

Grille-matières

4 ^e secondaire	5 ^e secondaire
Cours obligatoires	
Français (6 périodes)	Français (6 périodes)
Mathématique (6 périodes) (choix CST – TS – SN)	Mathématique (6 périodes) (choix CST – TS – SN)
Anglais (4 périodes)	Anglais (4 périodes)
Éthique et culture religieuse (2 périodes)	Éthique et culture religieuse (2 périodes)
Sciences (6 périodes)	ECC (2 périodes)
Histoire et éducation à la citoyenneté (4 périodes)	Enjeux financiers et mondiaux (4 périodes)
Arts (2 périodes) (choix : arts plastiques, musique, art dramatique, danse)	Arts (2 périodes) (choix : arts plastiques, musique, art dramatique, danse)
	Option (4 périodes)
Cours profil	
Haltérophilie* (6 périodes)	Haltérophilie* (6 périodes)

* Ce cours inclut le programme obligatoire d'éducation physique (cours, tournois, etc.)

Profil Haltérophilie



Responsable: Alain Bilodeau
Tél. : (514) 380-8899, poste 4071
Courriel: lamagdeleine@csgds.qc.ca
Site internet: <http://lamag.qc.ca>

Mission de l'école

L'école de la Magdeleine offre la possibilité aux élèves de développer leurs talents, qu'ils soient sportifs, artistiques ou intellectuels.

Mission du programme

À travers le Profil Haltérophilie, l'élève aura l'occasion de développer des aptitudes physiques de base telles que la flexibilité, la force, la vitesse mais aussi morales comme le courage, la volonté et la discipline. L'élève pourra aussi acquérir les bases du crossfit.

À la fin de la 5e secondaire, les jeunes seront aptes à connaître les principes de base de l'entraînement haltérophile ainsi que son application. Certains élèves seront même actifs sur la scène provinciale.

Critères de sélection

Sélection lors d'une demi-journée durant la journée pédagogique de mars de 9 h à 12 h au local d'haltérophilie (local 635).

N. B. 32 élèves / niveau seront retenus

Encadrement

L'enseignant du profil Haltérophilie est responsable de l'encadrement pédagogique et disciplinaire de ses élèves.

Frais d'inscription

Coût: 65 \$

Comprend le coût de deux teeshirts, les bandages aux poignets et la participation à une compétition.

Activités spécifiques liées au profil

Activités-midi :

L'élève aura accès au local d'haltérophilie lors des dîners inscrits à l'horaire, soit 4 midis / 9 jours, et aura toujours la priorité sur les élèves hors profil en cas d'achalandage élevé.

Parascolaire :

Entraînement Élite une fois par semaine de 16 h 30 à 18 h (facultatif).

Compétitions :

Les élèves peuvent participer, s'ils le souhaitent, à des compétitions du réseau du sport scolaire québécois (RSEQ). Des frais d'inscriptions sont alors exigés par compétition.