



Montagne



Option Montagne



L'Option Montagne se situe au cœur de la vie de la cité et des spécificités locales qui l'entourent. Elle propose une pratique physique diversifiée et un apport de connaissances pluridisciplinaires. L'Option contribue à la formation d'un « citoyen épanoui, cultivé, capable de faire des choix éclairés pour s'engager de façon régulière et autonome dans un mode de vie actif et solidaire ».

Prérequis

- Résultats scolaires et comportement satisfaisants.
- Pour le ski, autonomie sur toutes les pistes.
- Pour le reste, goût de l'effort, soif de découvrir de nouvelles activités et envie de s'épanouir dans un environnement exceptionnel.

Objectifs

- Développer une culture corporelle par l'approfondissement (ski alpin proposé sur les 3 ans) et la découverte de nouvelles activités (run and bike, duathlon...).
- Comprendre les problématiques de société (respect de l'environnement / économie locale / santé...).
- Réfléchir sur les activités physiques à partir de thèmes d'études tels que les spécificités locales, la santé, la prévention des risques, le développement durable, l'environnement et les métiers du sport.
- Construire une logique de projet (de la pratique à l'organisation d'un évènement sportif) et la réalisation d'une étude mettant en lien la pratique et des données scientifiques et/ou technologiques.



1er trimestre

Trail, VTT, run and bike, duathlon, renforcement musculaire, randonnée...

2ème trimestre

Ski de piste, mais aussi snow, ski de rando, ski de fond, raquettes...

3ème trimestre

Raids APPN (course d'orientation, trial, etc) / escalade / parapente...



Cité scolaire de Luchon

Vivez l'Excellence au cœur des Pyrénées

2 Boulevard Charles de Gaulle
31110 Bagnères de Luchon
Tel. 05 61 79 96 50
email : 0311334g@ac-toulouse.fr

