



Lycée Jean Michel

400, rue du Docteur Jean Michel
B.P. 20308

39015 Lons-le-Saunier Cedex
Téléphone : 03 84 35 26 00



Avoir le
goût de
l'effort

Etre
curieux

L'option EPS au lycée Jean Michel

24 élèves sont admis chaque année

C'est quoi ?

3h d'EPS par semaine en plus des 2h du tronc commun

Pour qui ?

Il faut :

- avoir un bon niveau en EPS au collège
- pratiquer une activité physique extra-scolaire si possible

Comment postuler ?

Un dossier d'inscription est à renvoyer au lycée pour mi-juin.

Il sera envoyé dans les collèges et disponible sur le site du lycée

Qu'y fait-on ?

Trois sports sont pratiqués

Les attentes sont plus poussées qu'en EPS classique

La technique, les résultats ou l'analyse sont autant de choses qui vont être davantage exploités.

Chaque semaine, une heure dédiée à la partie théorique de l'activité sportive

On y réalise des projets, des exposés ou des travaux de fin d'année

On s'intéresse à la dimension théorique de l'activité proposée

(analyse des performances/résultats, analyse technique, préparation de séances
...) et aux sujets autour du sportif (nutrition, dopage...)

Quelles sont les attentes ?

Investissement dans les activités proposées

Rigueur dans le travail et volonté de réussir

Réalisation d'exposés et qualité des rendus obligatoires

En seconde et en première, un projet écrit est à rendre, en lien avec une activité proposée.

En terminale, réalisation un projet collectif au choix (organisation d'une rencontre sportive, animation des journées portes ouvertes, rédaction d'un journal sportif, animation d'un cours de musculation), ainsi qu'un projet individuel

Se dépasser pour obtenir les meilleurs résultats possibles
demeure évidemment une attente importante

Aimer le
sport en
général



Région académique
BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