**Projet synthétique – Enseignement de spécialité**

**Education physique, pratiques et culture sportives de première et terminale générales**

**Lycée** : Ville : RNE : Bassin n° :

➊ **Suivi de cohortes**

➋ **Contextualisation**

➌ **Apports pratiques : programmation des APSA**

➍ **Apports pratiques : contenus de formation**

➎ **Apports pratiques : évaluation**

**➏ Apports théoriques en 1ère**

➐ **Apports théoriques en Tale**

**➑ Analyser / communiquer**

**❾ Projets**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ➊ **Suivi des cohortes d’élèves** : indiquez le nombre d’élèves et leurs orientations (% par secteur). | | | |
| **Années scolaires** | **Première** | **Terminale** | **Parcours Sup** |
| 2021-2022 | 27 |  |  |
| 2022-2023 | 28 | 26 | 30% STAPS, 35% protections des personnes, 20% DEUST, 15% LAS/PAS |
| 2023-2024 |  |  |  |
| 2024-2025 |  |  |  |
| 2025-2026 |  |  |  |
| … |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

➋**Contextualisation** : *indiquez les éléments déterminants du contexte local d’enseignement et définir les besoins prioritaires des élèves de l’ES EPPCS*

**Projet Etablissement**

**Projet EPS**

**Projet AS**

**Partenariats**

**Besoins prioritaires des élèves de 1ère EPPCS**

**Besoins prioritaires des élèves de Tale EPPCS**

**Caractéristiques des élèves**

***Secteurs de recrutement, proportions filles/garçons, CSP…* :**

***Résultats aux baccalauréats* :**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ➌ **Apports pratiques : programmation des APSA :** *indiquez les APSA choisies et le volume horaire* | | | | | |
| CA1 | CA2 | CA3 | CA4 | CA5 | Volume horaire |
| **1ère** |  |  |  | *Ex : Rugby 10×2h* |  | = 80h |
| **Tale** |  |  |  |  |  | = 114h |

