



# Enseignement optionnel EPS

---

# LES OBJECTIFS DE L'OPTION EPS

UNE PRATIQUE  
APPROFONDIE  
D'ACTIVITES PHYSIQUES  
ET SPORTIVES VARIÉES

SENSIBILISER AUX  
DIFFÉRENTS MÉTIERS  
EN LIEN AVEC LE SPORT

CONCEVOIR ET  
CONDUIRE DES  
PROJETS COLLECTIFS



S'adresse à un public mixte

# ORGANISATION ET CONTENUS

1

2 CRÉNEAUX D'1H30 PAR SEMAINE

2 ACTIVITÉS SUR L'ANNÉE

2

SECONDE : ULTIMATE –  
MUSCULATION

PREMIÈRE : MUSCULATION ET  
ACTIVITÉS DE LA FORME - ARTS  
DU CIRQUE

TERMINALE : BADMINTON -  
BIATHLON

3

THÈMES D'ÉTUDE RETENUS :  
SANTÉ - SPECTACLE -  
INTERVENTION PÉDAGOGIQUE  
– MÉTIERS DU SPORT

# PROJETS ET PERSPECTIVES

- **USAGES NUMÉRIQUES** (VIDÉO, CARDIO GPS, ENT)
- **SENSIBILISATION AUX MÉTIERS DU SPORT** : intervention de professionnels (préparateur physique, coach sportif, éducateur, kinésithérapeute sportif, etc...), visite INSEP, STAPS
- **CONDUITE DE PROJETS COLLECTIFS ENVISAGÉS** : Animation AS  
Musculation/Fitness, Organisation d'un spectacle ou d'un évènement caritatif
- **PROJET DE DÉCOUVERTE ARTISTIQUE** : partenariat avec une compagnie de cirque, découverte de spectacles, intervention de professionnels
- **SÉJOUR SPORTIF ET ARTISTIQUE**

# Poursuite d'études



Licence STAPS : Enseignement / Activité physique adaptée / Entraînement-Recherche / Management du sport



BP JEPS



Permet de valoriser votre parcours pour toutes les autres filières du supérieur : université, classes préparatoires, écoles d'ingénieurs, etc...