

## Formation aux premiers secours civiques de niveau 1 (PSC1)

. Pour apprendre à apporter les premiers soins aux blessés et savoir comment intervenir efficacement en cas d'accident.

. Pour les élèves intéressés par le Brevet National de Secourisme et de Sauvetage Aquatique (BNSSA) pour surveiller les plages en été (Il faut avoir le PSC1)



### RENSEIGNEMENTS COMPLEMENTAIRES

Professeur EPS responsable de la section :  
**Emmanuelle MONFORT**

Tél : 06.76.96.94.68

Moniteur ESB : **Ronan CHATAIN**

Tél : 02.98.58.53.80

### OBJECTIFS POURSUIVIS

↳ **Développer son sens marin** en analysant à chaque séance les conditions (vent, hauteur des vagues, courant, coefficient et horaires des marées) et leurs conséquences au niveau du surf.

↳ **Améliorer sa technique**, en faisant un bilan sur son niveau en début d'année scolaire en se fixant des objectifs pour progresser sur une séance, un cycle, l'année ; en apportant des corrections (sur l'eau et retour vidéo)

↳ **Améliorer sa lecture des conditions et des vagues** : en analysant les choix (pertinence des choix de matériel, de placement, de vagues)

↳ **Varier ses supports de glisse** : bodyboard, shortboard, longboard, paddle board...

↳ **Développer l'esprit d'équipe dans un sport individuel** : surfer en groupe, encourager les élèves du lycée lors de la compétition, jouer à des sports collectifs pendant la pause hivernale...

↳ **Permettre au surf d'occuper une place importante dans la vie future des élèves** (bonne connaissance de l'activité, orientation vers le BNSSA...)



**Lycée  
René Laennec**  
académie  
Rennes  
Éducation  
nationale

## Section sportive surf



### **Lycée René Laennec**

61 rue du lycée

BP 33082

29 123 Pont - l'Abbé

Tél : 02 98 66 07 70

Fax : 02 98 87 24 81

Ce.0290062k@ac-rennes.fr

[www.lycee-laennec.org](http://www.lycee-laennec.org)

## RECRUTEMENT

Elèves issus de :

- 3ème collège
- 2nde ou 1ère LGT ou LP

## PROFIL

- Elève motivé par le surf
- Non débutant (niveau vague de bronze)
- Qui ne délaisse pas ses études

## JOURS et HORAIRES

Vendredi de 15h à 18h

## LIEU

La torche—Plomeur

## ENCADREMENT

Un moniteur de l'Ecole de Surf de Bretagne (ESB) et le professeur d'EPS

## MATERIEL NECESSAIRE

Gants, cagoule, chaussons (les planches et les combinaisons peuvent être prêtées par l'ESB)

**EFFECTIF**

**16 PLACES**

## Calendrier annuel

⇒ **Début des cours** début septembre

⇒ **PHASE 1** : Cours de septembre à fin décembre (environ 10 séances)

⇒ **PHASE 2** : Pause hivernale en Janvier - février

↳ Passage du PSC 1 (voir au dos) pour ceux qui ne l'ont pas,

↳ Sports collectifs, renforcement musculaire et visionnage des séances filmées pour les autres.

⇒ **PHASE 3** : Cours de mars à juin (environ 12 séances)

⇒ **CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL UNSS** à La Torche fin mai—début juin.

## INSCRIPTIONS

Demander un dossier d'inscription au secrétariat du lycée, le compléter et le retourner au secrétariat avant le :

**13 mai 2011**

CONCOURS d'ENTREE en partenariat avec l'ESB de La Torche.

↳ Epreuve pratique

↳ Entretien oral

**DATE : Samedi 11 juin 2011**

**LIEU et HEURE : 10 heures**

**La Torche - PLOMEUR**

---

## ENGAGEMENT DES ELEVES ET DE LEURS FAMILLES

- **Prendre la licence UNSS** (15 euros) et **participer à la compétition UNSS** fin mai—début juin à La Torche.

- **Passer une visite médicale** d'aptitude avec un médecin du sport avant le début de l'année scolaire (faire remplir le certificat médical spécifique aux sections sportives). Cf Bulletin officiel de mai 2003

- **Prendre une licence fédérale en club** (licence loisir ou licence compétition)