

Projet diagnostic forme et santé

Dans le cadre de la Journée Nationale du Sport Scolaire, nous organisons au sein du lycée Kléber, pour toutes les classes de seconde, le passage des tests du « diagnostic forme et santé » proposés par l'association Indoor santé.

Les élèves seront ainsi amenés à tester :

- leur capacité d'endurance
- La force des membres supérieurs
- La force du tronc
- La souplesse
- La force des membres inférieurs

Ils répondront ensuite à un questionnaire complet concernant leur hygiène de vie.

Chaque élève recevra un bilan complet assorti de préconisations pour améliorer sa santé physique et son hygiène de vie.

L'objectif sera de repasser les tests au mois de juin 2022 et de voir l'évolution de sa forme après un an de reprise d'une activité physique plus régulière.