**CONTRAINTES PROGRAMMATIQUES**

▶ **5 CA** différents sur le cursus

▶ Au cours de chaque année, au moins **3 APSA** appartenant à des CA différents

▶ Possibilité de proposer des APSA **identiques** en 1ère et Tale

▶ Durée minimale d’une séquence d’APSA est de **18 heures**

▶ Si possible, **compléter** l’offre de formation de l’enseignement commun

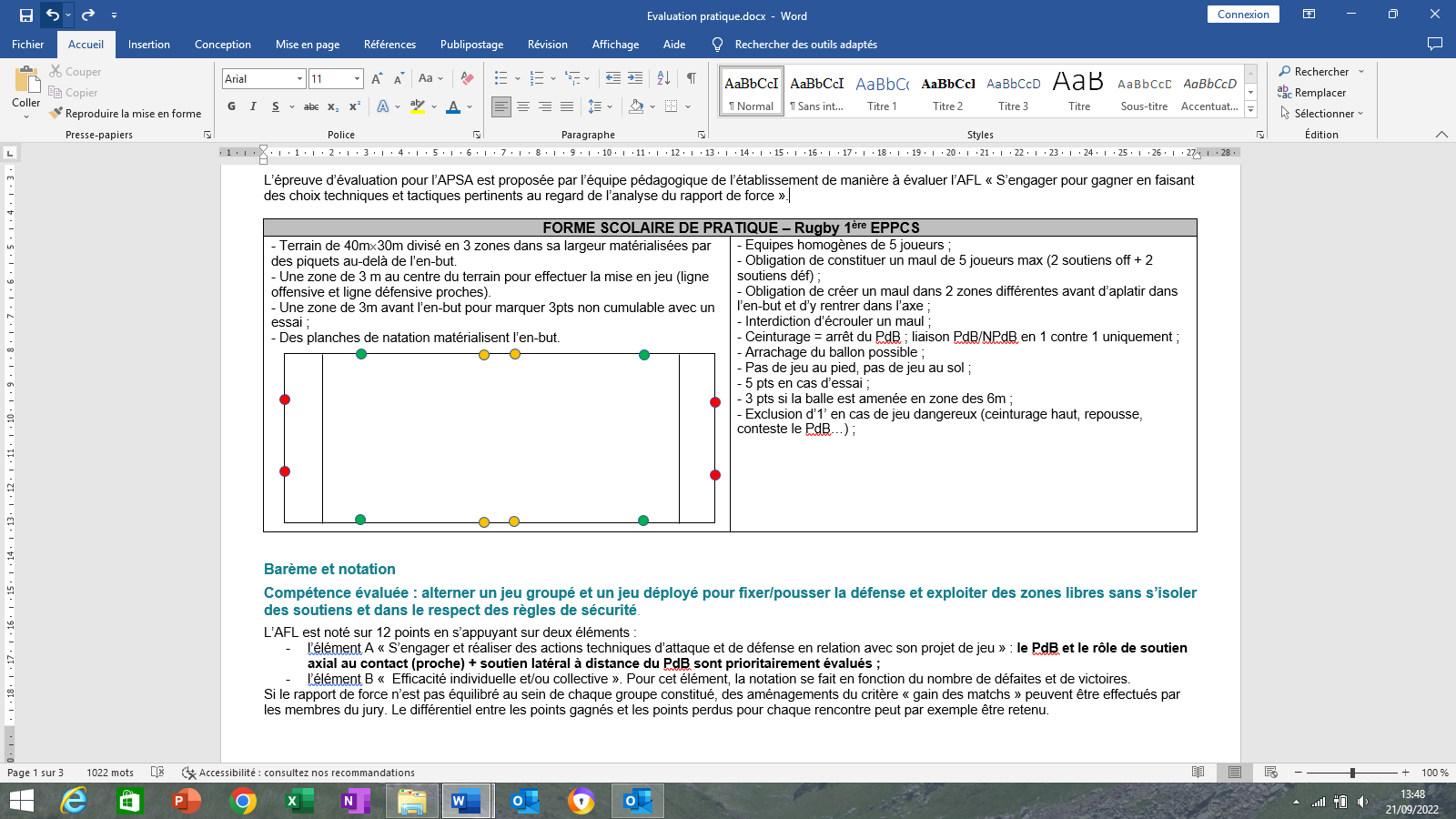
|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **➍ Apports pratiques : contenus de formation***(Décliner l’objet d’enseignement, prioritaire à cette étape du parcours de formation, contribuant à l’atteinte de l’AFL de spécialité).* | | | | | |
|  | CA 1  *S’engager pour produire une performance maximale à l’aide de techniques efficaces, en gérant les efforts musculaires et respiratoires nécessaires et en faisant le meilleur compromis entre l’accroissement de vitesse d’exécution et de précision.* | CA 2  *S’engager à l’aide d’une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain.* | CA 3  *S’engager pour composer et réaliser un enchaînement à visée esthétique ou acrobatique destiné à être jugé, en combinant des formes corporelles codifiées.*  *S’engager pour composer et interpréter une chorégraphie collective selon un projet artistique en mobilisant une motricité expressive et des procédés de composition.* | CA 4  *S’engager pour gagner une rencontre en faisant des choix techniques et tactiques pertinents au regard de l’analyse du rapport de force.* | CA 5  *S’engager pour obtenir les effets recherchés selon son projet personnel, en faisant des*  *choix de paramètres d’entraînement cohérents avec le thème retenu.* |
| **1ère** |  |  |  | *Ex rugby : alterner un jeu groupé et un jeu déployé pour fixer/pousser la défense et exploiter des zones libres sans s’isoler des soutiens et dans le respect des règles de sécurité.* |  |
| **Tale** |  |  |  |  |  |

