

L'OPTION EPS

Au Lycée Jay de Beaufort

Il est possible de débiter cette option en Seconde, en Première ou en Terminale

- Approfondir et/ou découvrir de nouvelles activités physiques sportives.
- Renforcer et élargir ses habiletés motrices.
- S'engager dans de nouvelles expériences collectives.
- Développer des compétences valorisantes dans le projet personnel d'orientation post-baccalauréat (BPJEPS & STAPS, entre autre).

Le contenu sur le cursus du lycée :

| | Seconde | Première | Terminale |
|--------------------------|----------------------|-----------------|------------------|
| <i>Trimestre 1</i> | Escalade | Kayak | Escalade |
| <i>Trimestre 2</i> | Musculation | Badminton | Ultimate |
| <i>Trimestre 3</i> | Escalade | Escalade | Escalade |
| <i>APS en Initiation</i> | Course d'Orientation | Tir à l'Arc | Cross-Fitness |

- Sans être obligatoire, la participation à l'Association Sportive du lycée est vivement recommandée.
- Chaque année donnera lieu à la production d'un projet collectif

Renseignez-vous vite auprès de vos professeurs d'EPS pour la rentrée prochaine !

