

## Annexe – Programme de spécialité d'éducation physique, pratiques et culture sportives de première et terminale générales

### 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 pratique, sociale et culturelle, 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 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 Apsa poursuit trois objectifs principaux.

#### L'amélioration du niveau de compétence dans plusieurs Apsa

À travers la pratique d'Apsa diversifiées, les élèves renforcent leurs capacités motrices, affinent leurs habiletés et accroissent leurs performances. Ils développent une aisance motrice et éprouvent des émotions, source d'épanouissement, de bien-être, de santé et d'investissement pérenne dans la pratique physique.

#### 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 lycée en spécialité. Ces attendus sont au nombre de quatre :

- S'engager, individuellement et collectivement, pour atteindre son plus haut niveau de performance dans des Apsa.
- 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 lycée en 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

- Développer une argumentation autour 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

- Développer un point de vue sur 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 et de compléter les apports théoriques, et de leur donner du sens ; les mises en situation et les conduites de projets amènent les élèves à articuler diverses connaissances.

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

	Première (4 heures par semaine)	Terminale (6 heures par semaine)
Apports pratiques	80 heures	114 heures
	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. Au cours du cycle terminal, au moins cinq Apsa appartenant à des champs d'apprentissage différents. La durée minimale d'une séquence d'Apsa est de 18 heures.	
	36 heures	60 heures
	18 heures	18 heures
Projets	18 heures	18 heures
Horaire restant à affecter	10 heures	24 heures
Total	144 heures (4h x 36 semaines)	216 heures (6h x 36 semaines)

### 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 formes variées de pratique 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 coopérant avec les autres et en vivant des expériences motrices diverses, les élèves développent des habiletés psycho-sociales qu'ils peuvent réinvestir dans d'autres contextes. En acquérant des habiletés technico-tactiques spécifiques de différentes Apsa, ils développent leurs dispositions 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 professeurs se réfèrent aux attendus de fin de lycée en spécialité, 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 et orienter une activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir.

### Apports théoriques

Les contenus théoriques permettent d'enrichir la culture sportive des élèves et d'améliorer la compréhension de leur pratique et celle des autres. Afin que les élèves puissent établir des liens entre les apports théoriques et les apports pratiques, ces contenus sont travaillés en salle de classe mais aussi lors de temps de pratique des Apsa. Leur enseignement alterne des moments durant lesquels les élèves sont amenés à travailler de manière individuelle et en groupe. Afin de susciter l'engagement des élèves, leur réflexion et la construction de points de vue personnels, diverses modalités de mise en œuvre sont proposées :

- cours théoriques ;

- temps de réflexion, apports et illustrations de connaissances au cours des temps de pratique en variant les modes d'entrée dans les activités physiques ;
- recherches personnelles, analyse de dossiers documentaires, exposés, fiches de lecture ;
- 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 discerner 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 cas pratiques. Le programme fixe des objectifs d'apprentissage qui définissent ce que les élèves doivent avoir acquis à la fin de la classe de première.

<b>Métiers du sport et du corps humain</b>	
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 au choix de l'orientation.	
Axes de questionnement	Objectifs d'apprentissage
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 quartier, structures privées, structures de réadaptation et de remise en forme physique).

<b>Pratique physique et santé</b>	
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	Objectifs d'apprentissage
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 ?	<p>Connaître les critères permettant de définir les notions de sédentarité et d'activité physique.</p> <p>Comprendre que l'on peut être à la fois actif et sédentaire.</p> <p>Connaître les indicateurs et les intensités d'une activité physique.</p> <p>Connaître et savoir utiliser des outils (notamment les objets connectés) permettant d'évaluer l'intensité d'une activité physique.</p> <p>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.</p> <p>Comprendre pourquoi sont apparues les notions de « sport santé » et de « sport sur ordonnance ».</p> <p>Être capable de différencier les principales lésions ligamentaires, tendineuses, musculaires, osseuses ou cartilagineuses liées à une activité physique inappropriée.</p>
Quelles sont les incidences de la pratique physique sur les dimensions psychologiques de la personne et sur les relations sociales ?	<p>Connaître différentes émotions (plaisir, appréhension, peur, satisfaction, fierté, persévérance, agressivité) liées à la pratique physique et être capable d'apporter des illustrations.</p> <p>Comprendre pourquoi et à quelles conditions la pratique physique peut améliorer ou dégrader l'estime de soi et la confiance en soi.</p> <p>Comprendre pourquoi et à quelles conditions la pratique physique peut favoriser le lien social.</p>
Comment caractériser la condition physique ?	<p>Connaître les qualités physiques fondamentales (endurance, vitesse, force, souplesse, coordination).</p> <p>Connaître et être capable de mettre en œuvre des tests permettant d'évaluer les qualités physiques.</p> <p>Connaître les filières énergétiques et les mettre en lien avec les efforts effectués dans des Apsa.</p>

