LYCÉE POLYVALENT LE MANS SUD

SECONDE

EPS

Enseignement général optionnel

Lycée polyvalent Le Mans Sud
128, rue Henri Champion – 72058 LE MANS
Cedex 2
02 43 86 24 16
ce.0721094Y@ac-nantes.fr

Pourquoi ?

Développer des compétences et enrichir ses expériences :

- Dans la variété et /ou l'approfondissement d'activités sportives à travers leurs spécificités en s'appuyant sur les sciences et/ou les nouvelles technologies.
- Dans le travail collectif autour de projets.
- Pour améliorer ou travailler son aisance à l'oral.
- Dans l'autonomie à mettre en œuvre pour répondre aux attendus de fin de lycée tant dans sa pratique que dans le travail réflexif.
- Pour mieux se préparer à sa poursuite d'études.

Combien de temps et quelles activités ?

- **En seconde, 1ère et terminale = 3h de cours par semaine**
- **De 3 à 6 activités** reliés à 13 thèmes différents comme par exemple : activités physique, sportive, artistique (APSA) et Santé, APSA et métiers du sport
- L'important est d'aimer les activités physiques sportives et artistiques(APSA) dans toutes leurs variétés et leurs pluralités.
- Le professeur choisira ces APSA en fonction des compétences qu'elles développent tout en les mettant en relation à l'un des thèmes choisis, parmi:

- La compétence 1: Réaliser une performance mesurable à une échéance donnée (ex : 3X500m, Course de relais...).
- La compétence 2: Adapter son déplacement à des environnements variés (ex: course d'orientation, escalade...)
- La compétence 3: Réaliser une prestation destinée à être vues et appréciée (ex: gymnastique, danse, acrosport)
- La compétence 4: Conduire un affrontement collectif ou individuel pour gagner (ex: hand-ball, basket, badminton, tennis de table....)
- La compétence 5: Réaliser une activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir (ex: musculation, step....)"

En classe de seconde

- **Entre 4 et 6 activités**
- Un travail de réflexion sur l'un des thèmes choisis, concrétisé par une production écrite

En Classe de première*

- 3 activités prises parmi celles de seconde ou non
- Une conduite de projet collectif qui peut se concrétiser par exemple par l'organisation d'un RAID UNSS, d'un tournoi au sein du lycée, d'un spectacle ……..

En classe de terminale*

- Entre 2 et 3 activités identiques à celle de seconde et / ou de première.
- Une conduite d'une étude finalisée par un dossier associé à une soutenance d'oral

*** Evaluation en contrôle continu sur les notes de 1ère et terminale.**