

L'EPS, C'EST ...

5 OBJECTIFS

DÉVELOPPER SA MOTRICITÉ

ACQUÉRIR DES MÉTHODES ET DES OUTILS POUR APPRENDRE ET SAVOIR S'ENTRAÎNER

EXERCER SA RESPONSABILITÉ INDIVIDUELLE AU SEIN D'UN COLLECTIF

CONSTRUIRE DURABLEMENT SA SANTÉ

ACCÉDER AU PATRIMOINE CULTUREL

A ATTEINDRE AU TRAVERS DE 5 CHAMPS D'APPRENTISSAGE



CA 1 « Réaliser une performance motrice maximale mesurable à un moment donné. »



CA 2 « Adapter ses déplacements à des environnements variés ou incertains. »



CA 3 « Réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée. »



CA 4 « Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel pour gagner. »



CA 5 « Réaliser une activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir. »

... AU SEIN DESQUELS L'ÉLÈVE CONSTRUIT DES ATTENDUS DE FIN DE LYCÉE ...

Ce qu'il doit savoir faire à la fin de sa scolarité

ANALYSER SA PERFORMANCE POUR ADAPTER SON PROJET ET PROGRESSER

ÊTRE CAPABLE D'ARBITRER DES MATCHS AU REGARD DE DIFFÉRENTS RÉGLEMENTS

S'ENRICHIR DU PATRIMOINE CULTUREL ET ARTISTIQUE AFIN DE PROGRESSER DANS SA PRATIQUE ET AIGUISER SON REGARD DE SPECTATEUR

RÉALISER DES CHOIX TACTIQUES ET STRATÉGIQUES POUR FAIRE BASCULER LE RAPPORT DE FORCE EN SA FAVEUR ET MARQUER LE POINT

INTÉGRER DES CONSEILS DIÉTÉTIQUES ET D'HYGIÈNE DE VIE POUR SE CONSTRUIRE UN MODE DE VIE SAIN ET UNE PRATIQUE RAISONNÉE.

... GRÂCE À LA PRATIQUE DES ACTIVITÉS PHYSIQUES

Course de demi fond

Natation

Danse
Création artistique
Acrosport

Volley ball

Badminton

Course en durée

Step

...A L'AIDE D'UN ENSEIGNEMENT INDIVIDUALISÉ BASÉ SUR



La pédagogie



Les neurosciences



La didactique des sports



La psychologie



La physiologie



La sociologie

L'EPS C'EST AUSSI DU FACULTATIF AVEC L'A.S. (ASSOCIATION SPORTIVE)

Volley ball

Badminton

Yoga

Cross Fitness

Sortie ski alpin/snow

Cuisses/Abdos /fessiers

Basket ball

Footing

Raid Multi activités

Musculation

Escalade

Ultimate

