

EPS Option Facultative

- Vous souhaitez approfondir une activité sportive.
- Vous envisagez un métier dans le domaine sportif, l'animation, ou un parcours universitaire STAPS...

3 heures hebdomadaires



1 boulevard Joliot Curie
11000 Carcassonne
Téléphone : 04 68 47 82 66
Télécopie : 04 68 25 05 61
www.lyceejulesfil.fr

Classes de seconde et terminale

2 heures de pratique choisies parmi :

- NATATION, FOOTBALL, HANDBALL, RAQUETTES (badminton, tennis de table, tennis, squash)

Classes de première

2 heures de pratique de sports de plein air :

- KAYAK, AVIRON, VTT, COURSE D'ORIENTATION

En plus pour tous niveaux

1 heure en classe :

Conception et réalisation d'un projet sportif (en groupe)

Ces options doivent être suivies depuis la classe de seconde.

Les OBJECTIFS

- L'amélioration des capacités physiologiques et motrices
- L'accès aux responsabilités et au respect de l'éthique
- L'accès au domaine de la culture que constitue la pratique des Activités Sportives ou Physiques

UNSS

Activités proposées :

Handball – Volley-Ball – Beach Volley – Football – Rugby – Futsal –Badminton – Musculation – Natation – Raid – Activités de pleine nature – Sorties Ski - Remise en forme – Préparation concours



Objectifs :

Accueillir le plus grand nombre d'élèves par un choix judicieux des activités proposées.
Proposer des activités accessibles à tous.

Perspectives :

- Proposer à nos élèves d'autres rendez-vous « plein air » en marge des championnats pour contribuer à un plaisir global de pratique au sein de l'UNSS.
- Atteindre ou se maintenir au niveau national dans les activités collectives. En effet nous sommes régulièrement représentés au niveau académique et inter-académique et même national ces dernières années.

Cotisation : 10€ pour les détenteurs de la carte Région (25€ pour les autres)