

Programme de 3^e EP :

En 3^e année, les 2 heures hebdomadaires d'éducation physique sont données sous la forme d'options à choisir, 1 par trimestre : chaque élève pratiquera donc 3 activités sportives au cours de cette année scolaire : la première d'août à novembre, la seconde de novembre à février/mars, et la dernière de mars à juin.

En fin de 2^e année, les élèves rempliront un formulaire indiquant leurs préférences, dont il sera tenu compte, dans la mesure du possible, pour répartir la totalité des élèves dans les divers cours, par trimestre et par option sportive.

Les activités proposées seront donc déterminées à la fois par les spécificités des enseignant.e.s d'éducation physique du Collège Sismondi, et par les choix des élèves.

De manière générale, le groupe d'éducation physique propose une majorité d'activités « découvertes », pour lesquelles aucun niveau préalable n'est requis, et qui permettent aux élèves de s'initier à un sport qu'ils ou elles ne connaissent pas encore.

Quelques options permettent aussi d'approfondir un sport déjà pratiqué préalablement.

Voici une liste d'activités habituellement proposées, modulables d'une année à l'autre :

- Aérobic
- Badminton
- Baseball
- Escalade (grimpe)
- Football découverte
- Football avancé
- Musculation
- Petits Jeux
- Salsa
- Street Workout
- Tennis
- Tennis de table
- Tir à l'arc
- Unihockey
- Volley-ball
- Yoga