<b>Technologie des Apsa</b>	
<p>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 de première dans le cadre de l'enseignement de spécialité.</p>	
Axes de questionnement	Objectifs d'apprentissage
Quels sont les principes fondamentaux de l'entraînement dans une Apsa ?	<p>Comprendre pourquoi il est indispensable de s'échauffer avant la pratique d'une Apsa et être capable de conduire un échauffement.</p> <p>Connaître les indicateurs d'une charge de travail dans une Apsa.</p> <p>Comprendre l'intérêt de l'alternance de périodes de récupération et d'effort dans l'entraînement d'une Apsa.</p>
Comment caractériser un niveau de performance dans une Apsa et décrire une prestation physique ?	<p>Être capable d'identifier les facteurs psychologiques, physiologiques, techniques et tactiques d'une performance dans une Apsa.</p> <p>Être capable d'identifier les étapes de progression dans une Apsa en s'appuyant sur des indicateurs.</p> <p>Savoir exploiter les apports des outils numériques pour décrire et analyser une performance dans une Apsa.</p> <p>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.</p>

### 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. Le programme fixe des objectifs d'apprentissage qui définissent ce que les élèves doivent avoir acquis à la fin de la classe terminale.

<b>La pratique physique dans le monde contemporain</b>	
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	Objectifs d'apprentissage
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'action 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).

<b>Technologie des Apsa</b>	
Ce thème permet aux élèves d'aborder la culture sportive par l'acquisition de connaissances théoriques relatives aux 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.	
Axes de questionnement	Objectifs d'apprentissage
Comment une Apsa évolue-t-elle ?	<p>Connaître l'origine d'une Apsa et les étapes marquantes de son évolution.</p> <p>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.</p> <p>Comprendre et illustrer la manière dont les transformations des matériaux et les apports de nouvelles technologies influent sur l'évolution d'une Apsa.</p> <p>Comprendre et illustrer la manière dont les pratiquants eux-mêmes font évoluer une Apsa.</p> <p>Comprendre et illustrer la manière dont les modifications d'un règlement sportif influent sur l'évolution d'une Apsa.</p>
Quelles sont les caractéristiques technico-tactiques d'une Apsa ?	<p>Savoir ce que recouvre la notion de biomécanique dans le domaine du sport et comprendre son intérêt pour l'optimisation de la performance sportive.</p> <p>Connaître les techniques fondamentales d'une Apsa et comprendre leurs principes d'efficacité.</p> <p>Connaître les principes tactiques fondamentaux d'une Apsa et être capable de les illustrer.</p> <p>Comprendre pourquoi et illustrer la manière dont les composantes techniques et tactiques de la performance dans une Apsa sont étroitement liées.</p>
Comment analyser une prestation physique et un niveau de performance dans une Apsa ?	<p>Être capable d'identifier un niveau de performance dans une Apsa et de commenter une prestation physique en s'appuyant sur des indicateurs pertinents.</p> <p>Être capable d'identifier des pistes d'amélioration suite à l'analyse d'une prestation.</p> <p>Savoir exploiter les apports des outils numériques pour analyser et améliorer une performance dans une Apsa.</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 physique ou sportive (classe de première), le second concerne la prise en charge par les élèves d'une intervention en direction de pratiquants (classe terminale). Ces projets peuvent mobiliser d'autres partenaires au sein ou en dehors de l'établissement. Ils permettent à la fois de mettre à l'épreuve des connaissances théoriques et pratiques, et de développer des compétences transversales mobilisables dans la suite du parcours des élèves.

### 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 ou sportive.

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

- les événements en lien avec la pratique physique ou sportive susceptibles d'être supports d'un projet ;
- la conception et la promotion d'un projet ;
- l'évaluation de l'atteinte des objectifs d'un projet.

Le projet est choisi par les élèves avec l'aide du professeur de spécialité. 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 (actions de l'association sportive du lycée, 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 sont placés dans des situations aménagées de conduite d'exercices ou de séances dans une Apsa, à destination d'un groupe de pratiquants plus ou moins important. Ces mises en situation sont préparées avec l'aide du professeur ; elles sont suivies de bilans proposés par l'élève-intervenant, le professeur et les élèves ayant vécu l'intervention. Elles permettent aux élèves d'expérimenter le travail et la posture de l'animateur qu'ils ont endossée. Elles les invitent à prendre la parole devant un groupe et à communiquer pour

présenter, animer, accompagner un travail à réaliser. Selon les capacités des élèves, ces mises en situation se font de manière individuelle, ou en binôme, afin de diminuer la difficulté de la tâche.

