

Enseignement optionnel d'EPS / EPS Facultatif



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

