



# ENSEIGNEMENT OPTIONNEL D'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

*LYCEE CENTRE SUD DE DUCOS*

Cliquez pour  
choisir :

[PROJET AP OPTION SECONDE](#)

[PROJET PREMIERE ET TERMINALE](#)



# ENSEIGNEMENT OPTIONNEL D'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

*PROJET AP OPTION SECONDE*

2 à 3 heures  
par  
semaine

# PRÉSENTATION

## OBJECTIFS :

- ❑ Approfondissement et/ou découverte de nouvelles pratiques physiques, sportives et artistiques
- ❑ Autonomie et prise d'initiatives de l'élève : acquisition de compétences sur l'entraînement, l'échauffement
- ❑ Investissement dans son Parcours Avenir : rencontre de professionnels, s'informer sur les formations inhérentes au sport

## MISE EN ŒUVRE

- ❑ Pratique d'Activités Physiques et Sportives
- ❑ Visites diverses (observations de terrains, IMS, INSEP, ...)
- ❑ Voyage culturel et sportif
- ❑ Participation à l'Association Sportive (en tant que joueur ou arbitre ou jeune officiel ou reporter,... )

## PROFIL D'ELEVES

- ❑ Élève motivé et sérieux
- ❑ Élève ayant le goût de l'effort
- ❑ Niveaux minimum non exigé mais élève rigoureux et engagé
- ❑ Élève s'intéressant aux thèmes du sport, des métiers du sport, de la santé, ...

# Activités physiques et sportives pratiquées

## SPORTS DE RAQUETTES

Badminton



Tennis de table



Beach tennis



## ACTIVITE D'ENTRETIEN

Cross training



## ACTIVITES DE PLEINE NATURE

VTT



Yole





FIN



# ENSEIGNEMENT OPTIONNEL D'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

*PROJET PREMIERE & TERMINALE*

3 heures par  
semaine

# PRÉSENTATION

## OBJECTIFS :

- ❑ Approfondissement et/ou découverte de nouvelles pratiques physiques, sportives et artistiques
- ❑ Préparer son Parcours Avenir
- ❑ Sensibilisation des élèves à la conduite de projet et la réalisation d'une étude
- ❑ Participation au projet académique « GENERATION 2024 »

## MISE EN ŒUVRE

- ❑ Pratique de diverses Activités Physiques et Sportives
- ❑ Visites diverses (universités, UFR STAPS et autres filières, ...)
- ❑ En 1<sup>ère</sup> : Conduite d'un projet collectif (interventions pédagogiques auprès d'élèves de CM2)
- ❑ En terminale : Conduite d'une étude au regards des pratiques physiques, sportives et artistiques
- ❑ partenariat sportif, séjour à l'étranger)
- ❑ Évaluation en contrôle continu
- ❑ Participation à l'Association Sportive (en tant que joueur ou arbitre ou jeune officiel ou reporter,... )

## PROFIL D'ELEVES

- ❑ Élève motivé et sérieux
- ❑ Élève sportif ayant le gout de l'effort
- ❑ Élève s'intéressant aux thèmes d'études du sport, des métiers du sport, santé, ...

# Activités physiques et sportives pratiquées

## SPORTS DE RAQUETTES

Badminton



Tennis de table



Beach tennis



## ACTIVITE D'ENTRETIEN

Cross training



Musculation



## ACTIVITES DE PLEINE NATURE

VTT



Yole



## ACTIVITÉ D'OPPOSITION

Rugby





FIN

[Revenir page principale](#)