

## **Les compétences attendues et utiles pour suivre cette Option :**

- Développer une culture corporelle par la découverte et l'approfondissement de l'activité physique.
- Entrer dans une logique de performance en athlétisme, s'organiser collectivement et tactiquement (athlétisme et handball), assurer sa sécurité et celle des autres (escalade, natation/sauvetage), développer l'envie de vouloir faire de mieux en mieux dans chacune des activités sportives.
- Faire réfléchir les élèves sur leur activité physique à partir d'un thème d'étude : « L'intervention pédagogique », « filières et nutrition » « Sécurité, prévention et protection des risques ».
- Compétence à s'exprimer face à un public et un jury en utilisant un vocabulaire de technicien du sport.

## **Les contenus et le type de travail demandés pour réussir dans cette Option :**

### **Seconde et Première :**

**Prestation physique :** Maîtriser les Attendus de Fin de Lycée tels que définis par le protocole national d'évaluation niveau 4

**Partie réflexive :** Savoir analyser une prestation individuelle ou collective en s'appuyant sur une connaissance approfondie de l'APSA acquise au cours des séances précédentes et en utilisant un vocabulaire approprié de technicien.

- APSA, Prévention et protection des risques en seconde
- APSA & ENTRAÎNEMENT : en première : Animer une situation pédagogique et gérer l'activité d'un groupe d'élèves pendant 15 à 30 minutes et préparer l'épreuve finale.
- Comprendre la notion de sprint court/long et Connaître le fonctionnement des filières énergétiques, en athlétisme
- Identifier les caractéristiques des voies, leurs difficultés en fonction des volumes, prises, hauteur, en relation avec ses capacités, communiquer de façon précise avec son assureur, en escalade.
- Analyser sa pratique, celles des autres et intégrer les règles communes de fonctionnement.
- Assumer les rôles sociaux de coach, d'arbitre et de juge.

### **Terminale :**

**Prestation physique :** Maîtriser les Attendus de Fin de Lycée tels que définis par le protocole national d'évaluation niveau 5

- Partie réflexive : Soutenir un oral portant sur l'analyse de prestations individuelles ou collectives et formuler des propositions de situations pédagogiques visant à l'amélioration du niveau.
- Concevoir et animer une séance d'entraînement.
- Connaître les règles et savoir diriger ou organiser une rencontre (acquisition du niveau Jeune Arbitre Départemental UNSS
- Manifester de l'intérêt pour l'exercice de responsabilité collective associative (Unss) ou citoyenne.

## **PROGRAMMATION DE L'OPTION (sous réserve) : Le Mardi De 15h à 17H30 :**

2H30/semaine + dans la mesure du possible, **participer à environ 5 mercredis à l'UNSS** pour coacher, arbitrer, entraîner ou pratiquer, sur une ou des activités au choix. **Attention ces horaires s'ajoutent aux deux heures d'enseignement obligatoire d'EPS.**

**SECONDE :** ESCALADE – BADMINTON – NATATION/SAUVETAGE

**PREMIERE & TERMINALE :** ESCALADE- HANDBALL- ATHLETISME

## **L'OPTION POUR QUI ?**

Pour des élèves désireux de se perfectionner dans les activités sportives, motivés et qui **s'engagent pour l'année.**

Elle peut être intéressante (mais n'est pas obligatoire) notamment pour les élèves qui envisagent de poursuivre leurs études dans le SPORT (STAPS). (voir annexe tableau de la poursuite d'études)

L'OPTION est notée et compte pour le BAC au niveau du contrôle continu en Première et Terminale.

## **S'INSCRIRE : Remplir et déposer le formulaire (page 3) lors de l'inscription au lycée.**

**Le nombre de places étant limité,** l'inscription en Option EPS ne peut se faire qu'après **étude des demandes** par une commission interne à l'établissement, au regard des bulletins scolaires (Prise en compte des notes et de **l'implication de l'élève en EPS** et dans sa scolarité en général).

