



L'enseignement “Activités de pleine nature” fait partie des trois options proposées en classe de Seconde Générale et Technologique au lycée agricole public du Valentin.

A raison de 3 heures par semaine, cette option offre aux élèves **l'opportunité de découvrir et de pratiquer des activités sportives en plein air** et contribue à leur bien-être physique mental. En explorant des activités variées, les élèves développent de nombreuses compétences sur **un territoire naturel proche du lycée.**



OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cet enseignement s'oriente sur **la pratique multisports de nature par équipe** (associer des sports d'endurance à un sport d'adresse) pour favoriser :

- **Le travail et le fonctionnement en groupe**, à travers la coopération et l'entraide, la mixité et la solidarité
- **L'engagement dans des activités d'endurance**, de gestion de l'effort (meilleure connaissance de soi) ; à travers l'enchaînement d'activités, le développement des stratégies de course, la prise de décision ; par la maîtrise d'activités techniques, l'exigence, la confiance en soi et un lien fort avec la sécurité





LES ACTIVITÉS SUPPORTS

- Vélo Tout Terrain
- Run & Bike
- Course d'orientation
- Trail
- Ski de fond
- ... et bien d'autres encore !



ORGANISATION DE LA SEMAINE

Cours le lundi après midi :

- Alternance selon les périodes de l'année : cours de 2h sur le lycée ou des sorties de 4h sur l'après midi
- Groupe limité à 16 élèves (en lien avec l'organisation des transports)



CONDITIONS D'ADMISSION

- Avoir une bonne condition physique
- Être motivé pour pratiquer des activités à l'extérieur !

**Envie d'en savoir plus ?
Contactez l'établissement !**

Lycée Le Valentin
Avenue de Lyon, 26500 Bourg-lès-Valence
Tél : 04 75 83 33 55
legta.valence@educagri.fr



DATE MAJ : 05/09/2024