

2^{ème} et 3^{ème} Degré

Institut
Ste Marie

Jambes



Education physique
3^{ème} , 4^{ème} , 5^{ème} et 6^{ème}
Transition technique

Grilles horaires

3^{ème} – 4^{ème} (33h)

5^{ème} – 6^{ème} (31h)



	3-4 ^è	5-6 ^è
Religion	2h	2h
Français	5h	4h
Histoire / Formation historique	2h	2h
Géographie / Formation géogr. et sociale	2h	2h
Langue moderne I (Néerlandais/Anglais)	4h	4h
Mathématique	5h	4h
Sciences	5h	3h

	3-4 ^è	5-6 ^è
Gymnastique	3h	2h
Sports (Garçons/Filles)	2h/1h	2h
Athlétisme	1h	2h
Natation	2h	1h
Expression (Garçons/Filles)	- /1h	-
Anatomie / Etude du mouvement	-	1h/1h
Renforcement gymnastique	-	1h
Expression (Filles) / Natation (Garçons)	-	1h

Préparation aux études supérieures (facultatif)

Math	-	2h
------	---	----

Objectifs de la formation



- Développement harmonieux de l'élève par l'acquisition de compétences en pratiquant différentes disciplines faisant référence à 4 axes, à savoir :
 - axe de la santé
 - axe de la sécurité
 - axe de l'expression
 - axe de l'activité sportive
- Acquisition et perfectionnement de gestes techniques sportifs.
- Appropriation et mise en application de schémas tactiques.
- Apprentissage de la collaboration pour parvenir à un but.
- Augmentation de la motivation à poursuivre des humanités
- Augmentation de la pratique d'activités sportives.

En 5ème, les élèves participent à un stage de ski formatif.

Prérequis

- Etre en bonne santé.
- Etre capable de fournir des efforts et vouloir progresser.
- Avoir des bases suffisantes en natation (brasse et crawl).
- Avoir la maîtrise des qualités fondamentales : courir, sauter, tourner, grimper.

Infrastructures

- 2 halls de sports
- 2 salles de gymnastique
- 1 salle d'expression
- 1 salle de musculation
- 1 salle de tennis de table
- 1 terrain de football
- 2 terrains multisports extérieurs
- 1 piste de 100m /4 couloirs et bac à sable

Finalités

- ✓ A l'issue de sa formation, l'élève sera capable d'entreprendre des études supérieures dans diverses orientations même si l'éducation physique reste la voie privilégiée.
- ✓ Bachelier en éducation physique.
- ✓ Master en éducation physique.



Adresse
postale

Chaussée de Liège, 246
5100 Jambes

Accès
voiture

Rue de l'Aurore, 227
5100 Jambes



081/30.13.30



accueil@ismj.be



www.ismj.be

