

### Pourquoi choisir l'enseignement d'exploration EPS au Lycée de Decize ?

- Pour pratiquer des activités sportives diversifiées, notamment les Activités de Pleine Nature.
- Pour découvrir des activités professionnelles en lien avec le sport : professeur d'EPS, entraîneur, éducateur, brevet d'état, maître nageur, préparateur physique, kinésithérapeute ...
- Pour vivre une expérience dans l'encadrement sportif.
- Pour acquérir des connaissances sur l'entraînement physique.
- Pour organiser des événements sportifs.
- Pour savoir pratiquer de manière autonome et construire des attitudes responsables.



**Escalade**

**Duathlon**  
VTT/course à pied

**Natation**  
Sauvetage

### 5 heures d'EPS

*En plus des 2 heures obligatoires*

- + Activités de l'AS
- + Stage sportif
- + Formation PSC1

**Kayak polo**

**Musculation**

**Volleyball**

- Cet enseignement peut se poursuivre en Première et Terminale par l'option EPS 3h Escalade / Duathlon, évaluée au baccalauréat.
- Une implication dans les activités de l'Association Sportive le mercredi après-midi est attendue.
- Il est conseillé d'accompagner l'enseignement d'exploration EPS par l'enseignement d'exploration Science Economique et Sociale.
- Renseignements complémentaires auprès des professeurs d'EPS :

Lycée : 03 86 77 07 30

Gymnase : 03 86 25 08 93

