

Éducation physique, pratiques et culture sportives

Enseignement de spécialité

Cycle terminal, voie générale

Février 2021

Sommaire

| | |
|---|-----------|
| Préambule | 3 |
| Attendus de fin de lycée pour l'enseignement de spécialité | 4 |
| Compétences | 4 |
| ■ Classe de première..... | 4 |
| ■ Classe terminale..... | 5 |
| Organisation de l'enseignement | 5 |
| Apports pratiques | 6 |
| Apports théoriques | 7 |
| ■ Classe de première..... | 7 |
| ■ Classe terminale..... | 10 |
| Projets | 12 |
| ■ Classe de première..... | 12 |
| ■ Classe terminale..... | 13 |
| Évaluation | 13 |
| ■ Évaluation continue | 13 |
| ■ Préparation aux épreuves de l'examen terminal..... | 13 |
| Mise en œuvre | 14 |

Préambule

L'enseignement de spécialité « Éducation physique, pratiques et culture sportives » s'adresse à tous les lycéens ayant une appétence pour les activités physiques, sportives et artistiques dans leurs dimensions pratiques, sociales et culturelles, qu'ils aient ou qu'ils n'aient pas suivi l'enseignement optionnel d'EPS en classe de seconde. Les lycéens présentent des parcours, des expériences vécues et des projets variés ; ils peuvent pratiquer une activité physique pour s'engager dans une recherche de performance, de dépassement de soi, de détente, de santé, de bien-être, de reconnaissance sociale, d'engagement civique. Cet enseignement répond à la diversité de ces motivations et des attentes des élèves, filles et garçons.

Cet enseignement de spécialité prolonge et enrichit l'enseignement commun d'éducation physique et sportive (EPS) par la pratique d'activités physiques, sportives et artistiques (APSA) variées et par des apports théoriques sur la culture sportive. 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.

L'approfondissement, lors du cycle terminal, des techniques, des connaissances et des méthodes propres au domaine des activités physiques, sportives et artistiques (APSA) poursuit trois objectifs principaux.

- *Le développement de compétences dans plusieurs APSA*

À travers la pratique de plusieurs APSA, les élèves affirment une disponibilité et une aisance motrice, sources d'épanouissement et de santé.

- *Le développement d'un regard critique*

Par les apports théoriques et leur articulation avec la pratique, les élèves apprennent à porter un regard lucide sur leur propre pratique et sur celle des autres, ainsi que sur la culture sportive dont ils appréhendent les caractéristiques essentielles. Ils situent leurs actions au sein d'enjeux plus larges et se présentent comme des acteurs capables de promouvoir et de diffuser la pratique physique dans la société.

- *Le développement de compétences transversales*

Les expériences vécues lors de la pratique des APSA et de la réalisation de projets collectifs favorisent le développement d'habiletés psycho-sociales et méthodologiques (confiance en soi, aisance dans les communications interpersonnelles, gestion des émotions, esprit d'initiative, solidarité, intégration au sein d'une équipe, engagement dans différents rôles) importantes pour la réussite de la vie personnelle et professionnelle. En prenant part aux activités des groupes auxquels ils appartiennent, les élèves entretiennent des relations de diverses natures et apprennent à coopérer, à débattre, à convaincre et à négocier des choix collectifs.

Attendus de fin de lycée pour l'enseignement de spécialité

Les différents apprentissages des élèves au cours du cycle terminal prennent corps dans des attendus de fin de spécialité. Ces attendus sont au nombre de quatre :

- s'engager, individuellement et collectivement, pour atteindre son plus haut niveau de performance dans des pratiques physiques, sportives et artistiques ;
- analyser et interpréter des expériences diverses relatives aux APSA pour préciser et enrichir son parcours de formation ;
- mobiliser ses connaissances pour construire une argumentation écrite ou orale sur une problématique relative à la culture sportive ;
- concevoir, mettre en œuvre et évaluer un projet relatif aux activités physiques, sportives et artistiques.

Compétences

Pour atteindre les attendus de fin de spécialité, l'élève développe, au cours du cycle terminal, des compétences dans trois registres : pratiquer, analyser, communiquer. Ces compétences sont construites au moyen d'apports pratiques, théoriques et méthodologiques.

