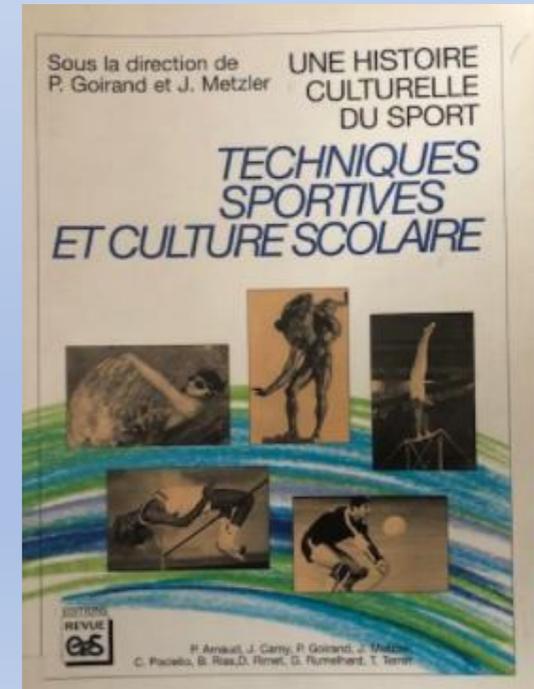


# Education Physique, pratiques et cultures sportives

*Choix de l'élève après la classe de Seconde*

*Lycée Claude Lebois 42400, Equipe EPS*



L'EPS après la  
2nde

choix

## OBLIGATOIRE

- 2h / semaine en **CLASSE ENTIERE**
- incluse dans l'enseignement obligatoire

+

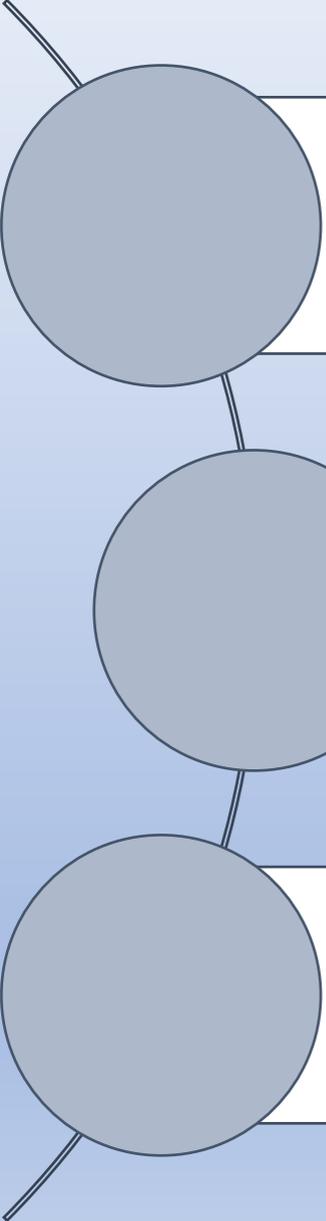
## Enseignement de spécialité

- 4H/ semaine
- 65% de pratiques sportives
- 35% de théorie en lien à la pratique



**Enseignement *CONSEILLÉ* pour poursuivre des études en lien aux métiers du sport, de l'enseignement, de la santé, de la protection de la personne... Ou pour ceux qui veulent juste se faire plaisir une année de + !**

# 3 OBJECTIFS

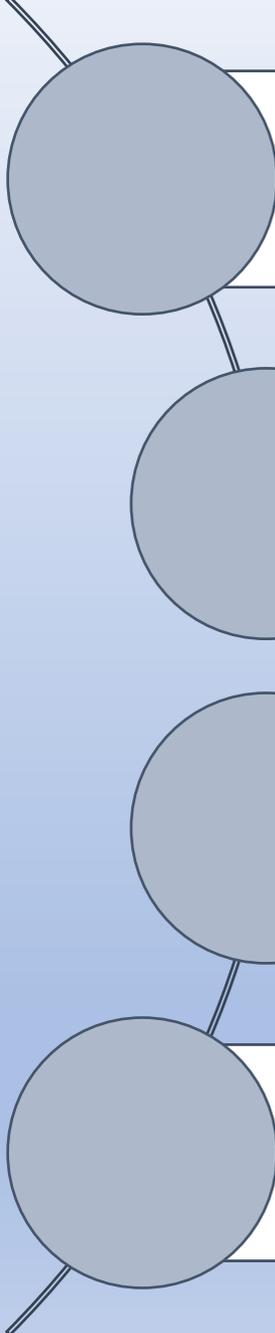


Le développement de compétences dans PLUSIEURS APSA

Le développement d'un regard critique sur sa pratique et sur la culture sportive grâce au lien théorie/pratique

