

Volet plein air

CLIENTÈLE :

Les élèves de la 1^{re} à la 5^e secondaire qui auront été recommandés par l'enseignant d'éducation physique et dont les intérêts et la motivation à faire partie du volet sont réfléchis et manifestes.



ORGANISATION SCOLAIRE :

Les élèves bénéficieront de quatre périodes d'initiation au plein air et d'une période en éducation physique.

OBJECTIFS VISÉS :

- Créer de saines habitudes de vie en favorisant la pratique des activités en plein air quotidiennement avec leurs amis, la famille, le personnel de l'école ou les différents groupes organisés.
- Organiser une pratique adéquate et sécuritaire des activités de plein air en Montérégie, au Québec et connaître ce qui se passe ailleurs dans le monde.
- Apprendre et maîtriser les notions qui soutiennent de saines habitudes de vie : bien manger, bien s'hydrater, bien se vêtir et s'abriter selon les différentes conditions climatiques.
- Augmenter la diversité des habiletés de locomotion sous différentes surfaces : terre, eau, glace, neige, routes pavées, roche, etc.

OBJECTIFS VISÉS (SUITE):

- Bien utiliser techniquement le matériel et savoir où se le procurer.
- Connaître les perspectives d'emploi et développer l'autonomie de l'élève à la pratique du plein air.
- Être en mesure d'acquérir des connaissances et des informations précises pour diverses sources de références : revues spécialisées, livres, vidéo, diapositives, fédération plein air, conférences, boutiques spécialisées en plein air, études de marché et de coûts, sites Internet, CD-Rom spécialisés, ressources humaines spécialisées.

ACTIVITÉS OFFERTES :

Tout au long de son parcours au plein air (1^{re} à la 5^e secondaire), les élèves seront initiés à la randonnée pédestre, à l'orientation en forêt, au cyclotourisme et au vélo, à l'escalade, aux expéditions, au camping d'hiver et d'été, au ski de fond, au ski alpin, à la planche à neige, à la raquette à neige, au patinage à glace, au kayak, au canot, à l'apnée, au cours de premiers soins, à la natation, à la pêche, à la survie en plein air et à l'alimentation en plein air.



LIEUX ET INSTALLATIONS UTILISÉS :

- * Parc Les Salines (raquettes à neige, randonnée pédestre, orientation, vélo de montagne, volleyball).
- * Mur d'escalade (porte des Anciens Maires).
- * Canots de la ville de Saint-Hyacinthe.
- * Patinoire extérieure.
- * Terrain de volleyball de plage à l'école.
- * Escalade à l'école.
- * Mont Saint-Hilaire.
- * Local théorique (fartage, raquettes de montagne, sécurité, premiers soins).

Coût approximatif de 113 \$