■ Classe de première

■ Pratiquer

- Développer et renforcer ses capacités motrices par la découverte et l'approfondissement d'activités physiques, sportives et artistiques.
- Se préparer et accomplir une performance physique ou sportive, individuellement et collectivement, dans des contextes variés de pratique, en toute sécurité et en mobilisant de manière optimale ses ressources.
- Identifier et exploiter la diversité des compétences au sein d'un groupe pour atteindre un objectif commun.
- S'engager dans la construction et l'animation d'un projet collectif relatif à la pratique physique.

■ Analyser

- Connaître les différents secteurs professionnels relatifs au sport et au corps humain pour préciser son projet d'orientation.
- Connaître les effets de la pratique physique sur la santé et sur le développement de la personne.
- À l'aide d'indicateurs, mesurer et analyser les effets de l'activité physique.
- Choisir et mobiliser des indicateurs pour évaluer la réalisation d'un projet.

▪ Communiquer

- Discuter d'une thématique relative à la pratique physique en mobilisant des connaissances issues de différents domaines.
- Décrire une prestation physique réalisée par soi-même ou par un autre élève.
- Rendre compte de ses expériences dans un carnet de suivi.
- Rendre compte du déroulement d'un projet et des résultats atteints.

■ Classe terminale

▪ Pratiquer

- Affiner et stabiliser ses capacités motrices par la découverte et l'approfondissement d'activités physiques, sportives et artistiques.
- Se préparer et accomplir une performance, individuellement et collectivement, dans des contextes variés de pratique, en toute sécurité et en mobilisant de manière optimale ses ressources.
- S'entraider et progresser ensemble, en valorisant les capacités de chacun.
- Conduire des situations pédagogiques dans le domaine de la pratique physique.

▪ Analyser

- Situer les enjeux de la pratique physique, sportive et artistique au sein du monde contemporain.
- Étudier une APSA dans ses dimensions historiques, culturelles, sociales, technologiques.
- Choisir des indicateurs pertinents pour caractériser un niveau de pratique dans une APSA.
- Analyser sa pratique en sélectionnant et en ordonnant des éléments de son carnet de suivi.

▪ Communiquer

- Débattre de la culture sportive en étant convaincant, par le choix et l'articulation de connaissances établies, précises et adaptées.
- Commenter une prestation physique réalisée par soi-même ou par un autre élève en s'appuyant sur des éléments pertinents.
- Présenter un travail à réaliser à un groupe d'élèves.
- Présenter ses perspectives d'orientation et ses projets au sein de la société en s'appuyant sur des expériences vécues.

Organisation de l'enseignement

Le programme s'organise autour de trois types de contenus complémentaires : des apports pratiques relatifs aux APSA, des apports théoriques relatifs à la culture sportive, et des mises en situation ou des conduites de projets. Ces apports s'enrichissent mutuellement : les apports théoriques aident les élèves à comprendre leur pratique et celle des autres ; les apports pratiques permettent d'illustrer, de compléter et de donner du sens aux apports théoriques ; les mises en situation et les conduites de projets amènent les élèves à articuler diverses connaissances.

Le tableau suivant présente les volumes annuels horaires minimaux pour chacun de ces types de contenus. Il revient à l'équipe pédagogique d'organiser le temps restant pour renforcer certains contenus selon ses choix et les besoins des élèves.

| | Première (4 heures par semaine) | Terminale (6 heures par semaine) |
|----------------------------|--|----------------------------------|
| Apports pratiques | 80 heures | 126 heures |
| | Au cours du cycle terminal, au moins cinq APSA appartenant à des champs d'apprentissage différents Au cours de chaque année, au moins trois APSA appartenant à des champs d'apprentissage différents Possibilité de proposer des APSA identiques en classe de première et en classe terminale La durée minimale d'une séquence d'APSA est de 18 heures. | |
| Apports théoriques | 36 heures | 48 heures |
| Projets | 18 heures | 18 heures |
| Horaire restant à affecter | 10 heures | 24 heures |

Apports pratiques

Les contenus pratiques dispensés au cours du cycle terminal s'appuient sur des APSA.

La programmation des APSA au cycle terminal comprend au moins une APSA dans chacun des cinq champs d'apprentissage définis dans l'enseignement commun d'EPS. Au moins trois champs d'apprentissage différents sont travaillés chaque année. Le choix des APSA relève de la responsabilité de l'équipe pédagogique. Dans la mesure du possible, ce choix présente une ouverture par rapport à l'offre de formation de l'enseignement commun. Des APSA identiques peuvent être proposées en classe de première et en classe terminale. La durée minimale d'une séquence de pratique centrée sur une APSA est de 18 heures.