Le développement de compétences transversales (solidarité, échanges pour progresser, estime de soi, prise d'initiatives, travail en collectif)

# Les Attendus de Fin de Lycée



S'engager seul et à plusieurs pour atteindre son plus haut niveau de performance dans plusieurs APSA

Analyser et interpréter sa pratique pour progresser dans des APSA différentes

Mobiliser ses connaissances pour construire une argumentation écrite/orale en lien à la culture sportive

Concevoir, mettre en œuvre et évaluer un projet collectif relatif aux APSA

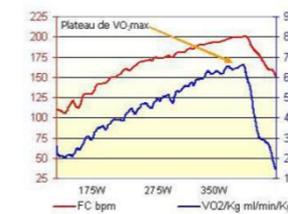
**Petit tour d'horizon  
du programme  
de la Spécialité « EP » de Première**

- Renforcer sa motricité par la Découverte + l'Approfondissement des APSA
- Se préparer et accomplir une performance physique ou sportive seul(e) ou à plusieurs
- Identifier et exploiter les compétences du groupe pour atteindre un objectif commun
- Construire et animer un projet collectif relatif à la pratique physique

**-Connaître les différents secteurs professionnels relatifs au sport et au corps humain pour préciser son projet d'orientation post-bac.**



**-Connaître les effets de la pratique physique sur la santé**



**-A l'aide d'indicateurs, mesurer et analyser les effets de l'activité physique**



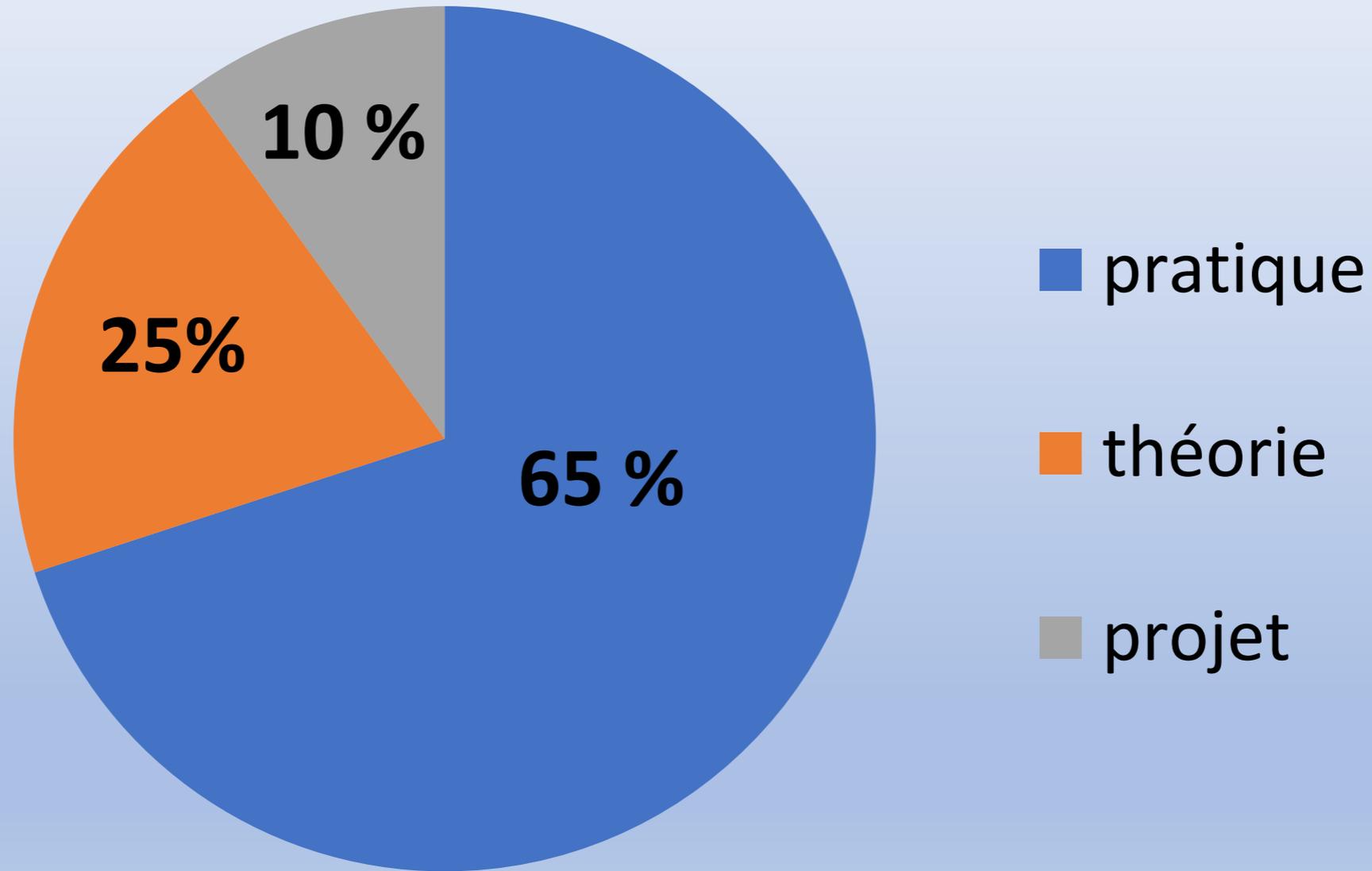
INDICATEUR	UNITÉ	SCHEMA	INDICATEUR
1	1	1	1
2	2	2	2
3	3	3	3
4	4	4	4
5	5	5	5

