

Si tu as envie de **Bouger** **Découvrir de nouveaux espaces** **Partager des moments forts**

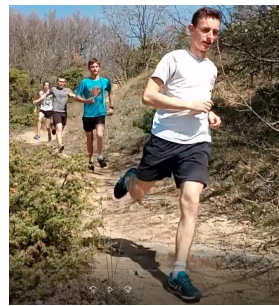
ENSEIGNEMENT OPTIONNEL « AUTRES PRATIQUES SPORTIVES »

ACTIVITES DE PLEINE NATURE

Les activités pratiquées

Les activités pratiquées permettent d'appréhender les territoires proches de notre établissement.
(Drôme des collines, Vercors, Ardèche...)

- Randonnée pédestre
- Course d'orientation
- Trail / Course en montagne
- Randonnée nordique (ski de fond / Raquettes à neige)
- Randonnée aquatique
- Raid multi-activités



OBJECTIFS

Pratiquer des activités physiques et acquérir des compétences permettant de se déplacer en sécurité en milieu naturel.

Connaître les milieux naturels traversés et les respecter.

Coopérer et s'organiser pour mettre en œuvre et gérer un projet collectif de déplacement en autonomie de plusieurs jours.

C'est une option « pratiques sportives » avec des enseignements permettant aux élèves de tester leurs goûts et aptitudes pour les sports de pleine nature.



L'organisation mise en place

Cours de 2 heures le jeudi après-midi.

Sorties à la journée ou à la demi-journée pour la pratique de certaines activités (ex : randonnée nordique)

Projet de randonnée sur plusieurs jours en autonomie.

Participation aux rencontres UNSS de plein air.