Il s'agit de proposer aux élèves des situations sportives diverses et des pratiques variées afin qu'ils perfectionnent leur capacité d'adaptation motrice à leur environnement physique et humain, et qu'ils enrichissent leurs connaissances sur soi, sur les autres, sur l'environnement et sur les pratiques physiques. En acquérant des habiletés technico-tactiques

spécifiques de différentes APSA, les élèves développent leurs dispositions à ressentir, à agir et à interagir avec les autres, caractéristiques des situations sportives et mobilisables dans différentes pratiques.

Il s'agit également d'amener les élèves à rechercher une efficacité maximale dans les APSA afin de réaliser des performances de niveau supérieur à celui attendu dans l'enseignement commun d'EPS. Cette recherche d'efficacité maximale s'appuie sur le perfectionnement d'habiletés technico-tactiques spécifiques à une APSA. Elle impose aux élèves de s'entraîner, de persévérer dans l'effort et de répéter, pour asseoir la maîtrise de techniques efficaces, économiques, adaptées et adaptables, tout en préservant leur intégrité physique.

Pour déterminer les contenus des séquences d'APSA, les enseignants se réfèrent aux attendus de fin de lycée, propres à chaque champ d'apprentissage, définis pour l'enseignement commun d'EPS. Ces cinq champs d'apprentissage sont :

- réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée ;
- adapter son déplacement à des environnements variés ou incertains ;
- réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée ;
- conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel pour gagner ;
- réaliser une activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir.

Apports théoriques

Les contenus théoriques permettent d'enrichir la culture sportive des élèves. L'enseignement de ces contenus alterne des moments durant lesquels les élèves sont amenés à travailler de manière individuelle et des moments où ils sont regroupés. Afin de susciter l'engagement des élèves, leur réflexion et la construction d'opinions personnelles, diverses modalités de mise en œuvre sont proposées :

- cours théoriques ;
- temps de réflexion et apports de connaissances au cours des temps de pratique ;
- recherches personnelles, exposés, fiches de lecture, travaux en groupe ;
- travaux dirigés au sein de collectifs variés ;
- échanges et débats à partir de productions d'élèves, de vidéos, d'observations de terrain ;
- visites d'établissements et d'institutions ;
- rencontres avec des acteurs de différents secteurs professionnels.

■ Classe de première

Par ces apports théoriques, les élèves apprennent à situer la diversité des secteurs professionnels liés au sport et au corps humain, à identifier les incidences de la pratique physique sur les différentes dimensions de la santé et à caractériser un niveau de performance dans une APSA.

Ces apports sont structurés en trois thématiques (métiers du sport et du corps humain, pratique physique et santé, technologie des APSA), chacune déclinée en axes de questionnement. L'équipe pédagogique choisit l'agencement de ces axes de manière à tous les aborder, éventuellement en les combinant. Les apports théoriques sont illustrés, complétés et enrichis lors de situations pratiques.

Métiers du sport et du corps humain

À travers cette thématique, les élèves identifient la diversité des secteurs professionnels liés au domaine des pratiques physiques et du corps. Cette thématique les aide à situer leur projet personnel dans le champ des pratiques physiques. Elle peut être articulée avec l'accompagnement personnalisé.

| Axes de questionnement | Exemples de contenus possibles |
|---|---|
| Quels sont les différents secteurs professionnels et les différents métiers liés au domaine du sport et du corps ? Quelles sont les compétences et les qualifications professionnelles associées ? | Les secteurs professionnels : enseignement ; animation, mentorat et entraînement sportif ; santé et bien-être ; management et gestion de structures sportives ; conception, vente et distribution de matériel sportif ; tourisme et loisir sportif ; sécurité et protection des personnes. Les compétences liées à l'intervention dans le domaine de la pratique physique (éduquer, enseigner, entraîner, animer, accompagner, conseiller, sécuriser, secourir, arbitrer). Les caractéristiques du travail et de l'emploi dans le domaine de la pratique physique. Les formations, diplômes et qualifications. |
| Quels sont les différents types de publics concernés par la pratique physique et dans quels contextes s'adonnent-ils à cette pratique ? | Les caractéristiques des différents publics : enfants, adolescents, adultes, seniors, personnes en situation de handicap. Les contextes de la pratique sportive : les écoles, les associations sportives, les associations de quartiers, les structures privées, les structures de réadaptation / réhabilitation / réathlétisation, etc. |

