

Formation aux premiers secours civiques de niveau 1 (PSC1)

. Pour apprendre à apporter les premiers soins aux blessés et savoir comment intervenir efficacement en cas d'accident.

. Pour les élèves intéressés par le Brevet National de Secourisme et de Sauvetage Aquatique (BNSSA) pour surveiller les plages en été (Il faut avoir le PSC1)



RENSEIGNEMENTS COMPLEMENTAIRES

Professeur EPS responsable de la section :
Emmanuelle MONFORT

Tél : 06.76.96.94.68

Moniteur ESB : **Ronan CHATAIN**

OBJECTIFS POURSUIVIS

↳ **Développer son sens marin** en analysant à chaque séance les conditions (vent, hauteur des vagues, courant, coefficient et horaires des marées) et leurs conséquences au niveau du surf.

↳ **Améliorer sa technique**, en faisant un bilan sur son niveau en début d'année scolaire en se fixant des objectifs pour progresser sur une séance, un cycle, l'année ; en apportant des corrections (sur l'eau et retour vidéo)

↳ **Améliorer sa lecture des conditions et des vagues** : en analysant les choix (pertinence des choix de matériel, de placement, de vagues)

↳ **Varier ses supports de glisse** : bodyboard, shortboard, longboard, paddle board...

↳ **Développer l'esprit d'équipe dans un sport individuel** : surfer en groupe, encourager les élèves du lycée lors de la compétition, jouer à des sports collectifs pendant la pause hivernale...

↳ **Permettre au surf d'occuper une place importante dans la vie future des élèves** (bonne connaissance de l'activité, orientation vers le BNSSA...)



**Lycée
René Laennec**
académie
Rennes
Éducation
nationale

Section sportive surf



Lycée René Laennec

61 rue du lycée

BP 33082

29 123 Pont - l'Abbé

Tél : 02 98 66 07 70

Fax : 02 98 87 24 81

Ce.0290062k@ac-rennes.fr

www.lycee-laennec.org

RECRUTEMENT

Elèves issus de :

- 3ème collège
- 2nde ou 1ère LGT ou LP

PROFIL

- Elève motivé par le surf
- Non débutant (niveau vague de bronze)
- Qui ne délaisse pas ses études

JOURS et HORAIRES

Vendredi de 15h à 18h

LIEU

La torche—Plomeur

ENCADREMENT

Un moniteur de l'Ecole de Surf de Bretagne (ESB) et le professeur d'EPS

MATERIEL NECESSAIRE

Gants, cagoule, chaussons (les planches et les combinaisons peuvent être prêtées par l'ESB)

EFFECTIF

16 PLACES

Calendrier annuel

⇒ **Début des cours** début septembre

⇒ **PHASE 1** : Cours de septembre à fin décembre (environ 10 séances)

⇒ **PHASE 2** : Pause hivernale en Janvier - février

↳ Passage du PSC 1 (voir au dos) pour ceux qui ne l'ont pas,

↳ Sports collectifs, renforcement musculaire et visionnage des séances filmées pour les autres.

⇒ **PHASE 3** : Cours de mars à juin (environ 12 séances)

⇒ **CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL UNSS** à La Torche fin mai—début juin.

INSCRIPTIONS

Demander un dossier d'inscription au secrétariat du lycée, le compléter et le retourner au secrétariat avant le :

7 mai 2010

CONCOURS d'ENTREE en partenariat avec l'ESB de La Torche.

↳ Epreuve pratique

↳ Entretien oral

DATE : Samedi 5 juin 2010

LIEU et HEURE : 10 heures

La Torche - PLOMEUR

ENGAGEMENT DES ELEVES ET DE LEURS FAMILLES

- **Prendre la licence UNSS** (15 euros) et **participer à la compétition UNSS** fin mai—début juin à La Torche.

- **Passer une visite médicale** d'aptitude avec un médecin du sport avant le début de l'année scolaire (faire remplir le certificat médical spécifique aux sections sportives). Cf Bulletin officiel de mai 2003

- **Prendre une licence fédérale en club** (licence loisir ou licence compétition)