



SECTION SPORTIVE
NATATION
Lyc. BLARINGHEM
Béthune
Mr SOUILLIEZ Guillaume
Professeur EPS
Responsable

Année scolaire 2014 / 2015

- L'année est divisée en 3 trimestres .
- À la fin de chaque trimestre, évaluation sur 20, coeff. 1.
- Un cahier de section sera à fournir à l'issue de chaque trimestre
- L'année sportive est rythmée par les compétitions fédérales et UNSS
- L'entraînement sur l'année est divisé en 3 phases qui doivent être compatibles avec la vie sportive en club des élèves : il est donc très important d'avoir, pour chacun, le calendrier des compétitions fédérales le plus tôt possible et de combiner au mieux les 2 .
 - 1- Préparation physique hivernale généralisée + travail spécifique foncier (évaluation sur un 400NL)
 - 2- Phase de compétition qualificative(évaluation sur un 2004N)
 - 3- Phase de compétition de référence (Championnat de France N1 / N2 ou par catégorie d'âge) (évaluation sur un 100m de spécialité)
- Dans la semaine
 1. Lundi : Travail technique spécifique avec un intervenant extérieur du SBPC, Samuel ABGRAL (responsable sportif) et M. SOUILLIEZ (professeur responsable de la section)
 2. Jeudi : travail individuel ou par petits groupes en fonction des niveaux de chacun et des besoins ponctuels.