**-Savoir évaluer la réalisation d'un projet**



- **Discuter et débattre d'un thème relatif à la pratique sportive en mobilisant des connaissances de différents domaines (physiologie, histoire, économie, politiques des sports..).**
- **Décrire une prestation physique réalisée par soi ou par un autre élève**
- **Rendre compte de ses expériences dans un carnet de suivi.**
- **Rendre compte du déroulement et des résultats attendus d'un projet**

# Horaires



# Apports Pratiques

1 activité « **fil rouge** » en Première et Terminale (= le Basket-ball)

Première :

Basket-ball – Activités physiques de pleine nature - Athlétisme - Activités acrobatiques

Terminale :

Basket-ball - Boxe Française - Course en durée (projet individuel)-  
Natation

# **Apports Théoriques en classe de Première**

**3 Thèmes**

Quels sont les différents secteurs professionnels et les métiers liés au domaine du sport et du corps ?

Quelles sont les compétences professionnelles qui y sont associées ?



**Thème 1:**  
**Métiers du sport et du corps humain**

Quels sont les différents types de publics concernés ? Et dans quels contextes de pratique ?

Comment définir la santé et la condition physique ?

Quels sont les incidences de la pratique physique sur les dimensions psychologique et relationnelle ?

## **Thème 2: Pratique physique et Santé**

Quels sont les effets de la sédentarité et de l'activité physique sur la santé physiologique ?

Comment caractériser un niveau de performance dans une APSA et comment décrire une prestation physique ?



## **Thème 3**

# **Technologie des APSA**



Quels sont les principes fondamentaux de l'entraînement dans une APSA ?

# **Première : PROJET collectif en classe entière**

Concevoir, mettre en œuvre et communiquer ses résultats par écrit et par le numérique  
le projet s'appuie sur un événement (promotion du Téléthon au Lycée Claude Lebois , Stage APPN)

# **Terminale : PROJET en binôme**

Préparation, animation et bilan d'une intervention pédagogique à destination d'un groupe  
d'élève ou de la classe.

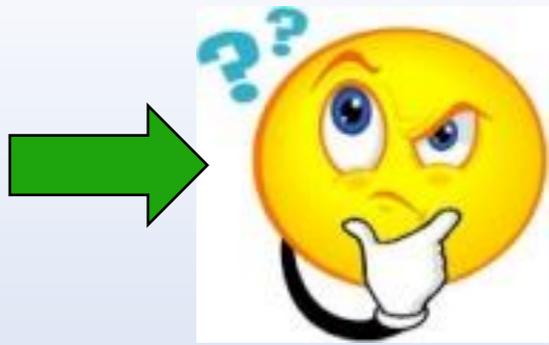
# **Apports Théoriques en classe de Terminale**

## **Thème 1: La pratique physique dans le monde contemporain**

Les différentes formes de pratiques, le sport olympique et paralympique, le monde associatif, les enjeux du sport, les dérives du sport

## **Thème 2 : Technologie des APSA**

Evolution d'une APSA, caractéristique technico-tactiques d'une APSA, Analyse et remédiation d'une prestation physique



# Les études supérieures liées à la spécialité EP

Les métiers du sport



Les métiers de l'enseignement



Les métiers de la protection des personnes



Les métiers de la santé





**Panorama des métiers existants ou émergents en lien avec le développement des activités sportives**