

ENSEIGNEMENT OPTIONNEL D'EPS

Dispensé en :	2nde ✓	1ère ✓	Term ✓
Horaires hebdomadaires :	2h	2h	2h

20 places disponibles par niveau

Présentation de l'option

- ✓ 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.



Projet spécifique mené dans le cadre de cette option

- ✓ Une discipline "fil rouge" sur les 3 années : **l'athlétisme**
- ✓ Une activité sportive différente proposée pour chaque niveau :
 - Volley Ball en 2nd
 - Handball en 1ère
 - Marche nordique et Badminton en Terminale
- ✓ Être capable, seul ou à plusieurs, de mener à bien un projet d'organisation d'évènement, à partir d'un des thèmes proposés :
 - APS Santé
 - APS Environnement
 - APS Entraînement ; spectacle

L'élève doit être capable de relier un des thèmes avec sa propre pratique et le présenter à l'oral.

Prédispositions

- ✓ 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.

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.



INSTITUTION
**NOTRE DAME
DES ANGES**