

OPTION

Facultative EPS



LPO ALBERT EINSTEIN

L'option en 4 objectifs :

- 1) Prolongement de l'EPS en offrant la possibilité à l'élève d'enrichir ses expériences grâce à la découverte de nouvelles activités ou de nouvelles formules d'activités. (2/3)
- 2) Faire réfléchir les élèves sur leur propre activité physique à partir de thèmes d'études (entraînement, environnement, spectacle, inclusion, santé, égalité hommes/femmes...) (1/3)
- 3) Ancrer la pratique physique dans des habitudes de vie favorables à la santé physique, mentale et émotionnelle.
- 4) Vivre un moment fort de groupe

SECONDE

ACTIVITES

Beach Tennis – Badminton Double - Volley – Natation Sauvetage (se sauver)

PROJETS

Exposé - Prendre en charge un échauffement –Gérer un mini tournois- Organiser une olympiade.

PREMIERE - TERMINALE

ACTIVITES

Musculation - Step – Cross Training – Volley – Natation Sauvetage (sauver les autres)

PROJETS PREMIERE

Gérer une Olympiade - Prendre parti à un débat - Prendre en charge une séance en groupe

PROJETS TERMINALE

Prendre parti à un débat - Prendre en charge une séance - Grand Oral

OPTION ET UNSS :

➔ Participation obligatoire au CROSS Départemental + Activités annexes (trail, badminton, volley ...)