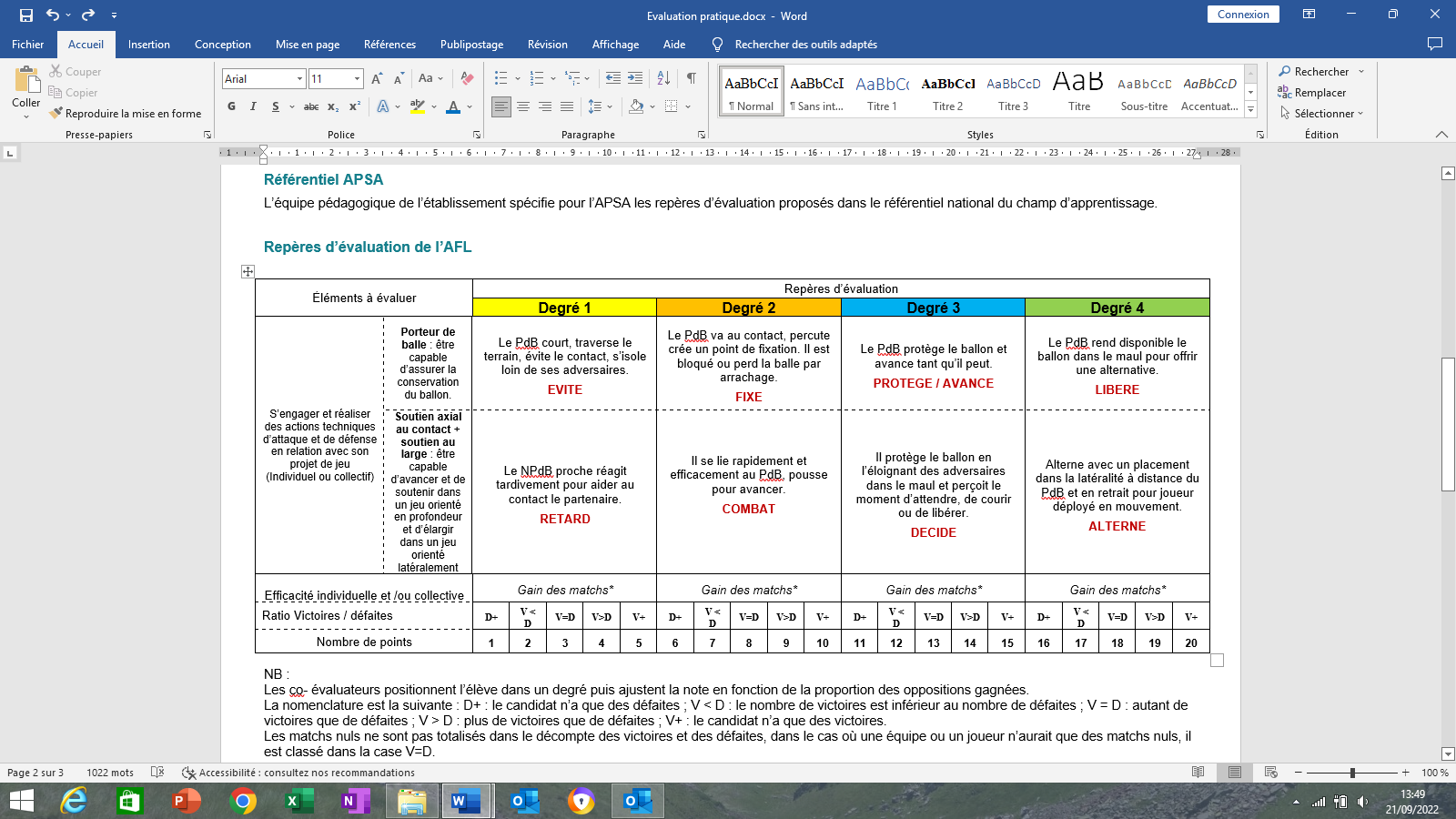
➎ **Apports pratiques : évaluation***(A partir des référentiels nationaux de l’ES EPPCS, indiquer la forme de pratique et les repères d’évaluation choisis par l’équipe pour évaluer les compétences pratiques des élèves* ***SUR TOUTES LES APSA ENSEIGNÉES en 1ère et Tale.***

Lien Référentiels nationaux : https://cache.media.education.gouv.fr/file/15/76/5/ensel283\_annexe\_1425765.pdf

*Exemple :*

➍ **Apports théoriques en 1ère :** *indiquer le volume horaire consacré aux objectifs d’apprentissage, les activités menées par élèves pour les acquérir et les modalités d’évaluation)*





