



## Pour qui ?

- Elèves intéressés par les métiers du sport.
- Elèves voulant disposer d'un volume horaire plus important en pratique physique (5h en plus de l'EPS obligatoire).
- Elèves voulant approfondir la méthodologie de l'entraînement.

L'enseignement complémentaire et de détermination en EPS.

## Contenu de la formation

### EN SECONDE.

- Une formation pratique exigeante et raisonnée.
- Une sensibilisation accrue à la diversité des activités.
- Une méthodologie de travail plus affirmée par l'analyse réflexive, l'initiation à l'entraînement et la production de performances dans une spécialité.

### AU COURS DU CYCLE TERMINAL (1ère et Terminale).

- Une formation exigeante et raisonnée.
- Un approfondissement des pratiques.
- Un développement de la méthodologie de travail.
- Des relations entre l'EPS et les autres disciplines.
- Un complément des méthodes d'entraînement sportif.



(suite)



## Les activités physiques et sportives.

### OPTION EPS (2h/semaine).

- Volley.
- Golf.

### ASSOCIATION SPORTIVE.

- Sports Collectifs: Foot, Volley, Rugby, Basket.
- Musculation.
- Step.
- Danse.
- Natation.
- Judo.
- Cross.
- Golf.
- Athlétisme.
- Duathlon.



### SECTIONS SPORTIVES LOCALES.

- Natation.
- Athlétisme.
- Rugby.