



## OPTION Education Physique et Sportive Classe de seconde

### Capacités travaillées et méthodes acquises :

- ✓ Acquérir une culture sportive.
- ✓ Approfondir l'enseignement de l'EPS.
- ✓ Diversifier les activités abordées.
- ✓ Faire un lien entre les pratiques sportives et la société.
- ✓ Etre capable de mener des projets.
- ✓ Développer des compétences orales et technologiques liées à l'utilisation numérique.

### Les horaires :

- **2 heures par semaine** et **un stage d'une semaine**

### Les activités :

- Sur les trois années du lycée, c'est entre **3 et 6 activités abordées** avec un vrai niveau de maîtrise dans chacune d'elles.
- En seconde : deux activités sportives à approfondir : **badminton** et **volley-ball**  
Une découverte d'une **activité de pleine nature** sous forme de stage d'une semaine