|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ➏ **Apports théoriques en 1ère :** *indiquer le volume horaire consacré aux objectifs d’apprentissage et les activités* ***PRÉCISES*** *menées par les élèves pour les acquérir et les modalités d’évaluation* | | | | |
| **Axe de questionnement** | **Objectifs d’apprentissage** | **Volume horaire (=36h)** | **Format pédagogique envisagé**  *(Quels TD ?, quoi en école inversée ?, quels CM ?, quelles recherches perso ?, quels intervenants ?…)* | **Modalités d’évaluation**  *(DS, DM, oral, infographie, QCM…)* |
|
| **Comment définir la notion de santé ?** | Connaître les trois dimensions principales de la santé (physiologique, psychologique, sociale) et savoir les illustrer.  Connaître les principes fondamentaux d’une bonne hygiène de vie (sommeil, alimentation, activité physique régulière, qualité des relations sociales).  Savoir différencier les notions de santé individuelle et de politique de santé publique. |  |  |  |
| **Quels sont les effets de la sédentarité et de l’activité physique sur la santé physiologique ?** | Connaître les critères permettant de définir les notions de sédentarité et d’activité physique.  Comprendre que l’on peut être à la fois actif et sédentaire.  Connaître les indicateurs et les intensités d’une activité physique.  Connaître et savoir utiliser des outils (notamment les objets connectés) permettant d’évaluer l’intensité d’une activité physique*.*  Connaître les conséquences liées à un excès de sédentarité (obésité, maladies cardio-vasculaires, hypertension) et comprendre pourquoi une activité physique régulière permet le bon fonctionnement de l’organisme.  Comprendre pourquoi sont apparues les notions de « sport santé » et de « sport sur ordonnance ».  Être capable de différencier les principales lésions ligamentaires, tendineuses, musculaires, osseuses ou cartilagineuses liées à une activité physique inappropriée. | 8h | *Ex : production d’une infographie en lien avec le professeur documentaliste (recherche perso, application Canva)* | *Ex : co évaluation des productions des élèves avec 3 critères : Structure (textes/ images/ chiffres, couleur), Message (clarté, message percutant),Fiabilité et qualité des informations (contenu pertinent)* |
| **Quelles sont les incidences de la pratique physique sur les dimensions psychologiques de la personne et sur les relations sociales ?** | Connaître différentes émotions (plaisir, appréhension, peur, satisfaction, fierté, persévérance, agressivité) liées à la pratique physique et être capable d’apporter des illustrations.  Comprendre pourquoi et à quelles conditions la pratique physique peut améliorer ou dégrader l’estime de soi et la confiance en soi.  Comprendre pourquoi et à quelles conditions la pratique physique peut favoriser le lien social. |  |  |  |
| **Comment caractériser la condition physique ?** | Connaître les qualités physiques fondamentales (endurance, vitesse, force, souplesse, coordination).  Connaître et être capable de mettre en œuvre des tests permettant d’évaluer les qualités physiques.  Connaître les filières énergétiques et les mettre en lien avec les efforts effectués dans des APSA. |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ➏ **Apports théoriques en 1ère (suite) :** *indiquer le volume horaire consacré aux objectifs d’apprentissage et les activités* ***PRÉCISES*** *menées par les élèves pour les acquérir et les modalités d’évaluation* | | | | |
| **Axe de questionnement** | **Objectifs d’apprentissage** | **Volume horaire (=36h)** | **Format pédagogique envisagé**  *(Quels TD ?, quoi en école inversée ?, quels CM ?, quelles recherches perso ?, quels intervenants ?…)* | **Modalités d’évaluation**  *(DS, DM, oral, infographie, QCM…)* |
|
| **Quelles sont les caractéristiques de l’environnement professionnel des métiers du sport et du corps ?** | Être capable d’identifier la diversité des secteurs professionnels relatifs au domaine des pratiques physiques et du corps (les métiers de l’enseignement, de l’entraînement, de la santé et du bien-être, du management et de la gestion des structures sportives, du tourisme et des loisirs sportifs, de la sécurité et de la protection des personnes).  Connaître les formations, les diplômes et les qualifications associés aux métiers du sport et aux métiers du corps.  Connaître les caractéristiques du travail et de l’emploi dans le domaine des pratiques physiques. |  |  |  |
