

SSS

SECTIONS SPORTIVES SCOLAIRES ESCALADE OU BASKET BALL



OBJECTIFS

Permettre aux élèves de pratiquer intensivement, de façon rigoureusement encadrée, une activité physique choisie durant le temps scolaire.

PROFIL DES ÉLÈVES

Les Sections Sportives Scolaires (SSS) s'adressent à des élèves volontaires soucieux de progresser dans les domaines physiques et sportifs pour contribuer à la réussite scolaire. Les élèves de filières générale, technologique et professionnelle peuvent candidater aux tests de sélection.





CONTENU DE LA FORMATION

- Basket-ball** : Acquisitions tactiques et techniques, développement des compétences pour l'arbitrage, construction d'un état d'esprit section sportive scolaire.
- Escalade** : Acquisition de compétences techniques et sécuritaires en escalade afin de devenir un grimpeur autonome. La formation intègre aussi du VTT pour la préparation physique et de la course d'orientation afin de former un sportif de pleine nature complet et indépendant.

Les + de la formation

- Pas de note** sur le bulletin trimestriel **mais une appréciation** mettant en avant **l'investissement, l'état d'esprit et les acquisitions** de l'élève.

Basket-ball :

- Approfondissement des notions du basket**, progression technique et tactique, connaissances sur la préparation physique, mentale et l'entretien de soi.
- S'affirmer** à travers la pratique de l'arbitrage.
- Suivi** de la charge de travail hebdomadaire.
- Partenariat avec un club de Jeep Élite.**
- Animations d'ateliers** en lien avec le handicap, participation à l'encadrement du lux trophy.

Escalade :

- 5 surfaces artificielles** d'escalade sont proposées à l'entraînement.
- Sortie en falaise** dès que la météo le permet.
- Un terrain de jeu incroyable pour le VTT à moins de 2 kms.
- 3 cartes d'orientation disponibles autour du lycée.
- Un stage « sports nature »** de plusieurs jours chaque année.
- Une salle de musculation pour une préparation physique optimale.**

DÉBOUCHÉS ET POURSUITES D'ÉTUDE

Filières STAPS, diplôme d'entraîneur (BP JEPS...) et autres.



Lycée polyvalent
Lumière

Réalisateur d'avenirs

33 ter Rue de Grammont
70300 Luxeuil-les-Bains
tél. 03 84 40 21 21
mail : lyc.lumiere.luxeuil@ac-besancon.fr

www.lyc-lumiere.ac-besancon.fr

