

ASSOCIATION SPORTIVE – Lycée français Vincent van Gogh La Haye

Activités 2026-2027

Début des activités : 15 septembre 2026 (sauf activités aquatiques)

Mardi	17h10-19h10	Volley-ball	M. Vauloup
Mercredi	12h45-14h20	Activités aquatiques * (piscine de Blinkerd)	Mme Cramier
Mercredi	13h00-14h00	Escalade Niveau 1	M. Alfred
Mercredi	14h00-15h00	Escalade Niveau 2	M. Alfred
Mercredi	15h45-16h45	Sport collectif	M. Alfred
Mercredi	14h30-15h45	Badminton / Tennis de table	Mme Cramier
Mercredi	13h30-14h30	Musculation	M. Minietti
Mercredi	15h45-16h15	Course d'orientation	M. Minietti
Jeudi	17h30-18h00	JRI	M. Minietti

**à partir du mercredi 30 septembre*



Jeune Reporter International (JRI) - Ouvert à tous les niveaux de classe

Cette activité permet aux élèves de développer leurs **compétences journalistiques et leur créativité** à travers la réalisation de reportages et la découverte de différents supports :

- Webradio
- Rédaction d'articles
- Reportages
- Documentaires vidéo
- Autres supports médiatiques



Musculation - Ouvert aux lycéens et lycéennes

L'objectif est d'acquérir les fondamentaux nécessaires à une **pratique autonome, personnalisée et sécurisée** de la musculation.

Les élèves apprendront notamment à :

- adopter les bonnes postures ;
- choisir et utiliser les charges de manière adaptée ;
- découvrir différentes méthodes de travail ;
- pratiquer avec ou sans matériel.



Course d'orientation - Ouvert à tous les niveaux de classe

L'activité consiste à réaliser le plus rapidement possible un parcours en milieu naturel (forêt, parc, etc.).

Elle permet notamment de développer :

- l'endurance ;
- la lecture et l'utilisation d'une carte ;
- les compétences d'orientation ;
- l'autonomie dans les déplacements.

Des rencontres compétitives inter-écoles pourront être proposées

Cette activité se déroule en extérieur toute l'année.

Escalade - Ouvert à tous les niveaux de classe

L'activité se déroule sur le mur intérieur du Lycée Van Gogh.

Niveau 1

Pour les élèves **n'ayant jamais pratiqué l'escalade ou ayant une année de pratique.**

Au programme :

- apprentissage des fondamentaux techniques ;
- découverte des principales règles de sécurité ;
- apprentissage de l'escalade en moulinette.

Niveau 2

Pour les élèves **ayant plus de deux années de pratique.**

Au programme :

- approfondissement des techniques spécifiques de l'escalade ;
- perfectionnement de la pratique ;
- apprentissage et mise en oeuvre des règles de sécurité en escalade en tête.

Sport collectif - Ouvert à tous les niveaux de classe

Une alternance de sports collectifs est proposée :

- Semaine A : Handball
- Semaine B : Basket-ball

En fonction des souhaits des participants, les sports proposés pourront être adaptés.

Il est possible de ne participer qu'à une seule des deux activités.

Natation – Ouvert à tous les niveaux de classe

À partir du 30 septembre

Cette activité permet de :

- approfondir les compétences liées au **savoir-nager** ;
- se perfectionner en natation sportive à travers le travail des différentes nages ;
- se préparer aux éventuelles **épreuves de natation du baccalauréat** ;
- découvrir différentes activités aquatiques : sauvetage, water-polo, etc.

Badminton / Tennis de table - Ouvert à tous les niveaux de classe

Deux types de pratique sont proposés :

- **Pratique de découverte**, pour découvrir les activités et leurs fondamentaux ;
- **Pratique d'approfondissement à visée compétitive**, avec la possibilité de participer à des rencontres inter-écoles.

Volley-ball - Ouvert à tous les niveaux de classe

Deux types de pratique sont proposés :

- **Pratique de découverte**, pour s'initier au volley-ball et développer ses compétences ;
- **Pratique d'approfondissement à visée compétitive**, avec la possibilité de participer à des rencontres inter-écoles (lycée)