

Atelier Sport Santé

Collège Sainte Marie de Torfou

Collège
Sainte Marie
Torfou



être[s] & [s]avoir

Le collège Saint Marie propose un atelier « SPORT-SANTÉ ». Les élèves y pratiquent différentes activités, 1 heure par semaine en 6^{ème} et 1 heure par semaine en 5^{ème}, dans les différentes salles de sport que nous avons à disposition. L'encadrement des séances est assuré par Laurence MORISSEAU, professeur d'EPS du Collège Ste Marie de Torfou.

Objectif :

Contribuer à l'épanouissement de l'enfant à travers la pratique d'activités sportives multiples :

Basket, Kin-ball, « Parkour », Remise en forme, Fitness, Peteca, Yoga...tout en favorisant sa réussite scolaire.

Participer à différents projets axés sur la santé (intervention de kinés, sensibilisation au Handisport etc...)



Horaires aménagés et scolarité :

Les élèves bénéficient d'une séance d'une heure par semaine intégrée dans leur emploi du temps.



Ce que l'Atelier Sport-Santé peut apporter à un élève de 6^{ème} :

Découvrir les bienfaits du sport sur la santé.

Développer l'activité cardiaque.

Se renforcer musculairement.

Tonifier son corps.

Protéger son dos.

Apprendre à manger équilibrer.

Apprendre à s'hydrater.

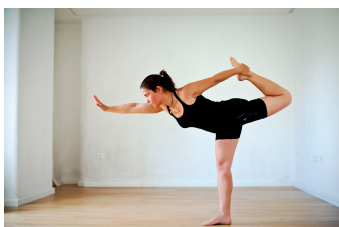
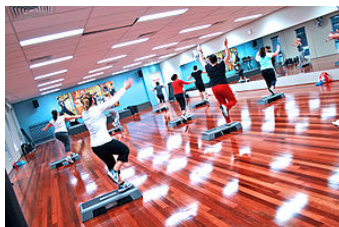
Développer la sensation de bien-être.

Diminuer le stress et l'anxiété.

Développer la confiance en soi.

Valoriser son image.

S'intégrer dans un groupe.



Moments forts :

Intervenants extérieurs lors de projets axés sur la santé (prévention, handicap, hygiène de vie, sportifs de haut niveau...)

Recrutement :

L'atelier est ouvert à tous les élèves volontaires. Nous accueillons donc des élèves sportifs ayant un niveau scolaire satisfaisant. Les tests d'aptitude se déroulent un mercredi matin au mois de juin.



**Portes ouvertes
Samedi 20 janvier 2024**