

OPTION EPS

- ❖ Cette option de **3h de sport supplémentaires** se répartit sur 2 créneaux dans la semaine. Elle est proposée en **seconde**, peut être poursuivie en **première et en terminale**, et est ouverte à tous les élèves, qu'ils soient **débutants ou plus expérimentés** dans les activités proposées et peut-être cumulée avec une inscription en **section sportive** (Hand-ball, Natation, Rugby).
- ❖ **Elle n'existe pas dans tous les établissements de l'académie.**
- ❖ L'élève a le **choix** parmi 3 menus d'activités avec 3 dominantes différentes pratiquées tout au long de l'année sur 1H30 : **natation-sauvetage, escalade ou futsal.**
- ❖ Chaque activité dominante est complétée par **3 activités trimestrielles** complémentaires pratiquées sur 1H30.
 - Pour la natation il s'agit du **volley-ball**, de la **musculation** et de la **boxe**,
 - pour l'escalade il s'agit du **volley-ball**, de l'**athlétisme** et du **tennis**,
 - pour le futsal il s'agit du **volley-ball**, du **biathlon** et du **cross-training**.
- ❖ Le volley-ball est une constante dans les 3 menus, avec la création de 3 groupes de niveau.
- ❖ L'évaluation se fait comme pour l'EPS en contrôle continu et apparaît dans le bulletin scolaire. **Un plus** pour les élèves souhaitant **s'orienter dans le domaine du sport** et plus particulièrement dans « **Parcoursup** ».
- ❖ En parallèle de la pratique, l'option EPS permet d'aborder des **connaissances et contenus théoriques** dans le domaine du sport (entraînement, santé, égalité hommes/femmes, jeux olympiques...). Elle permet également la **réalisation d'un projet d'équipe** (la conception d'un tournoi ou d'événement sportif ...) et l'**analyse d'une thématique** d'actualité en relation avec l'ouverture sur le monde sportif.

