

ENSEIGNEMENT OPTIONNEL EPS – LYCEE NOTRE DAME DE SION

TENNIS ····· MUSCULATION ····· CARDIO BOXING ····· SPORTS COLLECTIFS ····· STAGE DE VOILE ····· MINI SÉJOUR ····· STAGE DE SECOURISME (PSC1)



QUOI

Prolongement de l'enseignement commun

Approfondissement et/ou découverte de nouvelles APSA

Expériences nouvelles autour d'un projet en relation à des thèmes d'études choisis : Santé/Environnement

Enrichissement pour son orientation post-baccalauréat / Parcours sup +++

Acquisition du PSC1 (brevet secourisme)/ Parcours sup +++

COMMENT

3 années de formation
3 heures par semaine

2 heures hebdomadaires
1 heure capitalisée (Stages, Travaux dirigés)

POURQUOI

DEVELOPPER la coopération, l'entraide, la responsabilité, la prise de décision et l'autonomie

DEVELOPPER le goût de l'effort, l'engagement et le dépassement de soi

APPRENTISSAGE de la gestion du stress, de la concentration, de la persévérance et de la rigueur

AIDE à la préparation d'oraux avec l'étude associée à une soutenance orale (lier une donnée théorique scientifique/technologique avec les APSA).

ACCES aux filières universitaires en lien avec le sport, la Faculté des sciences et du sport (STAPS), aux diplômes d'état : BNSSA, BESAN, aux diplômes de premiers secours

QUI

Futurs 2ndes
Effectif : 30
Caractéristiques d'un optionnaire EPS

Avoir envie de faire partie d'un groupe sportif
Envie de se dépasser
Aimer l'effort
Aimer faire du sport sans négliger ses études

2 Thèmes d'études au choix

Activité physique sportive artistique et SANTE

ET/OU

Activité physique sportive artistique et ENVIRONNEMENT



Des projets sur le cursus Lycéen



Réflexion avec concrétisation sous forme de production autour des deux thèmes d'étude (Santé & Environnement)

2nd

Une journée d'intégration + Un séjour à Paris pour assister à un Grand Chelem (Roland Garros)



Projet collectif en relation avec un ou deux des thèmes d'étude. Organisation d'un raid, d'un spectacle, d'une action humanitaire ou caritative, d'une journée sportive, d'un mini-séjour sportif

1^{ère}

Un mini-séjour ou journée avec comme support les activités nautiques ou de pleine nature en montage

Soutenance orale, lier la théorie (sciences et/ou technologies) avec les APSA. Se préparer au **GRAND ORAL**

Term

Une journée sportive