

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

CA2	AFL1 : S'engager à l'aide d'une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain AFL2 : S'entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficace et en toute sécurité. AFL3 : Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité
------------	--

Le parcours de formation élaboré par l'équipe pédagogique : CA 2

CHOIX de certains éléments prioritaires sur chacune des séquences. Ces éléments permettent d'atteindre les AFL.	Séquence 1 APSA :	Séquence 2 APSA :
Comprendre et mettre en œuvre, seul et/ou à plusieurs, les principes et procédures d'une pratique qui garantit la sécurité de tous		
Développer des appuis adaptés à l'itinéraire choisi et utiliser les principes mécaniques d'une motricité efficace		
Gérer ses efforts en fonction des contraintes du milieu et de ses ressentis (musculaires, respiratoires, émotionnels, psychologiques...) pour réaliser les déplacements		
Maintenir un engagement physique tout en restant lucide dans ses choix		
Se préparer à un effort spécifique, récupérer		
Choisir, mettre en œuvre et réguler un projet de déplacement		
Utiliser différents supports d'observation et d'analyse pour apprécier des prestations		
Répéter et persévérer pour améliorer l'efficacité de ses actions		
S'entraider pour donner confiance		
Sélectionner et prendre en compte les informations utiles pour définir son itinéraire		

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'ÉLÈVE ?

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 ?

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 ?