Pratique physique et santé

À travers cette thématique, les élèves identifient les effets de la pratique physique sur la santé et le bien-être physique, psychologique et social.

| Axes de questionnement | Exemples de contenus possibles |
|----------------------------|---|
| Comment définir la santé ? | L'évolution des définitions de la santé. Les différentes dimensions de la santé (physique, physiologique, psychologique, sociale, environnementale). |

| | |
|--|--|
| <p>Quelles sont les incidences de l'activité physique sur le corps ?</p> | <p>Les notions de sédentarité et d'activité physique. La sédentarité et les troubles physiologiques. Les effets d'une activité physique régulière sur l'organisme. Les intensités et les indicateurs de l'effort physique, les tests, les outils de mesure (notamment les objets connectés). L'entraînement et l'amélioration des capacités respiratoires, circulatoires, musculaires. Les dimensions fonctionnelle et posturale, les éléments de traumatologie sportive.</p> |
| <p>Quelles sont les incidences de l'activité physique sur les dimensions psychologiques de la personne et sur les relations sociales ?</p> | <p>Les effets de la pratique physique sur des compétences psycho-sociales (estime de soi, confiance en soi, bien-être). Les effets de la pratique physique sur la qualité de la vie sociale. Les sensations et émotions liées à la pratique physique. La cohésion au sein des groupes sportifs.</p> |
| <p>Comment améliorer et préserver la santé par la pratique physique ?</p> | <p>L'échauffement et la récupération (connaissances physiologiques et principes pratiques). Agir en assurant sa sécurité et celle des autres. L'hygiène de vie, l'alimentation, une activité physique régulière et adaptée. Le cahier de suivi de santé. Le comité d'éducation à la santé et à la citoyenneté. Le sport sur ordonnance. Le suivi de la santé des sportifs de haut niveau.</p> |
| <p>Comment la pratique physique peut-elle favoriser l'inclusion ?</p> | <p>La pratique physique des personnes en situation de handicap. Les innovations technologiques au service du sport adapté. La pratique physique comme vecteur de sociabilité. La médiation sociale par le sport.</p> |

| Technologie des APSA | |
|--|---|
| À travers cette thématique, les élèves apprennent à caractériser un niveau de performance dans une APSA. Afin de faciliter les liens entre la théorie et la pratique, on s'appuie sur une ou plusieurs APSA pratiquées durant l'année dans le cadre de l'enseignement de spécialité. | |
| Axes de questionnement | Exemples de contenus possibles |
| Comment caractériser un niveau de performance dans une APSA et décrire une prestation physique ? | <ul style="list-style-type: none"> Les différentes composantes de la performance. Les indicateurs internes et externes de la performance. Les étapes de progression. Les apports des outils numériques à la description et à l'analyse de la performance. La description et le commentaire d'une prestation physique à l'aide de différents indicateurs. |

■ Classe terminale

Grâce aux apports théoriques, les élèves apprennent à interroger la culture sportive en portant un regard éclairé sur les enjeux de la pratique physique. Ils enrichissent leur compréhension de cette culture par l'acquisition de connaissances théoriques concernant les APSA pratiquées dans le cadre de l'enseignement de spécialité.

Ces apports sont structurés en deux thématiques, l'une portant sur les enjeux de la pratique physique dans le monde contemporain, l'autre sur la technologie des APSA. Ces thématiques sont déclinées en axes de questionnement. L'équipe pédagogique choisit l'agencement de ces axes de manière à les aborder tous, éventuellement en les combinant. Les apports théoriques sont illustrés, complétés et enrichis lors de cas pratiques.

