

# L'option EPS

## Au lycée Pierre Larousse de Toucy

### 1. Organisation :

- 3 heures par semaine (le vendredi après-midi)
- Formation sur trois ans
- Un groupe constitué d'élèves de 2<sup>nde</sup>, 1<sup>ère</sup> et terminale
- Deux enseignants d'EPS encadrent l'option EPS

### 2. Enjeux de formation :

- Enrichir ses compétences physiques, motrices et techniques ainsi que ses connaissances théoriques par une pratique plus approfondie et exigeante.
- Développer l'approche réflexive et argumentative sur la pratique sportive individuelle et collective.
- Être au service des autres, faire profiter de ses compétences à ses camarades
- Développer la prise d'initiatives et l'autonomie dans la gestion de sa pratique et dans la conduite de projets.
- Développer le goût de l'implication dans le domaine associatif

### 3. Contenu de formation :

- La pratique :
  - Trois activités enseignées et évaluées à chaque trimestre : le circuit training, le handball, l'acroport
  - Participation et implication des élèves de l'option EPS à l'Association Sportive (l'UNSS)
  - La pratique compte pour  $\frac{3}{4}$  de la note finale au baccalauréat.
- La conduite de projet :
  - A chaque niveau de classe, les élèves sont amenés à conduire des projets, collectifs et individuels.
  - La conduite de projet compte pour  $\frac{1}{4}$  de la note au baccalauréat.
- La participation à l'Association sportive :
  - Les élèves sont amenés à s'impliquer dans au moins une des activités proposées par l'association sportive, en tant que pratiquant, et même pourquoi pas en tant que jeune officiel (coach, arbitre, reporter, dirigeant)

- Les élèves de l'option EPS représentent en grande partie le noyau dur de l'association sportive du lycée et contribuent largement à son dynamisme et à son rayonnement.

➤ Les stages et sorties

- Stage de plein air (intégration et préparation physique) en début d'année scolaire
- Stage de ski tous les trois ans
- Sortie de fin d'année
- D'autres sorties peuvent être prévues selon les opportunités (ex : match de haut niveau de handball)

Afin de financer en partie le séjour et réduire ainsi le coût des stages et sorties, les élèves sont amenés à participer à des actions visant à récupérer des fonds (vente de chocolats, de viennoiseries, de tee-shirts...)

#### **4. Quel profil pour pouvoir intégrer l'option EPS ?**

♦ Le volume horaire étant plutôt conséquent (3 heures le vendredi, participation à l'AS, et souvent pratique en club), l'élève devra pouvoir gérer deux problématiques :

- Préserver son intégrité physique (hygiène de vie, écoute de soi...)
- S'organiser dans son travail scolaire. L'option EPS ne peut se faire au détriment de la scolarité, bien au contraire, elle doit contribuer à sa réussite.

Si le niveau de pratique initial n'est pas une priorité absolue, il paraît cependant important que l'élève ait suffisamment de compétences en EPS pour ne pas se trouver en difficulté.

♦ Aimer partager, donner et recevoir des conseils. L'implication personnelle de chacun et la capacité à se mettre au service des autres sont des valeurs particulièrement développées et appréciées durant les trois années passées en option EPS.

#### **5. Comment postuler à l'option EPS ?**

Les élèves peuvent intégrer l'option EPS en classe de seconde, exceptionnellement en classe de première dans la limite des places disponibles.

La sélection se fait sur dossier. Celui-ci devra être constitué des éléments suivants :

- Bulletins scolaires des deux premiers trimestres de classe de troisième (pour les élèves entrant en seconde), de seconde (pour ceux entrant en première),
- Lettre de motivation personnelle,
- Lettre de soutien du professeur d'EPS actuel,
- Eventuellement autres lettres de soutien (dans le cadre d'une pratique en club, ou si bénévole pompier...).
- Brevet de natation (50 mètres minimum).

Une grande attention sera portée sur l'étude des dossiers.