

OPTION EPS

OPTION EPS MÉTIERS DU SPORT

- Un sportif polyvalent
- Orientation vers les métiers du sport
 - ▶ Préparateur physique
 - ▶ Filière STAPS
 - ▶ Entraîneur



OPTION EPS PERFORMANCE HANDBALL

- Entraînement HANDBALL
- Préparation physique
- Partenariat avec club



5 Rue des Marchebeaux - 28100 DREUX
Tél : 02 37 38 90 00
www.lyceerotroudreux.com



DOSSIER OPTION EPS

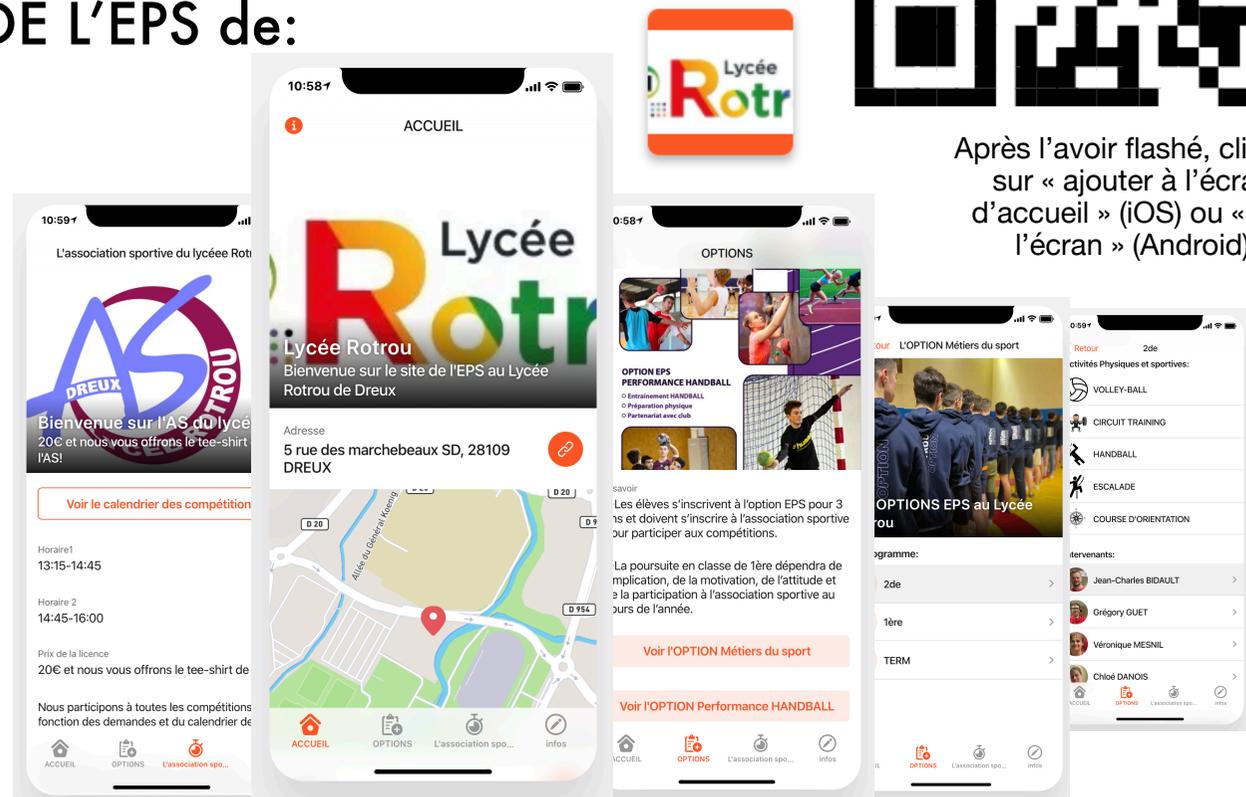


FLASHEZ ET RETROUVEZ TOUTES LES INFORMATIONS (*plannings, calendriers, programmes, liens vers les réseaux sociaux de l'AS, etc*) SUR L'APPLICATION WEB DE L'EPS de:

