

TU AIMES LE SPORT ?

Nous te donnons rendez-vous lors des inscriptions au lycée pour un entretien d'entrée à l'option sport de 2nde

→ OBJECTIFS

Approfondir les Activités Physiques Sportives et Artistiques

Recherche d'efficacité personnelle et d'équilibre dans sa pratique

Acquisition de compétences et de connaissances dans les différentes pratiques physiques (d'entretien, de loisir, de compétition)

Se préparer à une orientation Post Bac axée sur les métiers du sport



→ ORGANISATION

4h d'option (1 demi-journée)
en plus des 2h d'EPS

Une pratique large : natation, gymnastique, sport de combat, danse, sports collectifs, sports de raquette et activités de pleine nature

Des heures consacrées à de la Théorie sur les connaissances biologiques, sociologiques, les métiers du sport...

Analyse de sa propre pratique et aide à la mise en place de Projets individuels et collectifs

Ouverture sur le monde en rapport avec des thèmes d'étude liés à la Santé, l'environnement, les métiers du sport, la Mondialisation, l'égalité homme/femme

↓
1 stage d'activités de pleine nature, d'une semaine pour chaque niveau de classe, partie intégrante de l'enseignement (stage évalué)

LYCÉE
DE
L'ARC

Les élèves option sport sont évalués sous forme de contrôle continu et leur note est prise en compte pour l'obtention du diplôme.



Si tu es passionné(e) de sport et que tu veux en faire ton métier.

⚠ → Tu peux commencer l'Option en 2nde
 > La poursuite sur le cycle terminal (1ère et Tale)
 > Ou basculer sur le choix de la Spécialité en 1ère
Ton projet doit donc être anticipé.

LA SPÉCIALITÉ

« ÉDUCATION PHYSIQUE, PRATIQUES ET CULTURE SPORTIVES »

C'est en classe de 1ère mais tu peux intégrer l'Option sport en 2nde puis basculer sur la Spécialité en 1ère

→ Objectifs de la Spécialité

- Te préparer des la classe de 1ère à des études Post-bac plus longues (notamment STAPS) (relevant de nombreux secteurs (métiers du sport, santé, bien-être, enseignement, entraînement, gestion, communication et sécurité).
- Te préparer à l'écrit du bac ainsi qu'au grand oral de terminale : coefficient 16 pour la Spécialité et coefficient 10 pour le grand oral du bac
- Comme pour les autres Spécialités que tu choisis, il y aura en classe de terminale, une épreuve finale :
 - > une épreuve écrite (une épreuve de 2h, dissertation et/ou commentaire de document)
 - > une épreuve orale (15' prenant appui sur une séquence filmée de l'étève dans une activité sportive)
 - > une épreuve physique également

→ Nous te proposons :

- Niveau 1ère : 4h/semaine (3h Pratique • 1h Théorie)
- Niveau Tale : 6h/semaine (4h Pratique • 2h Théorie)

La programmation des Activités sportives sera variée : de pleine nature, d'opposition collective et individuelle, artistique, d'entretien de soi, de performance (natation, athlétisme)

La Formation théorique te permettra d'acquérir les connaissances et compétences diverses permettant de réussir tes épreuves écrites et orales.

Son contenu abordera différents thèmes, en première : métiers du sport, et du corps humain, pratique physique et santé, technologie des activités physiques sportives et artistiques (APSA).

En terminale, les enjeux de la pratique physique dans le monde contemporain, technologie des APSA.

L'OPTION SPORT

C'est dès la classe de 2nde Attention ne pas confondre l'Option et la Spécialité : tu pourras intégrer la Spécialité en 1ère

→ Objectifs de l'Option

- Si tu souhaites simplement te perfectionner ou découvrir des sports nouveaux
- Si tu t'orientes :
 - > vers des métiers réclamant une bonne forme physique
 - > Si tu cherches par le sport à vivre des moments intenses avec les autres

L'option te permet d'obtenir quelques points pour le bac.

→ Nous te proposons :

- À chaque niveau (2nde, 1ère, Tale) : 2 à 3h / semaine (2 à 3h de pratique complétées par des apports théoriques)

→ La programmation des Activités sportives sera variée de pleine nature, d'opposition collective et individuelle, artistique, d'entretien de soi, de performance (natation, athlétisme)

→ La Formation théorique te permettra d'acquérir des connaissances et compétences diverses au regard des Activités proposées.

• **Projet à mettre en place par rapport à différentes thématiques.**

Nous attendons de ta part dans les deux cas :

- Une attitude exemplaire mettant en avant les valeurs du sport (entraide, partage, abnégation, respect, fair-play)
- De t'impliquer dans les entraînements de l'Association Sportive se déroulant sur le temps 12h/14h, ainsi que dans un championnat que tu choisiras. (4 rencontres minimum sur l'année, le Mercredi)
- De participer aux 3 stages de cohésion et perfectionnement aux différentes étapes de la scolarité (en Spécialité ou Option)

Le lycée propose un projet de réussite global à l'internat d'excellence.