| Enjeux de la pratique physique dans le monde contemporain | |
|--|---|
| À travers cette thématique, les élèves abordent la question de la culture sportive par l'acquisition de connaissances théoriques sur les dimensions éthique, sociale, économique de la pratique physique. Il s'agit de porter un regard critique et argumenté sur les différents enjeux de la pratique physique. | |
| Axes de questionnement | Exemples de contenus possibles |
| Quelles sont aujourd'hui les différentes formes de pratique physique ? | <ul style="list-style-type: none"> Le sport moderne : émergence des pratiques sportives au XIX^e siècle en Angleterre et diffusion en France et en Europe. Les différentes formes actuelles de pratique physique : le sport de haute performance, le sport et les loisirs, le sport et la santé, le sport et l'aventure, les pratiques urbaines, les activités physiques artistiques, les activités |

| | |
|--|---|
| | <p>physiques adaptées, l'éducation physique et sportive, etc.</p> <p>Les attentes, les motivations et les profils des pratiquants au regard de ces formes de pratique.</p> <p>La place des femmes dans le sport et l'évolution des pratiques féminines.</p> |
| Qu'est-ce que le sport olympique et paralympique ? | <p>L'origine et la rénovation des Jeux olympiques.</p> <p>Les valeurs de l'Olympisme.</p> <p>L'organisation du mouvement olympique.</p> |
| Comment est structuré le monde associatif sportif en France ? | <p>Le cadre associatif.</p> <p>Les fédérations, comités, clubs : organisation et modalités de fonctionnement.</p> <p>Les sources de financement.</p> <p>L'association sportive.</p> |
| Quels sont les enjeux éthiques et économiques du sport ? | <p>Le poids économique du sport.</p> <p>L'aménagement des espaces urbains pour le développement de la pratique physique.</p> <p>Les dérives possibles : la consommation des produits sportifs ; les violences psychologiques, physiques, sexuelles ; le dopage ; les discriminations.</p> |
| Quels sont les enjeux environnementaux des pratiques physiques ? | <p>Les différents environnements des pratiques physiques.</p> <p>Les incidences de la pratique des activités physiques de pleine nature sur les environnements naturels et la biodiversité.</p> <p>Les pratiques physiques et le développement durable.</p> |

| Technologie des APSA | |
|--|---|
| <p>Ce thème permet aux élèves d'aborder la culture sportive par l'acquisition de connaissances théoriques relatives à une ou plusieurs APSA. Afin de faciliter les liens entre la théorie et la pratique, on s'appuie sur une ou plusieurs APSA pratiquées dans l'enseignement de spécialité lors de l'année de terminale.</p> | |
| Axes de questionnement | Exemples de contenus possibles |
| Comment une APSA évolue-t-elle ? | <p>L'histoire d'une APSA.</p> <p>Les déterminants et les étapes marquantes de l'évolution d'une APSA.</p> <p>L'évolution des matériaux et les apports de nouvelles technologies.</p> <p>Les différentes modalités d'une pratique.</p> <p>L'émergence de nouvelles formes de pratique.</p> |

| | |
|---|--|
| <p>Quelles sont les caractéristiques technico-tactiques d'une APSA ?</p> | <p>La biomécanique des gestes sportifs. Les principes techniques, l'étude de gestes techniques et de leur évolution. Les principes stratégiques et tactiques, l'étude de tactiques et de leur évolution. Les liens entre technique et tactique.</p> |
| <p>Comment analyser une prestation physique et un niveau de performance dans une APSA ?</p> | <p>Les indicateurs internes et externes de la performance. Le commentaire d'une prestation physique et d'un niveau de performance en s'appuyant sur des indicateurs pertinents. L'identification de pistes d'amélioration à l'issue de l'analyse d'une prestation. Les apports des outils numériques à l'analyse et à l'amélioration de la performance.</p> |

Projets

En suivant cet enseignement de spécialité, les élèves sont amenés à conduire deux types de projets : le premier concerne l'organisation d'un événement en lien avec la pratique sportive (classe de première), le second la prise en charge d'une intervention pédagogique (classe terminale).

■ Classe de première

En classe de première, les élèves conçoivent, mettent en œuvre et évaluent, au sein d'un groupe, un projet relatif à la pratique physique.

Ce projet est préparé à l'aide d'apports théoriques concernant :

- les événements en lien avec la pratique sportive susceptibles d'être supports d'un projet ;
- la conception et la promotion d'un projet.

