

OPTION EPS

EN CLASSE DE SECONDE (3h/semaine)

**APPROFONDIR, DIVERSIFIER et ANALYSER
sa pratique**



Les OBJECTIFS de cette OPTION

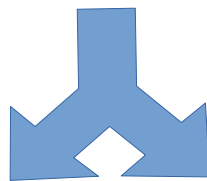
1. Former un citoyen **CULTIVE, LUCIDE, AUTONOME et RESPONSABLE.**
2. Développer une **CULTURE CORPORELLE**
 - pour APPROFONDIR la pratique.
 - pour sensibiliser nos élèves à la CONDUITE de PROJETS.
 - Pour RÉALISER des ÉTUDES.

ENJEU de FORMATION PRIORITAIRE de l'OPTION :
L'APPORT de CONNAISSANCES et L'ANALYSE RÉFLEXIVE
Ils constitueront encore, l'enjeu de formation prioritaire pour nos élèves.



OPTION EPS

EN CLASSE DE SECONDE (3h/semaine)



- 2H de **PRATIQUE PHYSIQUE** / semaine.
- **3 activités** (PPSA) pendant l'année.
- **3 cycles d'activités** de 10 séances pour chaque PPSA.
 - 20H de **GOLF**.
 - 20H d'**ATHLETISME** (Course de durée).
 - 20H de **VTT**.

- 1H d'**ANALYSE RÉFLEXIVE**.
- 3 **MODULES**.
 - Les **MÉTIER**S du **SPORT** et les formations inhérentes.
 - La **PHYSIOLOGIE** de l'**EFFORT** en course à pied.
 - **Utilisation du vélo** au quotidien.

OPTION EPS


en classe de seconde
3H d'EPS en plus par semaine

1. Acquisition de **méthode de travail**.
2. **Respect** de la règle.
3. Se préparer à l'**effort**.
4. Maîtriser le **risque**.
5. Observer, évaluer, aider, **analyser**
6. Concevoir des **projets**.

Vers une approche **plus spécialisée**
et une pratique physique **plus exigeante** qu'en enseignement obligatoire.

GOLF
VTT
ATHLÉTISME

Pour une prise en charge plus **AUTONOME**
de la pratique.
Pour découvrir de **nouvelles pratiques**.
Pour conduire des **PROJETS**.



IMPORTANT : cette **OPTION** pourra être poursuivie en classe de première et en classe de terminale où elle sera évaluée pour le baccalauréat.

Les atouts du lycée Kerraoul

Cette option EPS pourront la pratiquer :

- Dans un petit **lycée à taille humaine**.
- Dans un grand **parc naturel arboré**.
- Dans un **complexe sportif de grande qualité** (terrains en herbe, piste synthétique, stade d'athlétisme, 2 aires de lancer, 3 gymnases, 1 piscine) et sur le site du lycée.
- En bénéficiant d'un **CDI rénové** (pour les recherches).
- En bénéficiant d'un **parc informatique important** (pour l'analyse réflexive).
- En bénéficiant, si besoin, d'un **internat rénové**.
- En bénéficiant éventuellement de la maison des lycéens (**MDL**) et du foyer socio-éducatif (**FSE**).
- En profitant d'une **équipe d'enseignants EPS motivés** pour offrir aux élèves qui le souhaitent une pratique physique complémentaire de qualité.