

L'enseignement facultatif EPS au lycée Michel Rocard :

POUR QUI ?

Tu es un sportif(ve) qui se débrouille déjà bien dans de nombreuses activités ?

Tu aimes le sport en général et tu veux pratiquer plus dans la semaine ?

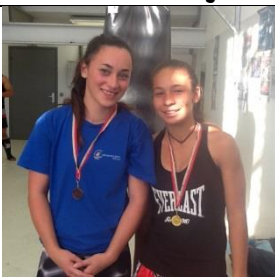
Tu n'es pas trop sportif(ve) mais tu veux t'améliorer et prendre confiance en toi pour être meilleur(e) en EPS et dans la vie de tous les jours ?

Que tu sois un garçon ou une fille, déjà sportif(ve) ou non mais que tu veux t'aider du sport pour progresser dans ta scolarité alors l'enseignement facultatif EPS doit t'intéresser !

Notre critère de recrutement n°1 :

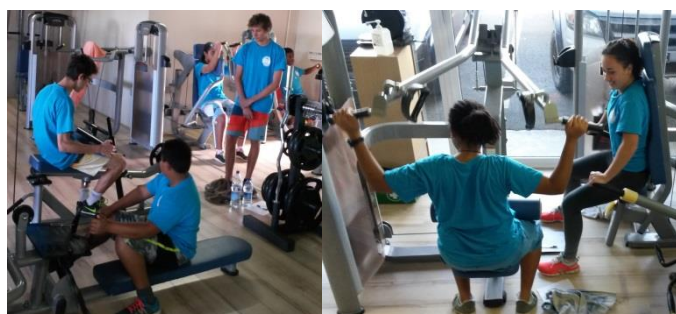
QUOI ? Les activités que tu vas pratiquer :

La boxe française



Objectif : le jeu « du chat et de la souris » : toucher son adversaire sans être touché avec les poings et les pieds.
PAS DE FRAPPE juste de la touche.

La musculation



Objectif : être capable de créer son propre programme en fonction de ses capacités et de ses objectifs (perte de poids, renforcement, explosivité, complément d'un autre sport...)

POURQUOI ?

Des notes et des appréciations prises en compte dans les bulletins pour valoriser tes acquis. Si tu poursuis cet enseignement jusqu'en terminale cela **te rapportera des points au baccalauréat**.

Tu vas progresser physiquement dans les 2 activités mais aussi dans toutes les activités en EPS.

Tu auras acquis des compétences et des connaissances sur les méthodes d'entraînement.

Tu auras une meilleure confiance en toi, une image plus positive de toi, une meilleure capacité à gérer le stress grâce à ces deux activités peu connues des élèves.



Démarches et documents à fournir pour les élèves qui veulent intégrer l'enseignement facultatif EPS au lycée Michel Rocard pour la rentrée 2018.

- Se rendre au lycée le Mercredi 25 octobre 2017 de 13h00 à 16h00 en tenue de sport pour les épreuves de sélection.
- Apporter ce document rempli ainsi que la copie des bulletins de 3^{ème} (premier et deuxième trimestre).

Avis du professeur d'EPS (sérieux de l'élève, implication en cours, assiduité, ...) :

Mes motivations pour intégrer cet enseignement :

En signant le document suivant, l'élève ainsi que ses responsables légaux, s'engagent (si sa candidature est retenue), à suivre de manière assidue les cours de l'enseignement facultatif EPS pour l'année 2018.

Nous soussignons, Mme, M.
parents ou responsables légaux de
l'élève..... en classe de 3^{ème} au collège
....., souhaitons que notre enfant soit inscrit à
l'enseignement facultatif EPS pour l'année 2018 et nous engageons à ce qu'il suive
l'enseignement tout au long de l'année.

Signature des responsables légaux :

Signature de l'élève :