Le projet est choisi par les élèves avec l'aide de l'enseignant. Il peut concerner toute la classe ou un groupe d'élèves. Il implique les élèves dans un travail collectif de conception, d'animation et d'évaluation dans le cadre duquel ils mobilisent des savoirs théoriques mis au service de réalisations concrètes. Ce projet s'appuie sur l'organisation d'événements (rencontres UNSS, journées promotionnelles ou caritatives, parcours du cœur, spectacles artistiques, fête du sport, semaine olympique, etc.). Les élèves dressent un bilan écrit après avoir réalisé ce projet.

■ Classe terminale

En classe terminale, les élèves (de manière individuelle ou en binôme) sont mis dans des situations aménagées de conduite d'exercices ou de séances dans une APSA, à destination d'un groupe d'élèves plus ou moins important. Ces mises en situation sont préparées avec l'aide de l'enseignant ; elles sont suivies de bilans proposés par l'élève-intervenant, l'enseignant et les élèves ayant assisté à l'intervention. Elles permettent aux élèves d'expérimenter le travail et la posture de l'animateur qu'ils ont endossée. Ces mises en situation les invitent à prendre la parole devant un groupe et à communiquer pour présenter, animer, accompagner un travail à réaliser.

Évaluation

■ Évaluation continue

L'évaluation des apprentissages est un outil au service de la formation des élèves. L'enseignant conçoit des situations d'évaluation qui permettent de révéler le degré d'acquisition des attendus de fin de spécialité à un moment donné du parcours. Une évaluation continue, progressive et explicite des apprentissages est ainsi assurée pour tous les élèves. Elle peut, par exemple, prendre en considération les éléments suivants :

- le niveau de performance et de maîtrise d'habiletés dans des APSA ;
- la capacité à prendre en charge sa propre pratique ;
- l'engagement au sein de groupes et la capacité à travailler en équipe ;
- l'engagement dans la conception et la mise en œuvre d'un projet ;
- l'engagement dans l'animation de séquences pédagogiques ;
- la maîtrise de connaissances théoriques sur les APSA et la culture sportive ;
- la construction et la restitution d'une argumentation (à l'oral et à l'écrit) ;
- la capacité à exploiter les éléments de son carnet de suivi ;
- l'analyse de prestations physiques.

■ Préparation aux épreuves de l'examen terminal

Les enseignements de spécialité faisant l'objet d'une évaluation nationale dans le cadre des épreuves terminales du baccalauréat, il faut également préparer les élèves, au moyen de bilans réguliers, aux modalités et aux exigences des épreuves de l'examen. Les connaissances mobilisées pour construire une argumentation sur une problématique relative à la culture sportive peuvent être travaillées dans des situations telles que l'exposé oral avec ou sans support, la construction de synthèses écrites, le devoir sur table, l'analyse de documents de diverses natures (textes littéraires, articles de presse, photographies, vidéos, données chiffrées). Le commentaire de l'enregistrement audiovisuel d'une prestation physique peut être approfondi à l'aide des situations suivantes : le repérage et le choix de séquences vidéo pertinentes pour mettre en évidence un niveau de performance et des habiletés technico-tactiques spécifiques, la mobilisation d'outils pour analyser les composantes d'une performance, la présentation orale d'analyses de prestations physiques.

Mise en œuvre

Projet pédagogique

Cet enseignement est assuré par une équipe pédagogique associant les compétences des enseignants d'EPS et, éventuellement, des enseignants d'autres disciplines. L'organisation de l'enseignement est présentée de manière détaillée dans un « projet d'enseignement de spécialité ». La programmation des activités physiques, sportives et artistiques, les contenus pratiques et théoriques, les organisations pédagogiques envisagées, les outils d'évaluation pour les différents attendus de fin de spécialité y sont précisés. Le projet est transmis à l'inspection pédagogique régionale d'EPS pour validation (et vérification, notamment, de la cohérence et de la faisabilité de la programmation des APSA).

Liens avec le sport scolaire

Il est souhaitable d'établir des liens entre l'enseignement de spécialité et l'association sportive de l'établissement. Pour les élèves, l'association sportive permet de prolonger la pratique des APSA programmées dans l'enseignement de spécialité, de participer à des compétitions et à des rencontres, de conduire des projets et de s'exercer dans les différents rôles associés à la pratique sportive.

