

Année scolaire 2019-2020

## OPTION RUGBY

Elle permet aux jeunes de bénéficier d'un enseignement renforcé en rugby.

Les formations du Lycée du Chesnoy compatibles avec la section sportive sont :

- Section sportive** : 5 heures
- seconde professionnelle « Productions »
  - seconde générale
- Section rugby** : 3 heures
- baccalauréat professionnel agroéquipement (1<sup>re</sup> et terminale)
  - baccalauréat série S (1<sup>re</sup> et terminale)
  - baccalauréat technologique STAV (1<sup>re</sup> et terminale)

### OBJECTIFS DE LA SECTION SPORTIVE

Optimiser le niveau de pratique en rugby

S'insérer dans le milieu associatif (joueur, éducateur, animateur, dirigeant, arbitre)

Développer la culture du rugby

### PROGRAMME DE L'ANNÉE SCOLAIRE

Échauffement, renforcement musculaire et gestion de l'effort

Entraînement hebdomadaire (terrain, préparation physique)

Suivi médical et nutritionnel

**ENTRAÎNEMENTS** : 5 heures/semaine (prévisionnel)

2 heures terrain (technique, tactique, arbitrage) deux fois par semaine (uniquement pour les secondes)

1 heure préparation physique : mercredi - U.N.S.S. entraînement - compétition (3 heures)

Une visite médicale gratuite sera assurée par un médecin du Sport du Centre Médico-Sportif Nelson Mandela à la rentrée

**Il n'est pas possible de cumuler les options Rugby et Equitation**

### REMARQUES

Pour les élèves redoublants de Term STAV, S et Term Pro qui souhaitent maintenir leur note optionnelle de l'année précédente sans pratiquer l'option l'année de redoublement, ils doivent se réinscrire obligatoirement à l'épreuve en novembre lors des inscriptions au baccalauréat (cf. le préciser aux CPE).

Un élève dispensé d'E.P.S. ne peut pas participer à l'option Rugby  
Dans tous les cas, pour présenter l'option au bac, l'élève est tenu de pratiquer assidûment cette activité en classe de première et de terminale.