

# OPTION

## NATATION DE LA 6<sup>ÈME</sup> A LA 3<sup>ÈME</sup>



### INSTALLATION



### LES ENTRAÎNEMENTS

- Le mardi et le jeudi de 16H00 à 18H00.
- Le mercredi de 12H45 à 14H15.

### LE SUIVI DE L'ÉLÈVE

- Fiche de suivi à faire signer par la famille.
- Entretiens individuels réguliers avec le professeur référent.

### LES EXIGENCES

- Être travailleur, sérieux, se donner les moyens de réussir.
- Être autonome et responsable dans son travail : s'organiser, anticiper
- Être à son maximum : soif d'apprendre, exploiter ses qualités et ne pas seulement entretenir.
- Être exemplaire : note de vie scolaire, comportement, piscine, bus.

### COMPÉTITIONS SPORTIVES

- Participation obligatoire au Championnat UNSS de natation par équipe.
- Participation au cross district et départemental.

### A QUI S'ADRESSE CETTE OPTION ?

- Ouvert aux élèves de la 6<sup>ème</sup> à la 3<sup>ème</sup>.
- Maîtriser les 3 nages suivantes : dos, brasse, crawl.
- Se licencier au club des goëlands.

### LES OBJECTIFS

- Progresser à son rythme, à son niveau, en fonction de ses aptitudes, capacités, dans tous les domaines.
- Être travailleur, dynamique et motivé : soif de s'entraîner, ne pas baisser les bras, être ici pour se former
- Mettre l'élève dans les meilleures conditions pour réussir son projet personnel sur 3 axes :

### LA PHILOSOPHIE DE L'OPTION : LES « 3 P »



### FONCTIONNEMENT

- Pour les 4ème 3ème
- Les élèves ont un goûter tous les matins (sauf le mercredi).
- Du soutien peut être proposé pour les élèves