Ressources locales

Il est recommandé de s'appuyer sur les ressources locales pour enrichir l'enseignement et l'ancrer dans un contexte extra-scolaire. Il est ainsi possible de créer des partenariats avec des structures de proximité (clubs ou centres sportifs, structures artistiques, associations de quartiers, instituts de santé ou de réathlétisation) dans différentes perspectives telles que visites, apports de professionnels, réalisation du projet collectif, compléments de formation.

Aménagement de la scolarité des élèves à profil sportif particulier

La présence des élèves à profil sportif particulier constitue une valeur ajoutée qui bénéficie à l'ensemble des élèves de l'enseignement de spécialité en favorisant des collaborations entre les lycées, les clubs et les ligues (partage d'installations et d'intervenants, validation de qualifications sportives, etc.). Il importe de favoriser la participation de ces élèves à l'enseignement de spécialité en aménageant leur scolarité. Les élèves, sportifs de haut-niveau, les espoirs ou collectifs nationaux et les candidats des centres de formation des clubs professionnels, pourront bénéficier d'une dispense des séquences pratiques d'APSA relevant du champ d'apprentissage de leur spécialité sportive. Une adaptation supplémentaire peut être envisagée en réduisant à quatre (dont celui relevant de leur spécialité sportive) le nombre de champs d'apprentissage abordés lors du cycle terminal. Les élèves inscrits dans une section d'excellence sportive pourront bénéficier d'une dispense des séquences pratiques d'APSA relevant du champ d'apprentissage de leur spécialité sportive. Les élèves inscrits dans une section sportive scolaire pourront, le cas échéant, bénéficier d'une dispense de la séquence d'enseignement proposée dans leur spécialité. Les modalités de l'épreuve du baccalauréat seront adaptées en conséquence pour ces élèves et seront précisées par voie de circulaire.

Conditions matérielles

La mise en place de l'enseignement de spécialité nécessite de pouvoir disposer dans l'établissement ou à proximité immédiate d'une offre suffisamment ample d'équipements sportifs couverts et de plein air. La variété et la qualité de ces installations sont indispensables pour que les élèves puissent apprendre dans les meilleures conditions de pratique.

Organisations spécifiques

L'enseignement de spécialité doit amener les élèves à vivre des expériences individuelles et collectives marquantes, notamment par des événements remarquables (spectacle, sortie plein-air, action promotionnelle) concluant des séquences d'enseignement ou par l'organisation de stages massés. Il est également souhaitable, par la mise en place d'organisations spécifiques ou de partenariats, d'offrir la possibilité aux élèves de se préparer ou de valider diverses certifications telles que surveillant de baignade, PSE1 (Premiers Secours en Équipe), PSS (Premiers Secours Sportifs), initiateur fédéral.

Usage de la vidéo et des outils numériques

L'enseignement s'appuie sur les valeurs ajoutées qu'apportent les usages du numérique. Les outils numériques permettent le recueil d'indices et d'informations, dont l'analyse et l'exploitation favorisent les apprentissages. L'utilisation de la vidéo offre notamment la possibilité de visualiser des prestations individuelles et collectives permettant d'identifier des éléments de la réussite, les écarts entre les projets et les réalisations. Par ailleurs, les outils numériques peuvent être utilisés pour la mutualisation et le partage des connaissances, pour les présentations écrites et orales. Ces nombreuses utilisations constituent l'occasion d'une information des lycéens sur les usages responsables des données personnelles et du droit à l'image.

Carnet de suivi

Le carnet de suivi constitue un outil personnel dont la structure et l'organisation doivent aider les élèves à effectuer des constats, à mettre en relation des connaissances, à prendre des décisions. Il est construit et complété par les élèves au cours du cycle terminal. Bien que guidés par les enseignants, ils l'élaborent de manière autonome. Dans ce carnet, les élèves peuvent consigner leurs réussites et leurs progrès, leurs difficultés et leurs besoins, des réflexions personnelles, des expériences marquantes, des liens avec d'autres disciplines. En aidant les élèves à appréhender leurs propres intérêts, à expliciter leurs modes d'engagement dans la pratique physique, à faire des liens entre la pratique et la culture sportive, il peut constituer un support pour le choix d'une question présentée à l'épreuve orale terminale du baccalauréat.