- **L'OPTION EPS**
- **L'AS**



Après l'avoir flashé, cliquez sur « ajouter à l'écran d'accueil » (iOS) ou « sur l'écran » (Android)



<https://www.instagram.com/aslyceerotrou/?hl=fr>

POUR RÉUSSIR EN OPTION EPS

1. Répondre aux attendus ci-dessous:

PROJET	CORPS HUMAIN	AUTONOMIE	BREVET 50m	MEMBRE ASSOCIATION SPORTIVE
Orientation vers les métiers du sport	S'intéresser au fonctionnement du corps humain	Organiser sa semaine de travail	Stages plan d'eau et/ou sub-aquatique	Participer à l'association sportive au moins pour 3 évènements sportifs

2. Avoir installé l'app de l'EPS et l'utiliser régulièrement:

- En scannant via la page du dessus ou sur ce lien: <https://epslyceerotrroudreux.glideapp.io/>
- **IMPORTANT:** l'app est consultable sur un ordinateur. Un forfait 4G n'est pas obligatoire.
- Dans ce cas, il faut la consulter le week-end à la maison, sur les ordinateurs disponibles au lycée et communiquer avec ses camarades pour avoir les informations.



3. Avoir une adresse email consultable régulièrement

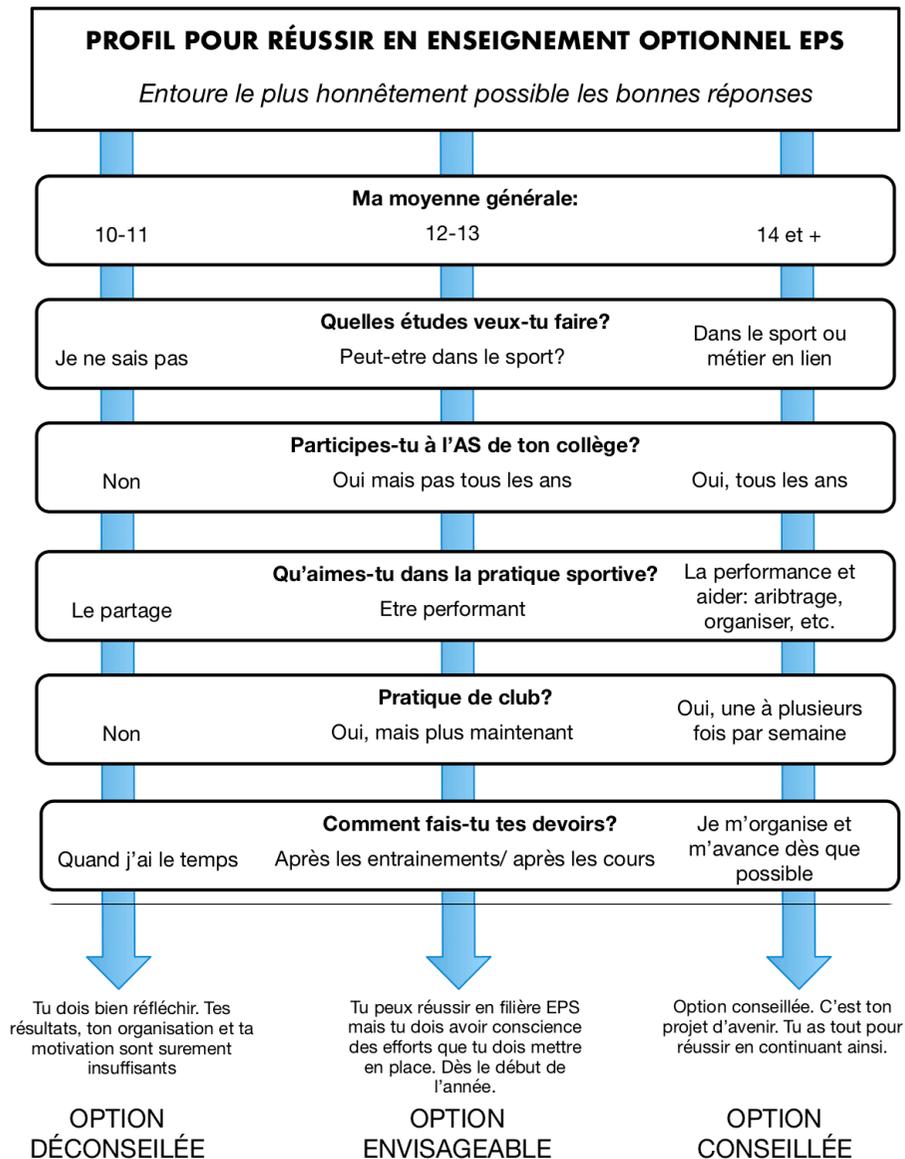
- Pour s'inscrire à l'AS
- Pour s'inscrire chaque semaine dans une ou plusieurs activités à l'AS le mercredi.
- Pour recevoir les convocations aux championnats UNSS auxquels tu t'es inscrit(e).
- Pour recevoir des informations relatives à l'EPS, l'AS ou l'option EPS



