

## **Option complémentaire Sport**

L'option complémentaire sport s'adresse à tous les élèves des gymnases biennois intéressés par et motivés pour la pratique du sport.

Le temps d'enseignement présentera à la fois des aspects pratiques et théoriques.

La pondération sera égale entre la pratique et la théorie en ce qui concerne l'évaluation.

Le nombre de participant(e)s au cours de l'OC sport ne dépassera pas 16 personnes.

### **Objectifs de formation**

- l'option complémentaire sport donne la possibilité aux élèves de juger le sport de façon critique et compétente,
- elle favorise l'accès aux connaissances des sciences du sport et traite des thèmes liés au sport,
- elle approfondit et complète des contenus spécifiques de l'enseignement obligatoire. Dans le sens d'une formation globale, elle aide les élèves à conscientiser leur activité sportive,
- elle facilite, par l'alternance de la théorie et de la pratique, une meilleure compréhension du phénomène "sport".

### **Contenus possibles**

- connaître et apprendre les différents facteurs qui peuvent influencer les performances corporelles,
- apprendre à adapter et corriger des suites de mouvements,
- apprendre et expérimenter différents systèmes de jeu et tactiques,
- tenter de trouver une expression corporelle propre,
- aspects sociaux du sport,
- nature du sport et son environnement social.

Pour plus de renseignements, veuillez s'il vous plait vous adresser aux enseignant(e)s de sport!