

Concentration multisport et plein air

La **concentration multisport et plein air** est l'occasion de sensibiliser les élèves aux saines habitudes de vie via des cours théoriques et pratiques tels que le leadership, l'alimentation (cuisine) et les premiers soins.

En première secondaire, l'élève aura 6 périodes par cycle pour explorer le volet multisport ainsi que le volet plein air. Ces cours proposeront des activités concrètes et signifiantes lui permettant de faire un choix entre l'un des deux volets à partir de la deuxième secondaire.

Dans le **volet multisport**, l'élève découvrira divers sports collectifs et individuels. Toutes les saisons, les sports extérieurs seront enseignés, même l'hiver.

Le **volet plein air** vise à faire vivre des expériences en nature qui favoriseront le développement de l'autonomie, l'accomplissement et le dépassement de soi en plus d'offrir une gamme d'activités sportives alternatives. L'élève aura l'occasion de mettre en pratique les apprentissages vus en classe lors de sorties dans la région; par exemple, canot, escalade, canot-camping, randonnée pédestre, ski de fond, vélo.

Grille-matières

Anglais (2 périodes)

Culture et citoyenneté québécoise (2 périodes)

Éducation physique (6 périodes)

Français (7 périodes)

Géographie (3 périodes)

Histoire (3 périodes)

Mathématique (6 périodes)

Science et technologie (4 périodes)

L'élève en concentration multisport et plein air s'engage à :

- Participer à tous les cours de piscine;
- Avoir les vêtements appropriés pour faire les activités extérieures;
- Participer activement aux sorties;
- S'engager activement aux cours théoriques autant en plein air qu'en lien avec les saines habitudes de vie.