

OPTION EPS (3h)



Depuis la rentrée 2019, cette option remplace l'enseignement d'exploration EPS de la classe de 2de et l'enseignement de complément EPS de 1ère et terminale qui étaient proposés dans l'établissement depuis plusieurs années.

Pourquoi choisir cette option E.P.S ?

- Augmenter son temps de pratique sportive hebdomadaire.
- Approfondir certaines Activités Physiques Sportives et Artistiques (APSA) ou en découvrir de nouvelles.
- Réfléchir sur sa pratique à partir de thèmes d'étude.
- Acquérir des compétences et des connaissances utiles pour mieux se préparer au baccalauréat (développement de l'autonomie, de compétences orales...) et à un projet personnel d'orientation (métiers de l'enseignement, de l'encadrement sportif, de la santé, de la sécurité...).

Enseignement et évaluation de l'option EPS :

Cet enseignement s'ajoute aux 2h d'Education Physique et Sportive prévues dans l'emploi du temps de tronc commun. Il comprend 3h/semaine réparties en 2h de pratique et 1h de théorie modulable (selon les besoins, possibilité de les regrouper pour la participation à un évènement sportif, la venue d'un intervenant...).

Les APSA pratiquées sont mises en relation avec au moins deux thèmes d'étude sur l'ensemble du parcours au lycée. Deux compétences sont prioritairement recherchées : pratiquer et réfléchir.

- Activité physique, sportive, artistique et égalité entre les femmes et les hommes
- Activité physique, sportive, artistique et santé
- Activité physique, sportive, artistique et prévention, protection des risques
- Activité physique, sportive, artistique et spectacle
- Activité physique, sportive, artistique et inclusion
- Activité physique, sportive, artistique et environnement
- Activité physique, sportive, artistique et entraînement

De la seconde à la terminale, des évaluations pratiques et théoriques sont organisées, les résultats obtenus sont comptabilisés dans la moyenne trimestrielle des élèves.

Pour le baccalauréat, l'évaluation de cet enseignement optionnel se fera en **contrôle continu** : ce sont les notes trimestrielles obtenues en classe de première et terminale qui seront prises en compte. Un **coefficient 4** sera appliqué à cet enseignement optionnel suivi sur l'ensemble du cycle terminal.



Contenu de l'option EPS



► **Classe de seconde :**

→ Pratique : athlétisme, natation, badminton, renforcement musculaire, gymnastique

→ Théorie : réflexion sur un thème d'étude choisi par les enseignants (en salle de classe et en salle de pratique). La production finale doit intégrer une réflexion de l'élève sur sa pratique physique (production individuelle ou collective, écrite ou orale, animation d'une situation d'enseignement...).



► **Classe de 1ère :**

→ Pratique : athlétisme, sauvetage aquatique, handball, renforcement musculaire, gymnastique

→ Théorie : en lien avec la pratique, conduite d'un projet collectif en relation avec un ou des thèmes d'études proposés (en binôme, en groupe, en classe entière).

► **Classe de terminale :**

→ Pratique : Sauvetage aquatique, handball, escalade

→ Théorie : Réalisation d'une étude (seul ou en groupe) finalisée par la production d'un dossier associé à une soutenance orale. Cette étude prend obligatoirement appui sur un thème d'étude choisi par l'élève, sur au moins une APSA, sur une science (physiologie, anatomie, sociologie...) et/ou technologie (diaporama, montage vidéo...).

En complément de l'option EPS, il est également possible de s'inscrire à l'association sportive du lycée pour pratiquer des activités supplémentaires :

- Volley
- Badminton
- Futsal
- Cross
- Athlé

