



ENSEIGNEMENT OPTIONNEL

SECONDE **EPS**

..... OBJECTIFS

- Développer une culture sportive et des savoir-faire techniques dans différentes activités : volley-ball, Course d'orientation, badminton, cross-fit
- Faire réfléchir les élèves sur leur pratique et leur donner le goût de l'effort
- Développer l'esprit de groupe à travers la conduite de projets liés au sport

..... ORGANISATION

Cet enseignement comprend trois heures de cours par semaine :

- Travail par trimestre autour des différents pôles d'activités : (sport d'opposition, sport d'entretien, sport de plein air)
- Possibilité d'intervention extérieure pour enrichir la connaissance des élèves.
- Possibilité d'arrêter l'option à la fin de l'année de seconde

CONTENUS

- Apprentissage et perfectionnement des habiletés motrices
- Développement des données théoriques (arbitrage, physiologie, nutrition, échauffement)
- Obtention du PSC1

Chaque élève sera évalué sur ses compétences physiques, savoir-faire technique et tactique mais également sur la réalisation d'un projet collectif.

