

Option EPS

Lycée Alain

De quoi s'agit il ?

L'enseignement optionnel d'Éducation physique et sportive (EPS) représente 3h qui s'inscrivent dans l'emploi du temps de l'élève. Cette formation s'inscrit sur les 3 années du cursus de formation du lycéen et peut être suivie quelle que soit l'orientation choisie (générale ou technologique).

L'option EPS prolonge l'enseignement commun en offrant la possibilité à l'élève d'enrichir ses expériences grâce à l'approfondissement et/ou la découverte de nouvelles activités physiques et sportives.

Les élèves s'engagent également dans de nouvelles expériences autour de la poursuite d'un projet collectif, de la tenue de différents rôles sociaux

Il vise particulièrement à accroître l'autonomie de l'élève, à enrichir sa compréhension et son vécu des pratiques physiques et sportives.



Pour qui ?

Cette option s'adresse aux élèves motivés par :

- Une pratique physique plus importante
- L'envie d'approfondir ses connaissances dans les activités physiques et sportives ainsi que dans leur organisation (entraînement, échauffement, stratégies, techniques etc..)
- L'opportunité de conduire et de participer à des projets collectifs.
- L'inscription à l'Association Sportive du lycée est obligatoire

En seconde :

Les activités pratiquées sont :

- la préparation physique générale
- le badminton
- la gymnastique.

- Ainsi que la réflexion sur un des thèmes d'étude conduisant par exemple à l'animation d'une situation d'enseignement...

En première :

Programme :

La musculation

Le volley-ball

Le handball

Les élèves participeront également à la conduite et la mise en œuvre d'un projet collectif relatif aux activités physiques et sportives.

Ce projet peut être réalisé en binôme, en groupe ou en classe entière. Il peut prendre la forme, par exemple d'organisation de tournois, d'évènements sportif...

En terminale:

Programme :

Badminton

Natation

Handball

La réalisation d'un dossier portant sur un thème relatif aux activités abordées lors du cursus d'option ainsi qu'un oral.

Comment s'inscrire ?

- Il suffit de remplir le dossier d'inscription qui vous sera transmis par votre professeur d'EPS de troisième dans le courant du mois de Mai. Il faut donc lui en faire la demande. Pour les élèves venant d'un établissement privé ou hors secteur, il sera à demander au secrétariat du lycée.
- Une lettre de présentation/motivation sera à joindre au dossier