

L'OPTION EPS

OBJECTIFS:

Il s'agit de proposer aux élèves de **developper et d'approfondir leurs compétences et connaissances** dans des activités physiques et sportives différentes.

Par ce biais il s'agit de contribuer à ancrer la pratique physique dans leurs habitudes de vie afin de favoriser santé et bien être au lycée.

L'objectif de l'Option est d'également de **faire réfléchir les élèves sur leur propre activité physique** à partir de thèmes d'étude, ainsi que de faire **comprendre et d'analyser la place et l'influence des activités sportives** dans la société.

Le texte de référence : <https://eduscol.education.fr/document/25279/download>

ORGANISATION

Les élèves participant à l'option EPS bénéficient de 3h d'EPS de plus dans la semaine.

Un cours de 2h et un cours de 1h placés le plus souvent en fin de journée.

Un groupe en 2nde d'une vingtaine d'élève en 2021

Un groupe en 1ère et Terminale de 36 élèves en 2021

LA PROGRAMMATION AU LYCEE AUBANEL

Depuis la rentrée 2020 le programme de l'Option EPS a évolué passant de la pratique de 2 activités à la découverte et l'approfondissement de 6 activités au cours du cursus.

Le choix du lycée Aubanel est de proposer des activités différentes de celles faite en EPS tout en conservant une certaine cohérence sur le parcours EPS de l'élève au lycée.

La programmation est susceptible de changer au regard des diverses contraintes (sanitaires et autres)

S
E
C
O
N
D
E

		CA1	CA2	CA3	CA4	CA5	
	2nde	Demi fond	Escalade	Danse	Tennis de Table		
	2nde OPTION 2h		Escalade		Volleyball	Musculation	
	1h	Relais			Badminton		
	1ere	3x400m			Badminton	Musculation	
P R E M & T E R M	Term.	A	Demi fond		Tennis de Table	Musculation	
	Menus au choix	B	Relais		Danse	Badminton	
		C		Escalade		Badminton	Musculation
	OPTION 2H		Escalade		Volley Ball Badminton		
	1H	"Le miles" Cross training				Musculation	

Les élèves de l'option sont **fortement incités** à participer aux activités de l'association sportive du lycée afin de participer aux compétitions UNSS ainsi qu'aux séjours organisés par le lycée :

- Séjour activités de plein nature: Canoé / VTT/ Course d'orientation prioritairement proposés aux élèves de seconde
- Séjour activités de plein nature: Ski et activité de la montagne prioritairement proposés aux élèves de première et terminales
- Journée APPN: Montée de nuit au Ventoux, pour tous les élèves de l'AS

La participation à ces événements contribue à enrichir leur culture des APSA notamment dans les Activités Physique de Pleine Nature (APPN) et fait partie du cursus de formation des optionnaires EPS.

LES THÉMATIQUES ABORDÉES:

En seconde : APSA et entraînement

En 1ère et terminale: APSA et égalité entre les femmes et les hommes.

LES EVALUATIONS

Le coefficient de la note sera de 2 ou de 4 en fonction du rang de positionnement de l'option. En effet les candidats du BAC ont la possibilité de choisir deux enseignements optionnels (musique, Euro, EPS, etc...)

Annexe – Tableau des coefficients

	Voie générale			Voie technologique		
	Première	Terminale	Total cycle	Première	Terminale	Total cycle
Enseignements obligatoires évalués en épreuves terminales						
Français	10		10	10		10
Philosophie		8	8		4	4
Enseignement de spécialité 1		16	16		16	16
Enseignement de spécialité 2		16	16		16	16
Grand oral		10	10		14	14
			60			60
Enseignements obligatoires ne faisant pas l'objet d'épreuves terminales						
Enseignement de spécialité de 1 ^{re}	8		8	8		8
Histoire-géographie	3	3	6	3	3	6
Langue vivante A	3	3	6	3	3	6
Langue vivante B	3	3	6	3	3	6
Enseignement scientifique (voie générale) ou mathématiques (voie technologique)	3	3	6	3	3	6
Éducation physique et sportive		6	6		6	6
Enseignement moral et civique	1	1	2	1	1	2
			40			40
Tous enseignements obligatoires			100			100

	Voie générale			Voie technologique		
	Première	Terminale	Total cycle	Première	Terminale	Total cycle
Option 1	2	2	4	2	2	4
Option 2		2	2	2	2	4
LCA Latin	2	2	4			
LCA Grec	2	2	4			
Tous enseignements optionnels	6	8	14	4	4	8

PRATIQUE

Les évaluations en option ont lieu en contrôle continu pour les épreuves pratiques.

Les critères portent sur:

- le niveau de pratique dans l'APSA,
- les capacités à s'entraîner et
- les compétences relatives à l'arbitrage, le jugement et les divers rôles que l'élève peut investir dans l'activité.

Le niveau de pratique attendu est légèrement supérieur à celui attendu en EPS.

Une note et une appréciation sont apposées chaque trimestre sur le bulletin de l'élève par le professeur en charge de l'option.

ORAL de BAC

En Terminale les élèves seront convoqués pour un oral d'option EPS.

Il s'agit de présenter à l'oral une problématique issue d'une réflexion étayée sur sa propre pratique en lien avec une thématique choisie par l'élève.

La présentation orale peut être individuelle (15 minutes dont 5 min d'exposé) ou bien en binôme (20 minutes dont 8 minutes d'exposé) devant 2 enseignants et est préparée en partie avec l'enseignant de l'option.