Tout élève inscrit en Option doit, pour sa part faire preuve de sérieux et s'impliquer pleinement dans sa pratique.

Comme il s'agit d'un enseignement facultatif, en cas de manque d'investissement dans l'option ou de comportements inadaptés répétés d'un élève, après chaque bilan trimestriel, le lycée se réserve la possibilité de le sortir de l'option. De même, en fin d'année, l'accès à l'Option EPS peut être remis en cause lors du passage en classe supérieure si l'élève n'a pas répondu aux attentes. (problèmes liés à l'absence de travail, d'investissement, au comportement, à l'absentéisme, etc..).

**ANNEXE : INFORMATION POUR LA POURSUITE D'ETUDES EN EPS**

<p><b><u>Les débouchés en terminale : LICENCE STAPS :</u></b> Permet aux étudiants d'acquérir une culture disciplinaire en STAPS</p>	<p><b><u>et après : MASTER</u></b> Master STAPS, Master métiers de l'enseignement MEEF,</p>
<p><b><u>Education &amp; motricité :</u></b> Des débouchés professionnels vers les métiers de l'enseignement ou de l'animation périscolaire. Professeur certifié/agrégé d'Education Physique et Sportive, Professeur des écoles, Métiers de l'animation.</p>	<p><b><u>Les métiers de l'enseignement et de la recherche :</u></b> Professeur(e) d'éducation physique et sportive, Professeur(e) des écoles, Enseignant(e)-Chercheur(euse), centres de loisirs périscolaires, établissements d'enseignement du secondaire, universités, associations.</p>
<p><b><u>Entraînement Sportif :</u></b> Des débouchés professionnels vers les métiers de l'entraînement sportif spécialisé. Entraîneur (certaines activités sont assujetties à une carte professionnelle), préparateur physique, coaching personnel, etc....</p>	<p><b><u>Les métiers de l'entraînement,</u></b> Les métiers de la fonction publique territoriale, Les métiers de l'enseignement et de la recherche, clubs sportifs, fédérations, centres de remise en forme, structures de santé.</p>
<p><b><u>Management du Sport :</u></b> des débouchés professionnels dans les secteurs publics, privés non marchand, privé marchand du sport loisir et du tourisme, Conception et développement de produits sportifs, Gestion d'équipements sportifs et touristiques, Événementiel sportif-Loisirs et tourisme sportifs, Gestion et pilotage d'un service des sports...</p>	<p><b><u>Vers un Master</u></b> Loisirs, Tourisme et développement Territorial.</p>
<p><b><u>Activité physique Adaptée et Santé :</u></b> des débouchés professionnels vers les métiers de la prévention et de la promotion de la santé, Spécialiste de la Prévention par l'Activité Physique, Enseignant en Activité Physique Adaptée en milieu spécialisé, Agent de développement pour une fédération sportive spécialisée dans le handicap.....</p>	<p><b><u>Vers des :</u></b> Etablissements de santé, de réadaptation et réhabilitation, Maisons de retraite. Associations sportives et culturelles (handisurf, siel bleu...), centre de remise en forme (thalasso, thermalisme) Etablissement médico-éducatifs et médico-sociaux.</p>

## FICHE DE DEMANDE D'INSCRIPTION à l'OPTION EPS :

Document à déposer lors d'inscription ou la réinscription au lycée.  
Les élèves retenus seront informés à la rentrée

**NOM :**

**PRENOM :**

Je souhaite m'inscrire à l'option EPS en classe de :  **seconde** -  **première** –  **terminale**

Je m'engage :

- A faire preuve de sérieux et à m'impliquer pleinement dans ma pratique pendant les cours d'OPTION.
- A participer toute l'année, la démission ne sera pas possible.
- A me rendre disponible, pour participer ponctuellement à l'UNSS le mercredi après midi :

Je suis disponible tous les mercredis après-midi :  **oui** -  **non**

A : .....

Le : .....

Signature de l'élève :

Nous avons pris connaissance : signature des parents :