



## Contenus :

Cet enseignement de spécialité, comme tous les autres enseignements de spécialités consiste à proposer aux élèves 4 heures de cours en 1<sup>ère</sup> et 6 heures en terminale.

Il s'articule autour de nombreuses heures de pratique et des heures de théorie.

En 1<sup>ère</sup> : 80 heures de pratique / 36 heures de théorie / 18 h de travail sur un projet

En Terminale : 126 heures de pratique / 48 heures de théorie / 18 h de travail sur un projet

Les activités retenues sur les 2 ans : Football, Volley, Rugby, Course de Haies, Natation, Course d'Orientation, Musculation FITNESS, Trail, Acrosport.

De plus, un stage Ski/Snow est organisé pour les élèves de 1<sup>ère</sup> spé sport au mois de janvier.

Une partie de notre enseignement est théorique : vous aurez donc des cours en salle sur différents thèmes (sport santé / Technologie des APSA / Les différents secteurs professionnels liés au sport). Certaines séances seront à préparer en amont chez vous ; un travail sur l'écrit est également prévu pour répondre aux évaluations attendues pour le bac.

## Spécificités / Qualités requises :

Tous les élèves issus de seconde et qui envisage un passage en 1<sup>ère</sup> générale peuvent candidater.

Cet enseignement de spécialité n'est proposé qu'aux élèves du lycée L'OISELET.

Pour s'épanouir et réussir au sein de cet enseignement, il faut avant tout aimer le sport et les efforts physiques au sens large. Nul besoin d'être un champion mais être volontaire, déterminé et engagée dans sa formation et son évolution personnelle est indispensable. Afin, avoir une attitude réflexive sur sa pratique : utiliser son corps et sa tête pour progresser, apprendre et se donner toutes les chances de réussir.

## Poursuites d'études après le bac :

Cet ES est là pour vous « ouvrir » sur les métiers du sport au sens large mais pas que !!! En articulant des contributions pratiques et théoriques, il offre à chaque élève une formation lui permettant d'envisager diverses orientations dans l'enseignement supérieur au regard de son projet personnel et professionnel. Ces projets sont multiples et peuvent concerner les métiers de l'enseignement, de l'entraînement sportif, des loisirs, du management, de la santé et du bien-être, ou de la protection des personnes. Le choix de cet enseignement de spécialité constitue, pour les élèves, une occasion de construire ou de préciser leur projet ainsi qu'une ouverture vers différentes voies de formation : STAPS (Professorat ; Entraînement et préparation physique ; APA (Handicap)) ; Animateur sportif ; Coach sportif ; Agent de joueur ; Analyste vidéo ; Guide ou accompagnateur de montagne ; Les Brevets d'État ; Sponsoring manager ; Marketing Manager ; Directeur des sports ; Vendeur / loueur de matériel sportif ; Journalisme sportif ; Directeur d'équipements sportifs ; Directeur dans l'événementiel sportif ; ---Mais aussi les métiers de la santé : Kinésithérapeute ; Médecin du sport ; Ergothérapeute ; ---Mais aussi les métiers de la sécurité : Gendarmerie ; Police ; Pompiers ; Agent de sécurité ; --Il y a de nombreuses filières d'orientation dans lesquelles cet enseignement de spécialité vous sera très utile car, outre votre développement personnel, votre enrichissement culturel, il vous apportera toutes les qualités que la pratique sportive peut développer et qui seront des atouts majeurs dans votre manche pour Parcoursup : Confiance en soi ; Combattivité ; Aisance dans les communications interpersonnelles ; Gestion des émotions ; Esprit critique ; Sens de l'engagement ; Travail en projet ; Esprit d'initiative ; Solidarité ; Intégration au sein d'une équipe ; Engagement dans différents rôles ---