| **Quels sont les différents types de publics concernés par la pratique physique ?** | Identifier les différents publics de pratiquants (enfants, adolescents, adultes, seniors, personnes en situation de handicap)*.*  Comprendre l’importance de prendre en compte les caractéristiques psychologiques et physiologiques de ces publics pour organiser leur pratique.  Connaître la diversité des contextes de la pratique physique (écoles, clubs sportifs, associations de quartiers, structures privées, structures de réadaptation et de remise en forme physique). |  |  |  |
|  | | | | |
| **Quels sont les principes fondamentaux de l’entraînement dans une APSA ?** | Comprendre pourquoi il est indispensable de s’échauffer avant la pratique d’une APSA et être capable de conduire un échauffement.  Connaître les indicateurs d’une charge de travail dans une APSA.  Comprendre l’intérêt de l’alternance de périodes de récupération et d’effort dans l’entraînement d’une APSA. |  |  |  |
| **Comment caractériser un niveau de performance dans une APSA et décrire une prestation physique ?** | Être capable d’identifier les facteurs psychologiques, physiologiques, techniques et tactiques d’une performance dans une APSA.  Être capable d’identifier les étapes de progression dans une APSA en s’appuyant sur des indicateurs.  Savoir exploiter les apports des outils numériques pour décrire et analyser une performance dans une APSA.  Être capable de décrire et de commenter une prestation physique réalisée par soi-même ou par un autre élève à l’aide de différents indicateurs. |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ➐ **Apports théoriques en Tale  :** *indiquer le volume horaire consacré aux objectifs d’apprentissage et les activités* ***PRÉCISES*** *menées par les élèves pour les acquérir et les modalités d’évaluation* | | | | |
| **Axe de questionnement** | **Objectifs d’apprentissage** | **Volume horaire (=60h)** | **Format pédagogique envisagé**  *(Quels TD ?, quoi en école inversée ?, quels CM ?, quelles recherches perso ?, quels intervenants ?…)* | **Modalités d’évaluation**  *(DS, DM, oral, infographie, QCM…)* |
|
| **Quelles sont les différentes formes de pratique physique ?** | Comprendre que les manières de pratiquer prennent diverses formes (compétition, loisir, bien-être, santé, aventure, entretien de soi, convivialité).  Être capable d’identifier ce qui caractérise ces manières de pratiquer (lieux et conditions de pratique ; types d’encadrement ; attentes, motivations et profils des publics ; etc.).  Connaître des données chiffrées essentielles sur la pratique physique et sportive en France (nombre de licenciés sportifs, nombre de dirigeants, nombre de pratiquants occasionnels, typologies de ces publics). |  |  |  |
| **Qu’est-ce que le sport olympique et paralympique ?** | Connaître l’origine des jeux olympiques et leur rénovation par Pierre de Coubertin.  Illustrer la manière dont les jeux olympiques sont révélateurs de certains enjeux de société.  Comprendre ce que signifient les trois valeurs de l’Olympisme.  Connaître l’organisation du mouvement olympique.  Connaître les principes de la charte d’éthique et de déontologie du comité national olympique et sportif, et être capable de les illustrer.  Connaître la naissance du mouvement paralympique et comprendre ses enjeux et son fonctionnement. |  |  |  |
| **Comment est structuré le monde associatif sportif en France ?** | Comprendre l’organisation et les modalités de fonctionnement des fédérations sportives, des comités, des clubs.  Comprendre l’organisation et les modalités de fonctionnement de l’association sportive de son lycée. |  |  |  |
| **Quels sont les enjeux du sport ?** | Comprendre pourquoi les pays accordent de l’importance aux résultats sportifs internationaux de leurs athlètes*.*  Être capable d’identifier et d’illustrer la diversité des activités économiques relatives au sport.  Connaître et illustrer des incidences de la pratique des activités physiques de pleine nature sur les environnements naturels et la biodiversité. |  |  |  |
| **Quelles sont les dérives liées au sport ?** | Identifier les dérives liées au sport (violences psychologiques, physiques, sexuelles ; tricheries ; dopage ; corruptions ; discriminations).  Comprendre pourquoi le sport peut amener à des phénomènes de violences et de tricherie.  Connaître des actions de prévention. |  |  |  |
| **Quelle est la place des femmes dans le sport ?** | Comprendre pourquoi les femmes sont moins nombreuses à pratiquer le sport et sont moins présentes dans les instances dirigeantes que les hommes*.*  Connaître quelques plans d’actions mis en place par l’État et le mouvement sportif pour développer la place des femmes dans le sport, et être capable d’illustrer les éléments principaux de ces plans. |  |  |  |
