

ACTIVITÉS D'INITIATION

Le Réseau du sport étudiant du Québec Laurentides-Lanaudière propose à ses membres affiliés des secteurs primaire et secondaire un accompagnement professionnel dans l'organisation d'activités physiques avant, pendant ou après l'école, et ce, afin de permettre aux jeunes de bouger dans le plaisir et de façon sécuritaire.



DBL

(DRIBBLEZ, BOTTEZ, LANCEZ)

Le DBL signifie dribbler, botter et lancer. C'est un sport d'équipe où les joueurs peuvent manipuler le ballon avec les mains et les pieds. Tous les joueurs sont invités à participer à l'offensive et défensive sur le jeu. Lors de la clinique, les joueurs apprendront les règlements. Des exercices ainsi que plusieurs parties sont prévues. La clinique est dirigée par un entraîneur certifié et joueur étoile évoluant dans la Ligue de DBL Ball.

FORMULES OFFERTES

ÉCOLE PRIMAIRE

Quand ? Cours d'éducation physique, sur l'heure du dîner ou après les classes.

Durée ? entre 60 et 120 minutes.

Nombre de cours ? à votre convenance (1 à 10)

Ratio ? 1 entraîneur pour 24 élèves.

Adaptable au niveau préscolaire ? non. À partir de 3e année

Endroit ? Intérieur ou extérieur (possibilité l'hiver*)

Matériel nécessaire à fournir ? Aucun

Déroulement

- Réchauffements en équipe
- Exercices sur le thème de la pratique
- Joutes supervisée
- Retour en équipe

* Avoir accès à une surface de neige tapée de 15x20 mètres. Réduire les groupe de 24 participants sur un terrain à un maximum de 18 élèves pour éviter les rotations et prendre froid. Limiter l'activité à une durée d'une heure par groupe.

ÉCOLE SECONDAIRE

Quand ? Cours d'éducation physique, sur l'heure du dîner ou après les classes.

Durée ? entre 60 et 120 minutes.

Nombre de cours ? à votre convenance (1 à 10)

Ratio ? 1 entraîneur pour 24 élèves.

Adaptable au niveau préscolaire ? non. À partir de 3e année

Endroit ? Intérieur ou extérieur (possibilité l'hiver*)

Matériel nécessaire à fournir ? Aucun

Déroulement

- Réchauffements en équipe
- Exercices sur le thème de la pratique
- Joutes supervisée
- Retour en équipe

* Avoir accès à une surface de neige tapée de 15x20 mètres. Réduire les groupe de 24 participants sur un terrain à un maximum de 18 élèves pour éviter les rotations et prendre froid. Limiter l'activité à une durée d'une heure par groupe.