## Mise en œuvre

### Projet pédagogique

Cet enseignement est assuré par une équipe pédagogique associant les compétences des professeurs d'EPS et, éventuellement, des professeurs 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 lycée en 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 quartier, 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, sans que les groupes de spécialité ne puissent leur être exclusivement réservés. Les élèves sportifs de haut niveau, les espoirs ou collectifs nationaux et les candidats des centres de formation des clubs professionnels pourront bénéficier d'un aménagement 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 ou une section sportive scolaire pourront bénéficier d'un aménagement des séquences pratiques d'Apsa relevant du champ d'apprentissage de leur spécialité sportive. Les modalités de l'épreuve du baccalauréat seront adaptées en conséquence pour ces élèves et seront précisées par voie de note de service.

### 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 (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, dont le format est choisi librement par l'élève, 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 professeurs, 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**

Comme tous les enseignements, cette spécialité contribue au développement des compétences orales à travers notamment la pratique de l'argumentation. Celle-ci conduit à préciser sa pensée et à expliciter son raisonnement de manière à convaincre. Elle permet à chacun de faire évoluer sa pensée, jusqu'à la remettre en cause si nécessaire, pour accéder progressivement à la vérité par la preuve. Elle prend un relief particulier pour ceux qui choisiront de préparer l'épreuve orale terminale du baccalauréat en l'adossant à cet enseignement de spécialité.

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, 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.

### **Évaluation continue**

L'évaluation des apprentissages est un outil au service de la formation des élèves. Le professeur conçoit des situations d'évaluation qui permettent de révéler le degré d'acquisition des attendus de fin de lycée en 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'investissement 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.

<b>Éducation physique, pratiques et culture sportives – Synthèse du programme</b>		
	<b>Classe de première – 4 heures par semaine</b>	<b>Classe terminale – 6 heures par semaine</b>
<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'amélioration du niveau de compétence dans plusieurs Apsa.</li> <li>- Le développement d'un regard critique.</li> <li>- Le développement de compétences transversales importantes pour la réussite de la vie personnelle et professionnelle.</li> </ul>	
<b>Attendus de fin de lycée en spécialité</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- S'engager, individuellement et collectivement, pour atteindre son plus haut niveau de performance dans des pratiques physiques, sportives et artistiques.</li> <li>- Analyser et interpréter des expériences diverses relatives aux Apsa pour déterminer précisément et enrichir son parcours de formation.</li> <li>- Mobiliser ses connaissances pour construire une argumentation écrite ou orale sur une question relative à la culture sportive.</li> <li>- Concevoir, construire et mettre en œuvre, au sein d'un collectif, un projet relatif aux activités physiques, sportives et artistiques.</li> </ul>	
<b>Compétences</b>	<b>Pratiquer</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Développer et renforcer ses pouvoirs moteurs par la découverte et l'approfondissement d'activités physiques, sportives et artistiques.</li> <li>- Se préparer et accomplir une performance dans des contextes variés de pratique, en mobilisant de manière optimale ses ressources en toute sécurité.</li> <li>- Identifier et exploiter la diversité des compétences au sein d'un collectif pour atteindre un objectif commun.</li> <li>- S'engager, au sein d'un collectif, pour la construction et l'animation d'un projet relatif à la pratique physique.</li> </ul>
	<b>Analyser</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaître les différents secteurs professionnels liés au sport et au corps pour préciser son projet d'orientation.</li> <li>- Connaître les effets de la pratique physique sur la santé et le développement de la personne.</li> <li>- À l'aide d'indicateurs, mesurer et analyser les effets de l'activité physique.</li> <li>- Choisir et mobiliser des indicateurs pour évaluer l'atteinte d'un projet.</li> </ul>
	<b>Communiquer</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Développer une argumentation autour d'une question relative à la pratique physique en mobilisant des connaissances de différents domaines.</li> <li>- Décrire une prestation physique réalisée par soi-même ou par un autre élève.</li> <li>- Rendre compte de ses expériences dans un carnet de suivi.</li> <li>- Rendre compte du déroulement et des résultats d'un projet.</li> </ul>
<b>Apports</b>	<b>Pratiques sportives</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Au cours de chaque année, au moins trois Apsa appartenant à des champs d'apprentissage différents.</li> <li>- Possibilité de proposer des Apsa identiques en première et en terminale.</li> <li>- Au cours du cycle terminal, au moins cinq Apsa appartenant à des champs d'apprentissage différents.</li> <li>- La durée minimale d'une séquence d'Apsa est de 18 heures.</li> </ul>
	<b>Culture sportive</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Métiers du sport et du corps humain.</li> <li>- Pratique physique et santé.</li> <li>- Technologie des Apsa.</li> </ul>
	<b>Projets</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organisation d'un événement.</li> </ul>