| **Qu’est-ce que le sport adapté ?** | Comprendre l’importance de la pratique physique pour des personnes en situation de handicap.  Comprendre la nécessité d’adapter les pratiques physiques aux différentes formes de handicap.  Connaître des exemples d’innovations technologiques au service du sport adapté.  Comprendre les enjeux du « sport partagé » (formes de pratique physique associant des personnes valides et des personnes en situation de handicap). |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ➐ **Apports théoriques en Tale (suite) :** *indiquer le volume horaire consacré aux objectifs d’apprentissage et les activités* ***PRÉCISES*** *menées par les élèves pour les acquérir et les modalités d’évaluation* | | | | |
| **Axe de questionnement** | **Objectifs d’apprentissage** | **Volume horaire (=60h)** | **Format pédagogique envisagé**  *(Quels TD ?, quoi en école inversée ?, quels CM ?, quelles recherches perso ?, quels intervenants ?…)* | **Modalités d’évaluation**  *(DS, DM, oral, infographie, QCM…)* |
|
| **Comment une APSA évolue‑t‑elle ?** | Connaître l’origine d’une APSA et les étapes marquantes de son évolution.  Comprendre que l’évolution d’une APSA et l’émergence de nouvelles formes de pratique de cette APSA sont liées à différents types de facteurs.  Comprendre et illustrer la manière dont les transformations des matériaux et les apports de nouvelles technologies influent sur l’évolution d’une APSA.  Comprendre et illustrer la manière dont les pratiquants eux-mêmes font évoluer une APSA.  Comprendre et illustrer la manière dont les modifications d’un règlement sportif influent sur l’évolution d’une APSA. |  |  |  |
| **Quelles sont les caractéristiques technico-tactiques d’une APSA ?** | Savoir ce que recouvre la notion de biomécanique dans le domaine du sport et comprendre son intérêt pour l’optimisation de la performance sportive.  Connaître les techniques fondamentales d’une APSA et comprendre leurs principes d’efficacité.  Connaître les principes tactiques fondamentaux d’une APSA et être capables de les illustrer.  Comprendre pourquoi et illustrer la manière dont les composantes techniques et tactiques de la performance dans une APSA sont étroitement liées. |  |  |  |
| **Comment analyser une prestation physique et un niveau de performance dans une APSA ?** | Être capable d’identifier un niveau de performance dans une APSA et de commenter une prestation physique en s’appuyant sur des indicateurs pertinents.  Être capable d’identifier des pistes d’amélioration suite à l’analyse d’une prestation.  Savoir exploiter les apports des outils numériques pour analyser et améliorer une performance dans une APSA. |  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ➑**Analyser / communiquer :** *indiquer la stratégie et les modalités d’acquisition des compétences Analyser/Communiquer (Préparation Grand Oral, préparation à l’épreuve vidéo, préparation aux écrits, carnet de suivi, projet d’orientation…)* | | |
|  | **Analyser** | **Communiquer** |
| **1ère** |  |  |
| **Tale** |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ➒ **Projets :** *indiquer les modalités d’organisation et d’évaluation des projets* | | | | |
|  | **Mise en œuvre**  *(Objectif du projet, organisation temporelle)* | **Lien avec les apports théoriques et/ou les APSA** | **Modalités d’évaluation**  *(Critères, indicateurs, format…)* |
| **1ère**  **Concevoir un projet**  **(= 18h)** | *Ex :*  *Réaliser un diagnostic de la condition physique, représentée par les qualités physiques de force, d’endurance, de souplesse, de vitesse et de coordination, d’une ou plusieurs classes du lycée.*  *- Préparation en TD d’une méthodologie du projet (Analyser, Planifier / retroplanning, Réaliser, Evaluer) ; organisation des groupes et des tests (ateliers, recueil de résultats…)* | *Permettre aux élèves, au travers du projet, d’acquérir 2 objectifs d’apprentissage :*  *- Connaître les qualités physiques fondamentales (endurance, vitesse, force, souplesse, coordination).*  *- Connaître et être capable de mettre en œuvre des tests permettant d’évaluer les qualités physiques.* | *Co évaluation (avec l’enseignant responsable de la classe « cobaye » de l’explication et de la passation des tests + Evaluation du bilan du projet de chaque groupe* |
| **Tale**  **Encadrer une séquence**  **(= 18h)** |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| ***Equipe en charge de l’ES EPPCS*** |  |
| ***Signatures*** |  |

***DATE : NOM ET SIGNATURE DU CHEF D’ÉTABISSEMENT*** *(prend connaissance du projet et conserve une copie)*