

PROGRAMMES EPS LGT – 2019 – 1 FINALITÉ

L'éducation physique et sportive vise à former, par la pratique physique, sportive, artistique, un citoyen épanoui, cultivé, capable de faire des choix éclairés pour s'engager de façon régulière et autonome dans un mode de vie actif et solidaire.

5 OBJECTIFS GÉNÉRAUX

Développer sa motricité	Savoir se préparer et s'entraîner	Exercer sa responsabilité individuelle et au sein d'un collectif	Construire durablement sa santé	Accéder au patrimoine culturel
-------------------------	-----------------------------------	--	---------------------------------	--------------------------------

DES COMPÉTENCES A CONSTRUIRE DANS 5 CHAMPS D'APPRENTISSAGE

CA1	CA2	CA3	CA4	CA5
<i>Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée</i>	<i>Adapter son déplacement à des environnements variés et / ou incertains</i>	<i>Réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée</i>	<i>Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel pour gagner</i>	<i>Réaliser une activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir</i>

1 LISTE NATIONALE D'APSA PAR CHAMPS

CA1	CA2	CA3	CA4	CA5
Courses, sauts, lancers, natation vitesse.	Escalade, course d'orientation, sauvetage aquatique, VTT	Danse(s), arts du cirque, acrosport, gymnastique.	Badminton, tennis de table, boxe française, judo, basket-ball, football, handball, rugby, volley-ball.	Course en durée, musculation, natation en durée, step, yoga.

DES ATTENDUS DE FIN DE LYCÉE (AFL) PAR CHAMPS D'APPRENTISSAGE

CA1	<p>AFL1 : 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.</p> <p>AFL2 : S'entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance.</p> <p>AFL3 : Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire.</p>
------------	---

Le parcours de formation élaboré par l'équipe pédagogique : CA1

CHOIX de certains éléments prioritaires sur chacune des séquences. Ces éléments permettent d'atteindre les AFL.	Séquence 1 APSA :	Séquence 2 APSA :
Accroître son efficacité motrice par l'acquisition de techniques efficaces et la coordination des actions		
Identifier et utiliser des principes mécaniques et ses ressentis (musculaires, respiratoires, émotionnels, psychologiques...) pour transformer efficacement sa motricité		
Reconnaître et interpréter des sensations corporelles, les relier avec des repères externes pour réguler son effort		
Se préparer à un effort spécifique, récupérer		
Répéter et persévérer pour améliorer l'efficacité de ses actions		
Utiliser différents supports d'observation et d'analyse pour apprécier des prestations		
Choisir, mettre en œuvre et réguler un projet individuel et/ou collectif de performance		
Assumer des rôles d'organisateur, de coach et d'entraîneur pour performer collectivement.		

Acquisitions prioritaires (quoi apprendre pour atteindre ces acquisitions)

Décliner dans chaque AFL dans cette APSA

AFL1

1^{ère} séquence (2^{nde} ou 1^{ère})

2^{ème} séquence (1^{ère} ou Terminale)

AFL2

1^{ère} séquence (2^{nde} ou 1^{ère})

2^{ème} séquence (1^{ère} ou Terminale)

AFL3

1^{ère} séquence (2^{nde} ou 1^{ère})

2^{ème} séquence (1^{ère} ou Terminale)

Créer le parcours de l'élève (sur 2 séquences)

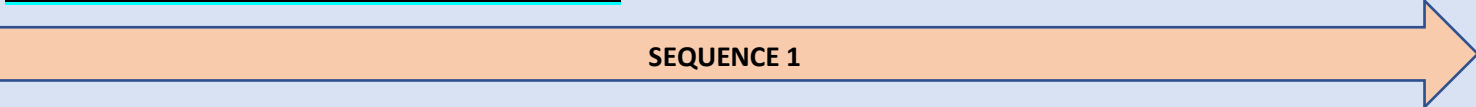
Choix de l'épreuve pour la séquence 1 :

Choix de l'épreuve pour la séquence 2 :

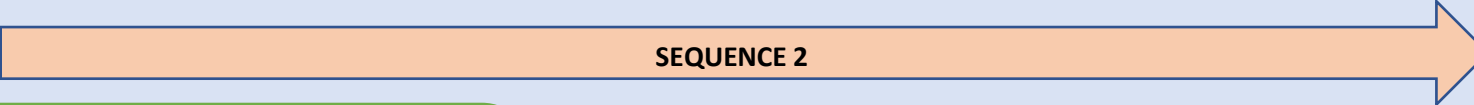
Décliner 1 ou 2 acquisitions prioritaires sur les 3 AFL

AFL 1

Acquisition prioritaire : QUOI FAIRE POUR L'ELEVE ?

SEQUENCE 1 

Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4	
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4

SEQUENCE 2 

Comment l'enseigner ?

Comment l'évaluer ?

AFL 2

Acquisition prioritaire : QUOI FAIRE POUR L'ELEVE ?

SEQUENCE 1

Degré 1

Degré 2

Degré 3

Degré 4

Degré 1

Degré 2

Degré 3

Degré 4

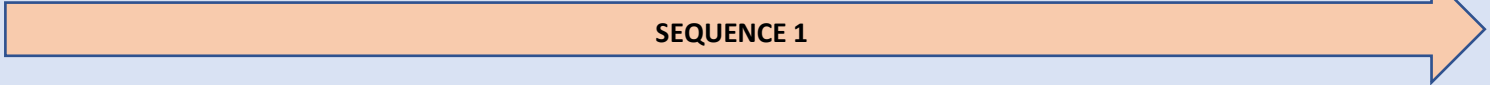
SEQUENCE 2

Comment l'enseigner ?

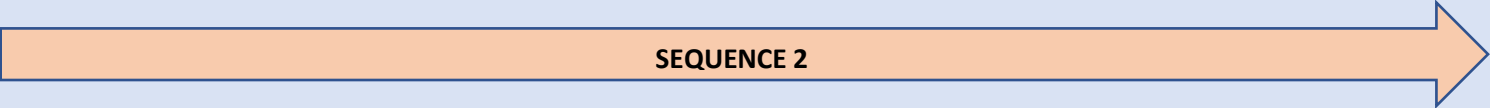
Comment l'évaluer ?

AFL 3

Acquisition prioritaire : QUOI FAIRE POUR L'ELEVE ?



Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4	
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4



Comment l'enseigner ?

Comment l'évaluer ?