

Établir des bases du succès...tout simplement en s'amusant!



Le programme Cours Saute Lance se concentre sur :

- un environnement d'apprentissage amusant et actif
- l'amélioration individuelle et le renforcement positif
- le développement des habiletés de la courser, du saut et du lancer au moyen de progressions séquentielles appropriés à l'âge l'amélioration du bien-être physique et émotionnel
- la sécurité et l'enseignement certifié

C'est amusant, c'est simple, et les jeunes aiment ça. Les habiletés de courir, sauter et lancer sont les clés de tous les sports basés au sol, et peuvent être bénéfiques à tout jeune.

Rendre les principes fondamentaux fondamentalement amusant

Les enfants qui apprennent les habiletés fondamentales des mouvements de la course, du saut et du lancer par l'athlétisme établissent des bases solides vers le succès dans tous les autres sports et activités physiques. Pour les aider à se préparer à toute une vie d'excellence et à la diversité dans une vie active, Athlétisme Canada offre le programme Cours Saute Lance aux écoles, clubs et communautés à travers le pays.

Cours Saute Lance offre un environnement d'apprentissage amusant et actif. Le programme se concentre sur l'amélioration de la condition physique, la santé et le développement physique des enfants âgés de 7 à 12 ans.

Ce programme équitable aux deux sexes s'étend sur tous les stades de maturité et d'habiletés, et peut s'adapter aux étudiants avec des besoins spéciaux et athlètes ayant un handicap. Cours Saute Lance est un programme remarquable après l'école ou le samedi matin dans lequel les parents et les membres de la famille peuvent participer en tant qu'instructeur.

Un avantage pour une vie saine

L'objectif de Cours Saute Lance est de fournir un programme d'activités physiques qui établit des bases solides pour tous les sports. Hautement estimé par le groupe d'expert du développement à long terme de l'athlète de Sport Canada, Cours Saute Lance aide les enfants à apprendre à bouger efficacement pour qu'ils deviennent des adultes qui seront des citoyens actifs, productifs et en santé.

Tout enseignant, entraîneur de club sportif ou animateur récréatif communautaire est capable d'enseigner les mouvements fondamentaux de base de Cours Saute Lance par des moyens amusants et innovateurs. Contactez votre association provincial d'Athlétisme Canada pour savoir comment devenir un instructeur de Cours Saute Lance.