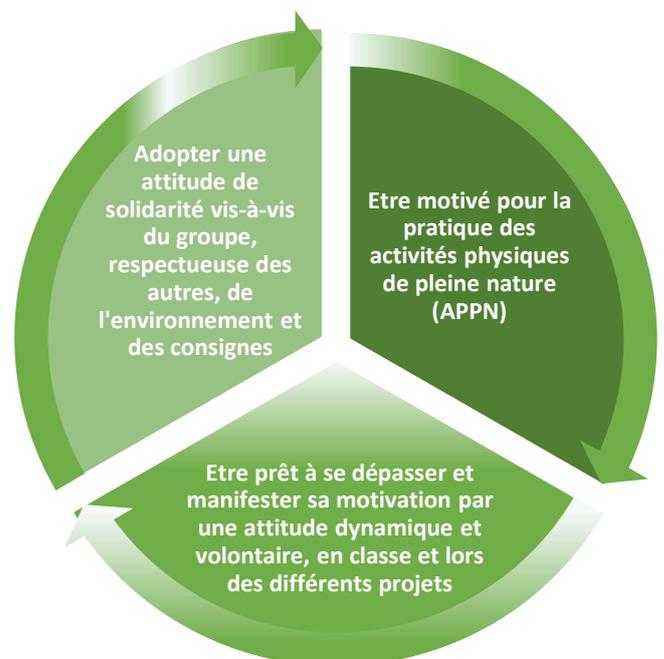
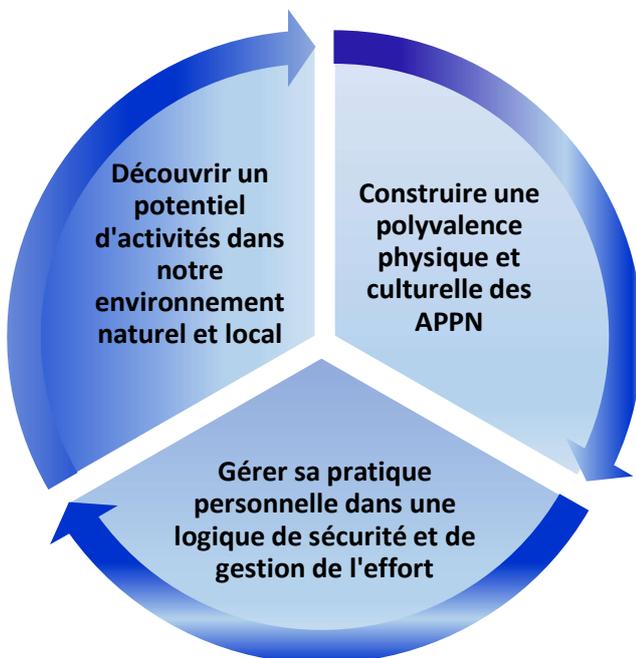
Le groupe est de 24 élèves maximum.

Les élèves seront invités à participer aux compétitions scolaires (escalade bloc, cross, biathlon, raid...).

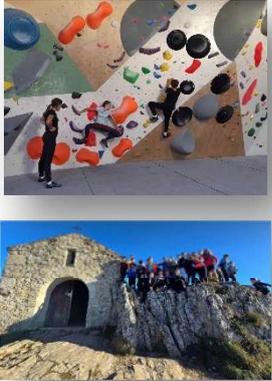
Le **parcours sportif Nature & Montagne** à Saint Louis répond à :

➡ un **triple objectif de formation** :

➡ des **engagements de la part du lycéen** :



Tarif : 200€ par année scolaire.

Niveau	Contenu du Parcours Sportif NATURE & MONTAGNE
2GT	<p>❖ <u>EPS</u></p> <p>Skating / biathlon Approfondissement du skating et du biathlon avec des carabines laser.</p> <p>Escalade Apprentissage des techniques d'assurage et de descente en rappel. Pratique du bloc et à la pratique en milieu naturel.</p> <p>Run and Bike (déplacement écologique)</p> <p>Trail Techniques de trail, montée, descente, relais, gestion de l'effort</p> <p>❖ <u>SORTIES SPORTIVES PONCTUELLES</u></p> <p>❖ <u>SEJOUR</u></p> <p>❖ <u>COMPETITIONS SCOLAIRES</u> Participation possible aux compétitions scolaires en tant que pratiquant et juge.</p> 
1ère	<p>❖ <u>EPS</u></p> <p>Course d'Orientation Recherche de l'autonomie dans des situations et terrains variés.</p> <p>VTT Développer des compétences techniques et physiologiques pour soutenir un effort continu en sécurité.</p> <p>Skating Développer et maîtriser les techniques spécifiques de déplacement en fonction de sa vitesse et du relief.</p> <p>Raid En équipe, être capable d'enchaîner différentes activités (trail, VTT, R&B, CO...) de manière autonome et en toute sécurité.</p> <p>❖ <u>SORTIES SPORTIVES PONCTUELLES</u></p> <p>❖ <u>SEJOUR</u></p> <p>❖ <u>COMPETITIONS SCOLAIRES</u> Participation possible aux compétitions scolaires en tant que pratiquant et juge.</p> 