

EPS au lycée

Au lycée : 3 possibilités de faire du sport...

- EPS obligatoire : 2h par semaine
- Option EPS facultative : 2h supplémentaires, évalué (note supplémentaire dans la moyenne)
- AS : sur le temps du midi, des propositions presque tous les jours. (pratique volontaire, pas d'évaluation)

Les APSA en seconde année 2026/2027

Compétence propre	APSA pratiquée
1- Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée	
2- Adapter ses déplacements à des environnements variés	Course d'Orientation
3- S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique	Danse
4- Conduire et Maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel	Volley Ball
5- Réaliser une activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir	Course De Durée

Les menus proposés en cycle Terminal (Classes de 1ère et Tle)

Menu A	Menu B	Menu C
CP3 - Gymnastique	CP1 - Relais vitesse	CP1 - Demi Fond ou Saut en Longueur
CP4 - Badminton	CP4 - Volley Ball	CP2 - Course d'orientation
CP5 - Step	CP5 - Course en Durée	CP4 - Badminton

L'option EPS (facultatif mais évalué)

2nde	1ère	Terminale
Volley Ball	Volley Ball	Volley Ball
Basket	Badminton	Musculation
Cross Training	Musculation	

L'Association Sportive (volontaire, pratique plaisir) : le midi

Pratique Volontaire.

Cotisation : 45 Euros.

- Cross training : mardi et jeudi
- Tennis de table : mardi
- Futsal : mercredi
- Volley : vendredi