Préparation à l'épreuve orale terminale du baccalauréat

Tout au long du cycle terminal, les élèves développent progressivement les compétences évaluées au « Grand oral » par des mises en situation lors desquelles ils doivent prendre la parole en public, interagir avec les autres, exposer et défendre un point de vue, convaincre, répondre à des questions. Les différents formats d'exposés oraux, mais aussi la conduite de parties de séances pratiques et l'animation d'un projet, sont particulièrement appropriés pour le développement de ces compétences.

Enseignement de spécialité EPS – Synthèse des programmes

Classe de première – 4 heures

Classe terminale – 6 heures

| | | |
|--------------------------------------|--|--|
| Objectifs | <p>Le développement de compétences dans plusieurs APSA. Le développement d'un regard critique Le développement de compétences transversales importantes pour la réussite de la vie personnelle et professionnelle.</p> | |
| Attendus de fin de spécialité | <p>S'engager, individuellement et collectivement, pour atteindre son plus haut niveau de performance dans des pratiques physiques, sportives et artistiques. Analyser et interpréter des expériences diverses relatives aux APSA pour déterminer précisément et enrichir son parcours de formation. Mobiliser ses connaissances pour construire une argumentation écrite ou orale sur une question relative à la culture sportive. Concevoir, construire et mettre en œuvre, au sein d'un collectif, un projet relatif aux activités physiques, sportives et artistiques.</p> | |
| | Pratiquer | <p>Développer et renforcer ses pouvoirs moteurs par la découverte et l'approfondissement d'activités physiques, sportives et artistiques. Se préparer et accomplir une performance dans des contextes variés de pratique, en mobilisant de manière optimale ses ressources en toute sécurité. Identifier et exploiter la diversité des compétences au sein d'un collectif pour atteindre un objectif commun. S'engager, au sein d'un collectif, pour la construction et l'animation d'un projet relatif à la pratique physique.</p> |
| Compétences | Analyser | <p>Connaître les différents secteurs professionnels liés au sport et au corps pour préciser son projet d'orientation. Connaître les effets de la pratique physique sur la santé et le développement de la personne. À l'aide d'indicateurs, mesurer et analyser les effets de l'activité physique. Choisir et mobiliser des indicateurs pour évaluer l'atteinte d'un projet.</p> |
| | Communiquer | <p>Développer et stabiliser ses pouvoirs moteurs par la découverte et l'approfondissement d'activités physiques, sportives et artistiques. Se préparer et accomplir une performance individuellement et collectivement, dans des contextes variés de pratique, en mobilisant de manière optimale ses ressources en toute sécurité. S'entraider et progresser ensemble, en valorisant les capacités de chacun. Conduire des situations pédagogiques dans le domaine de la pratique physique.</p> |
| | | <p>Discuter d'une question relative à la pratique physique en mobilisant des connaissances de différents domaines. Décrire une prestation physique réalisée par soi-même ou par un autre élève. Rendre compte de ses expériences dans un carnet de suivi. Rendre compte du déroulement et des résultats d'un projet.</p> |
| | | <p>Situer les enjeux de la pratique physique, sportive et artistique au sein du monde contemporain. Examiner et étudier une APSA dans ses dimensions historique, culturelle, sociale, technologique. Choisir des indicateurs pertinents pour caractériser un niveau de pratique dans une APSA. Porter un regard analytique sur sa pratique en sélectionnant et en ordonnant des éléments de son carnet de suivi.</p> |
| | | <p>Débattre de la culture sportive en étant convaincant, par le choix et l'articulation de connaissances éprouvées, précises et adaptées. Commenter une prestation physique réalisée par soi-même ou un autre élève en s'appuyant sur des éléments pertinents. Présenter à un groupe d'élèves un travail à réaliser.</p> |

| | | | |
|----------------|----------------------------|--|--|
| | | | Présenter ses perspectives d'orientation et son engagement futur au regard d'expériences vécues. |
| Apports | Pratiques sportives | Au cours du cycle terminal, au moins cinq APSA appartenant à des champs d'apprentissage différents Au cours de chaque année, au moins trois APSA appartenant à des champs d'apprentissage différents Possibilité de proposer des APSA identiques en première et en terminale La durée minimale d'une séquence d'APSA est de 18 heures | |
| | Culture sportive | Métiers du sport et du corps humain Pratique physique et santé Technologie des APSA | Enjeux de la pratique physique dans le monde contemporain Technologie des APSA |
| | Projets | Organisation d'un évènement | Animation pédagogique |

