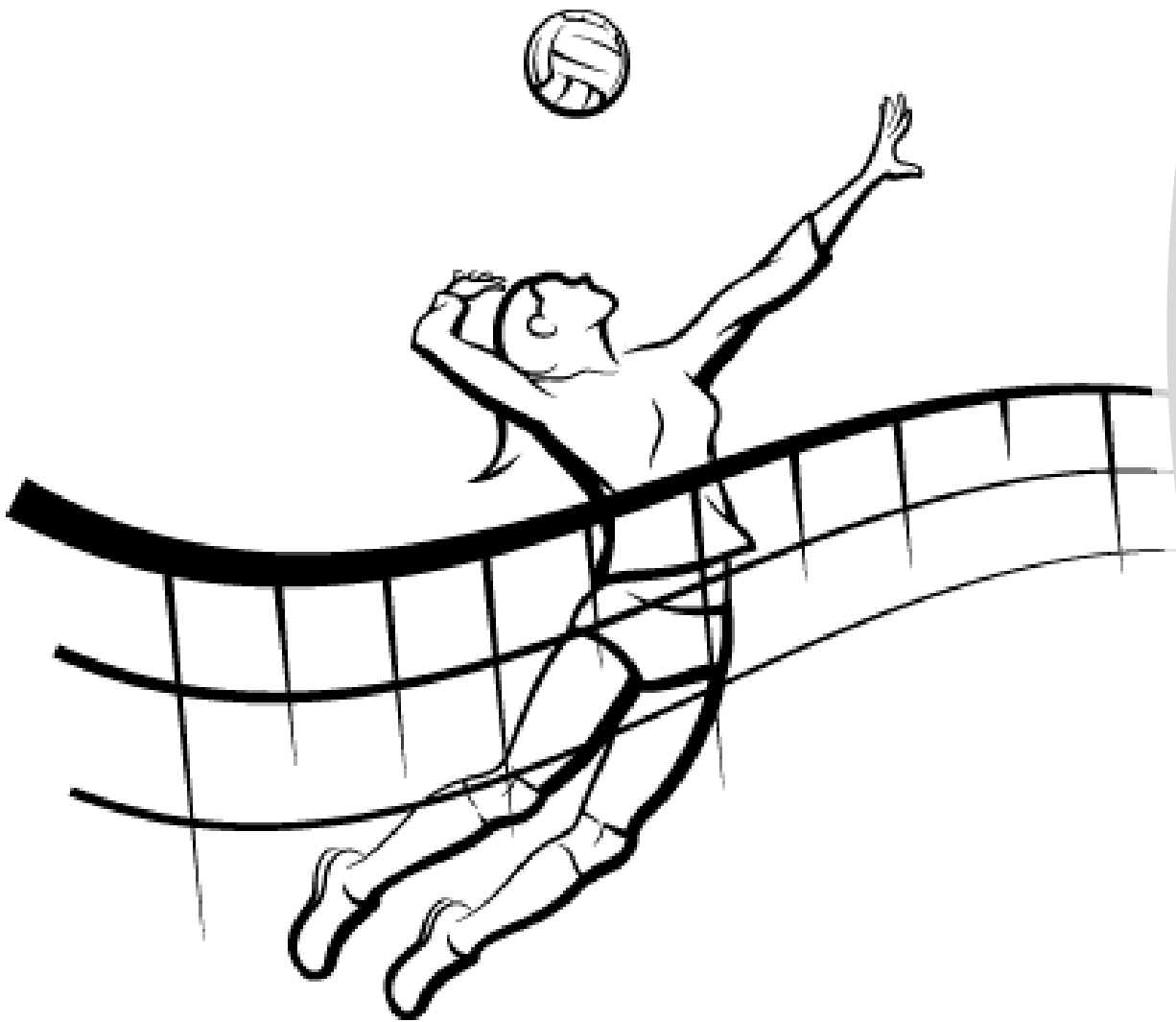




Concentration

**Volleyball &  
multisports**

École secondaire La Ruche - 1er cycle



# **VOLLEYBALL & MULTISPORTS**

- 8 Périodes/cycle
- Coût: 150\$

## Volleyball

- 5 à 6 périodes/cycle

## Multisports

- 2 à 3 périodes/cycle

# Volet **VOLLEYBALL**

Par ce sport d'équipe,  
les élèves  
développeront des  
valeurs telles que:

- l'esprit d'équipe
- l'entraide
- la communication.



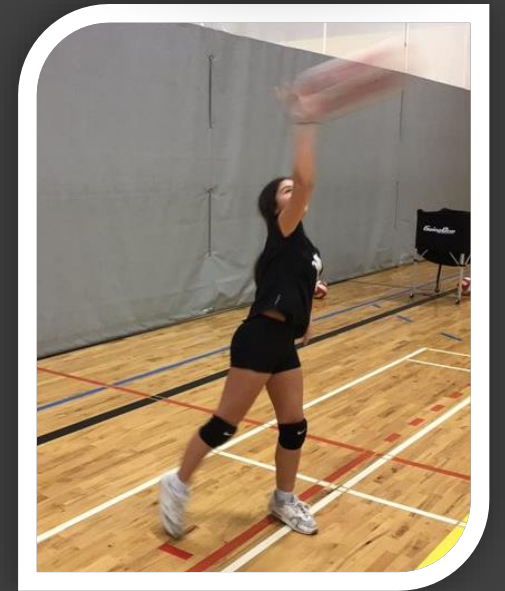
Tout au long de l'année,  
les élèves apprendront les différentes notions  
de volleyball.

### **Habiletés individuelles:**

- touche, manchette, service, attaque

### **Habiletés collectives:**

- système de réception, d'attaque  
et de défensive





# Volet **MULTISPORTS**

Les élèves pratiqueront aussi plusieurs autres sports comme :

- le basket-ball
- le soccer
- le badminton
- la natation
- le conditionnement physique,
- autres...



## VOLET ACADÉMIQUE

Des ressources sont disponibles pour soutenir la réussite des élèves:

- Période de récupération sur l'heure du dîner
- Étude dirigée: période pour permettre le rattrapage scolaire ou la reprise d'évaluations
- Étude dédiée: période dédiée aux mathématiques et au français avec leur enseignant.
- Enseignement ressource: soutien par un enseignant libéré en classe.



## **SORTIES ÉDUCATIVES**

Durant l'année scolaire, les élèves pourront participer à des sorties éducatives palpitantes.

*Quilles, cinéma, excursion en montagne, ski alpin ou planche à neige au Mont Orford, etc...*



## CONCENTRATION VOLLEYBALL VS VOLLEYBALL INTERSCOLAIRE

La concentration et l'équipe interscolaire des Carnicas sont deux programmes distincts.

- La concentration se déroule durant la journée, lors des cours.
- Les entraînements des Carnicas se déroulent après les cours.

Les élèves ont le choix de faire partie de :

- La concentration volleyball seulement
- L'équipe des Carnicas seulement
- La concentration et de l'équipe des Carnicas