PROGRAMME PRÉVISIONNEL

STUM ROTROU OPTION	OPTION MÉTIERS DU SPORT		OPTION PERFORMANCE SPORTIVE			
	POLYVALENCES		THÈMES D'ÉTUDES			
2DE	ESCALADE 	16 semaines	ENVIRONNEMENT: stages « ramassage de l'Eure » et « Plongée à l'Estartit » SANTÉ: traumatologie, diététique et musculation MÉTIERS DU SPORT: Découverte et discussions avec des professionnels: professeurs d'EPS, diététicienne, management...	HANDBALL 	20 semaines	ENVIRONNEMENT: stages « ramassage de l'Eure » et « Plongée à l'Estartit » SANTÉ: traumatologie, diététique et musculation MÉTIERS DU SPORT: Découverte et discussions avec des professionnels: professeurs d'EPS, diététicienne, management...
	CROSSFIT 	8 semaines		TENNIS 	20 semaines	
	HANDBALL 	8 semaines				
	COURSE D'ORIENTATION 	8 semaines				
	VOLLEY-BALL 	8 semaines				
1ÈRES	ESCALADE 	14 semaines	PROJET COLLECTIF: ORGANISER: du championnat départemental unss CROSS ARBITRER: niveau départemental HANDBALL et VOLLEYBALL	HANDBALL 	20 semaines	PROJET COLLECTIF: ORGANISER: du championnat départemental unss HANDBALL ARBITRER: niveau départemental et académique HANDBALL
	CROSSFIT 	14 semaines		TENNIS 	20 semaines	
	HANDBALL 	14 semaines				
	VOLLEY-BALL 	14 semaines				
TERM	SAUVETAGE 	14 semaines	MÉTIERS DU SPORT: PROJET INDIVIDUEL: ENTRAINER - plan d'entraînement en demi-fond - animer une séquence dans sa spécialité	HANDBALL 	20 semaines	MÉTIERS DU SPORT: PROJET INDIVIDUEL: ENTRAINER - plan d'entraînement en demi-fond - animer une séquence dans sa spécialité
	DEMI-FOND 	14 semaines		TENNIS 	20 semaines	
	HANDBALL 	14 semaines				
	VOLLEY-BALL 	14 semaines				

CANDIDATER? AIDE-TOI DU QUESTIONNAIRE:



- ▶ Si tu obtiens « OPTION ENVISAGEABLE » ou mieux encore « OPTION CONSEILLÉE », fais remplir la **fiche de candidature** (page suivante) par **ton professeur d'EPS** pour faire valider ta candidature au conseil de classe du 3ème trimestre. N'oublie pas ta lettre de motivation au verso.
- ▶ Pré-inscris toi rapidement sur l'APP EPS dans la rubrique OPTION EPS. -> *Ça ne garantit pas que tu seras sélectionné mais nous aurons plus de temps et d'informations immédiatement qui nous permettront d'analyser ton profil!*



NOM/PRÉNOM:

établissement/classe:

➔ Les élèves s'inscrivent à l'option EPS **pour 3 ans** et doivent s'inscrire à l'association sportive pour participer aux compétitions.

