ACITIVITES OUVERTES POUR TOUTES LES CLASSES

les options SPORT et CULTURELLES au lycée Louis Giraud

// Option Sport & Santé

NOUVEAU

Les enjeux et les bienfaits d'une pratique sportive

3 heures semaine d'activités sportives en plus (pour des points supplémentaires trimestriels de la seconde à la terminale)

1 heure de projet personnel liée à la santé et à l'entretien de sa forme physique et mentale. Le choix est laissé à l'élève dans la liste suivante en fonction de ses attentes :

• Détente et bien-être : Gymnastique douce chinoise/relaxation

• Maintenir un état de forme, perte de poids : Musculation, course

• Maintenir sa concentration : tir à l'arc

• Conduire un projet d'entrainement personnel complémentaire à un sport pratiqué en dehors du lycée : musculation spécifique, footing

2 heures d'enseignements communs

BADMINTON / VOLLEY / MUSCULATION

Acquisition de connaissances liées à la santé du sportif

// Option VTT et Activités Physiques

NOUVEAU

L'enseignement optionnel EPS VTT évolue vers un enseignement optionnel EPS activités physiques et sportives de Nature.

L'enseignement du VTT et de ses composantes restera sur une base de 20 semaines et celui-ci sera complété par les activités escalade, trail, course d'orientation et probablement canoé.

Au delà de l'apprentissage des techniques liées à ces activités, les enseignements concerneront :

• l'organisation d'épreuves sportives UNSS,

• la gestion électronique de course,

• l'encadrement des groupes,

• la préparation physique,

• une préparation à l'itinérance

• la méthodologie du savoir s'entrainer et la coopération.

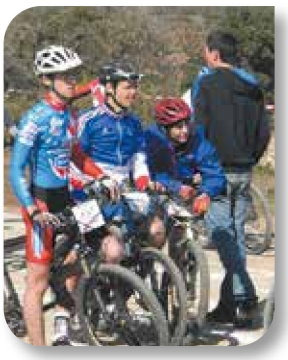
Un stage APN (activités physiques de Nature) d'activité d'hiver ou d'été aura lieu obligatoirement durant l'année scolaire. Celui-ci sera probablement envisagé sur le site de Chambéry.

// Option Equitation / Hippologie (3 heures/semaine)

Option facultative ouverte à toutes les classes.

«Hippologie et équitation» offre aux élèves la possibilité d'exercer une activité physique et sportive via la pratique de **l'équitation** et d'acquérir des connaissances et des savoir-faire pour utiliser les chevaux en toute sécurité.

L'évaluation est réalisée sous la forme d'un contrôle en cours de formation ; elle tient compte de la réalité des apprentissages et des acquis.



Les épreuves d'équitation sont adaptées aux niveaux des candidats selon les modalités et critères existants, établis par la Fédération Française d'Equitation. L'hippologie est évaluée en référence aux connaissances générales exigées par la Fédération Française d'Equitation pour chaque galop.

// Pratique Sociale et Culturelle

Ouverte à toutes les classes.

Cette option a pour objectif de faire découvrir et pratiquer aux élèves des domaines d'expressions artistiques. Trois domaines seront proposés au cours de l'année scolaire :

- Arts plastiques
- Arts dramatiques
- Cinéma, Audiovisuel

Ces derniers seront valorisés par un projet culturel mis en place par les élèves eux-mêmes tout au long de l'année. Il prendra la forme d'une journée complète dédiée aux expressions artistiques.

// Option Pratique professionnelle (3 heures/semaine)

Ouverte à toutes les classes (sauf les élèves du Bac G).

« La pratique professionnelle » est offerte aux élèves des classes de seconde et Baccalauréat Technologique STAV. Elle permet d'acquérir des connaissances et des savoir-faire dans le secteur de l'aménagement et plantes à parfum aromatiques et médicinales.

L'évaluation est réalisée sous la forme d'un contrôle en cours de formation ; elle tient compte de la réalité des apprentissages et des acquis.