

# Enseignement optionnel d'EPS / EPS Facultatif



Discipline(s) concernée(s)	<b>EPS</b>		
Dispensée en	<input checked="" type="checkbox"/> 2 <sup>nde</sup>	<input checked="" type="checkbox"/> 1 <sup>ère</sup>	<input checked="" type="checkbox"/> Term.
Faut-il avoir suivi cette option l'année d'avant ?	Il est possible d'intégrer l'option en première ou terminale, après accord et discussion avec le responsable de niveau et l'enseignant,		
Horaire hebdomadaire	<b>3 heures</b> pour chaque niveau		
Nb de places disponibles	<b>Une vingtaine</b> de places par niveau		
Professeur(s) référent(s)	Mme BOUNOUA en 2 <sup>nde</sup>	M. ROBERT en 1 <sup>ère</sup>	M. SEVRIN en T <sup>ale</sup>
Présentation de l'option	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Développer une <b>culture corporelle</b> par l'approfondissement ou la découverte de nouvelles APS</li> <li>• <b>Faire réfléchir les élèves sur leur propre activité physique</b> à partir de thèmes.</li> <li>• Contribuer à ancrer la pratique physique dans des <b>habitudes de vie favorables à la santé et au bien-être</b>.</li> <li>• Faire comprendre que les APSA* occupent une place importante dans la société.</li> </ul>		
Prédispositions, compétences utiles	Avoir <b>envie de s'engager</b> , de s'investir, d'aller un peu plus loin dans sa pratique et dans la réflexion. <b>Ne pas avoir peur de « sortir » de sa zone de confort.</b>		
Projets spécifiques menés dans le cadre de cette option	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Une discipline « fil rouge » sur les 3 années : l'athlétisme</li> <li>• Des activités physiques pour développer ses facultés et se relaxer : réveil musculaire, yoga...</li> <li>• Une activité sportive différente proposée pour chaque niveau : <ul style="list-style-type: none"> <li>× Volley Ball en 2<sup>nde</sup></li> <li>× Handball en 1<sup>ère</sup></li> <li>× Marche nordique et badminton en Terminale</li> </ul> </li> </ul> <p>Etre capable, seul ou à plusieurs, de <b>mener à bien un projet d'organisation d'évènement</b>, à partir d'un des thèmes proposés :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- APS/santé ;</li> <li>- APS/environnement ;</li> <li>- APS/entraînement ; spectacle...</li> </ul> <p>L'élève doit être capable <b>de relier un des thèmes avec sa propre pratique</b> et de <b>présenter à l'oral</b>.</p>		
Pourquoi choisir cette option ?	Pour aller plus loin dans sa pratique, pour l'envie de « se donner à fond » pour les bienfaits et le bien-être que cela procure.		