DATE DE NAISSANCE:

VILLE:

➔ La poursuite en classe de Terminale dépendra de l'implication, de la motivation, de l'attitude et de la participation à l'association sportive au cours de l'année.

N° TÉLÉPHONE PARENTS (obligatoire):



Il est possible de postuler pour les 2 options. Dans cas, préciser l'ordre des vœux 1 et 2 dans le bandeau du bas.

OPTION EPS « MÉTIERS DU SPORT »

3h

À remplir par le/la professeur(e) d'EPS: *entourer le niveau pour chaque critère*

	DÉCONSEILLÉ	RÉSERVÉ	POSSIBLE	RECOMMANDÉ
PROJET	Orientation indéfinie ou non dirigée vers le sport	Orientation non définie ou idée vague autour du sport	Orientation vers les métiers du sport envisagée mais à approfondir	Orientation en lien direct avec les métiers du sport et/ou les thématiques
RÉSULTATS SCOLAIRES	N'a pas obtenu le brevet des collèges	10 à 12/20	12 à 14/20 ou MENTION ASSEZ BIEN	15 et + ou MENTION BIEN à TRES BIEN
AUTONOMIE	Travaille et révise au jour le jour	S'organise avec de l'aide et du suivi	S'organise selon les besoins	Organise sa semaine à l'avance en fonction de sa pratique sportive hebdomadaire
ÉTAT D'ESPRIT	Contestataire / Arrogant	N'accepte pas bien les critiques ou n'en tient pas compte.	Tient compte des remarques pour progresser.	Excellente participation, prise de responsabilité. Élève moteur.
RÉSULTATS EPS	Moins de 10/20 ou NON ACQUIS	10 à 12/20 ou EN COURS D'ACQUISITION	12 à 14/20 ou SATISFAISANT	15 et + ou TRES SATISFAISANT
PRATIQUE CLUB	N'a jamais pratiqué ou arrêté depuis plus de 2 ans	Ne pratique plus en club depuis 1 à 2 ans	Pratique en club régulière	Pratique de club régulière + compétition
MEMBRE ASSOCIATION SPORTIVE*	N'a jamais participé à l'AS	A participé irrégulièrement 1 année au collège	A participé à l'AS régulièrement 1 année complète au collège	A participé à l'AS sur au moins 2 années du collège dont la 3ème
SAVOIR NAGER	Ne sait pas nager.	Sait nager mais n'aime pas les activités aquatiques ou niveau d'autonomie fragile.	Sait nager mais doit obtenir une attestation d'autonomie de 50m	Sait nager et est déjà en possession d'une attestation d'autonomie de 50m

OPTION EPS PERFORMANCE HANDBALL/TENNIS

À remplir par l'entraîneur:

2h

HANDBALL

1h

PRÉPARATION PHYSIQUE

NIVEAU CLUB:

NOM CLUB:

VILLE DU CLUB:

PALMARÈS:

NOM ET AVIS DE L'ENTRAINEUR:

IMPORTANT: Les professeurs d'EPS se réservent le droit d'exclure tout élève manquant de motivation et/ou dont le niveau de pratique serait jugé insuffisant.

SI candidature dans les 2 options, précisez l'ordre 1 ou 2:

MÉTIERS DU SPORT :
PERFORMANCE HANDBALL :

AVIS PROFESSEUR(E) D'EPS:

- RECOMMANDÉ
- POSSIBLE
- RÉSERVÉ
- DÉCONSEILLÉ

NOM et Signature professeur(e) d'EPS:

AVIS CHEF(FE) D'ÉTABLISSEMENT:

Signature:

- RECOMMANDÉ
- POSSIBLE
- RÉSERVÉ
- DÉCONSEILLÉ

Lettre de motivation:

e-mail (obligatoire):

DOCUMENTS À JOINDRE OBLIGATOIREMENT:

- ATTESTATION AUTONOMIE 50m
- 2 derniers bulletins trimestriels de 3ème
- 3 bulletins trimestriels de 4ème
- Lettre de motivation (au verso)