

Enseignement de spécialité « Education Physique, Pratiques et Cultures Sportives »

Lycée Jehan de
Beauce, Chartres



L'EPS AU LYCEE JEHAN DE BEAUCE

Enseignement commun
2nde à Terminale

LGT
2h

SEP
2,5h

Enseignement optionnel
Filières générale et
technologique

Seconde
3h

Première
3h

Terminale
3h

Enseignement de spécialité
Filière générale

Première
4h

Terminale
6h

Sections Sportives
Filières générale,
technologique et
professionnelle

Football (F+G)
(Section d'excellence
sportive)
2nde à la Terminale

Rugby (F+G)
(Section sportive
scolaire)
2nde à la Terminale

Basket-ball (G)
(Section sportive
scolaire)
2nde à la Terminale

Association Sportive

Spécialité « Education Physique, Pratiques et Cultures Sportives »

OBJECTIFS

Développer des compétences dans plusieurs activités

Développer un regard critique

Développer des compétences transversales

Volume horaire

Première

2h de pratique
2h d'apports théoriques et de projets

Terminale

2h de pratique
4h d'apports théoriques et de projets

Pratiquer

Analyser

Communiquer

Les thèmes abordés

Première

Métiers du sport et du corps, Santé, Technologie des activités physiques, sportives et artistiques (APSA)

Terminale

Pratique physique dans le monde contemporain, Technologie des APSA

CONDUITE DE PROJETS

Organisation d'évènements
Actions/Animation AS
Expositions
Spectacles

Quel profil d'élève ?

- Lycéenne et lycéen de la voie générale
- Elève sportive/sportif : polyvalent ou spécialiste d'une activité
- Curiosité/attrait pour les domaines du sport et du corps
- Elève qui aime collaborer et mener des projets
- Possibilité de cumuler avec une section sportive



LES OBJECTIFS DE LA SPECIALITE

Développer des
compétences dans
plusieurs activités

Développer un
regard critique

Développer des
compétences
transversales



S'adresse à un public mixte

Compétences développées



PRATIQUER



ANALYSER



COMMUNIQUER

En classe de Première

- 2h par semaine
- 3 activités sur l'année

PRATIQUE



- 2h par semaine
- Développer des compétences écrites et orales
- Métiers du sport et du corps
- Pratique physique et santé
- Technologie des APSA

THEORIE



- Conception et organisation d'un évènement sportif et artistique
- Sorties et visites

PROJETS





PRATIQUE



Découverte et
approfondissement de 3
activités différentes



Une activité de performance



Une activité artistique



Un sport collectif

Métiers du sport et du corps humain

Les secteurs professionnels

- Identifier la diversité des secteurs professionnels liés au domaine des pratiques physiques et du corps
- Connaître les formations, diplômes et qualifications associés aux métiers
- Connaître les caractéristiques du travail et de l'emploi dans le domaine du sport

Les différents publics

- Identifier les différents publics de pratiquants
- Connaître les caractéristiques psychologiques et physiologiques de chaque public
- Connaître les différents contextes de pratique



Pratique physique et santé

Définir la notion de santé

- Santé physiologique, psychologique et sociale
- Principes sur l'hygiène de vie
- Santé individuelle et politique de santé publique

Effets de la sédentarité et de l'AP

- Définitions sédentarité et AP
- Indicateurs et intensités d'une AP
- Conséquences d'un excès de sédentarité
- Les blessures

Pratique physique et impact psychologique et/ou social

- Les émotions
- Estime de soi et confiance en soi
- Pratique physique et lien social

Condition physique

- Les différentes qualités physiques
- Les tests
- Les filières énergétiques

Technologie des APSA

Principes fondamentaux de l'entraînement

- Comprendre l'intérêt d'un échauffement et le conduire
- Indicateurs d'une charge de travail dans une activité
- Temps de travail et temps de récupération

Caractériser un niveau de performance

- Les facteurs psychologiques, physiologiques, techniques et tactiques d'une performance
- Identifier les étapes de progression
- Utiliser les outils numériques pour décrire et analyser une pratique
- Décrire et commenter une prestation physique à l'aide d'indicateurs

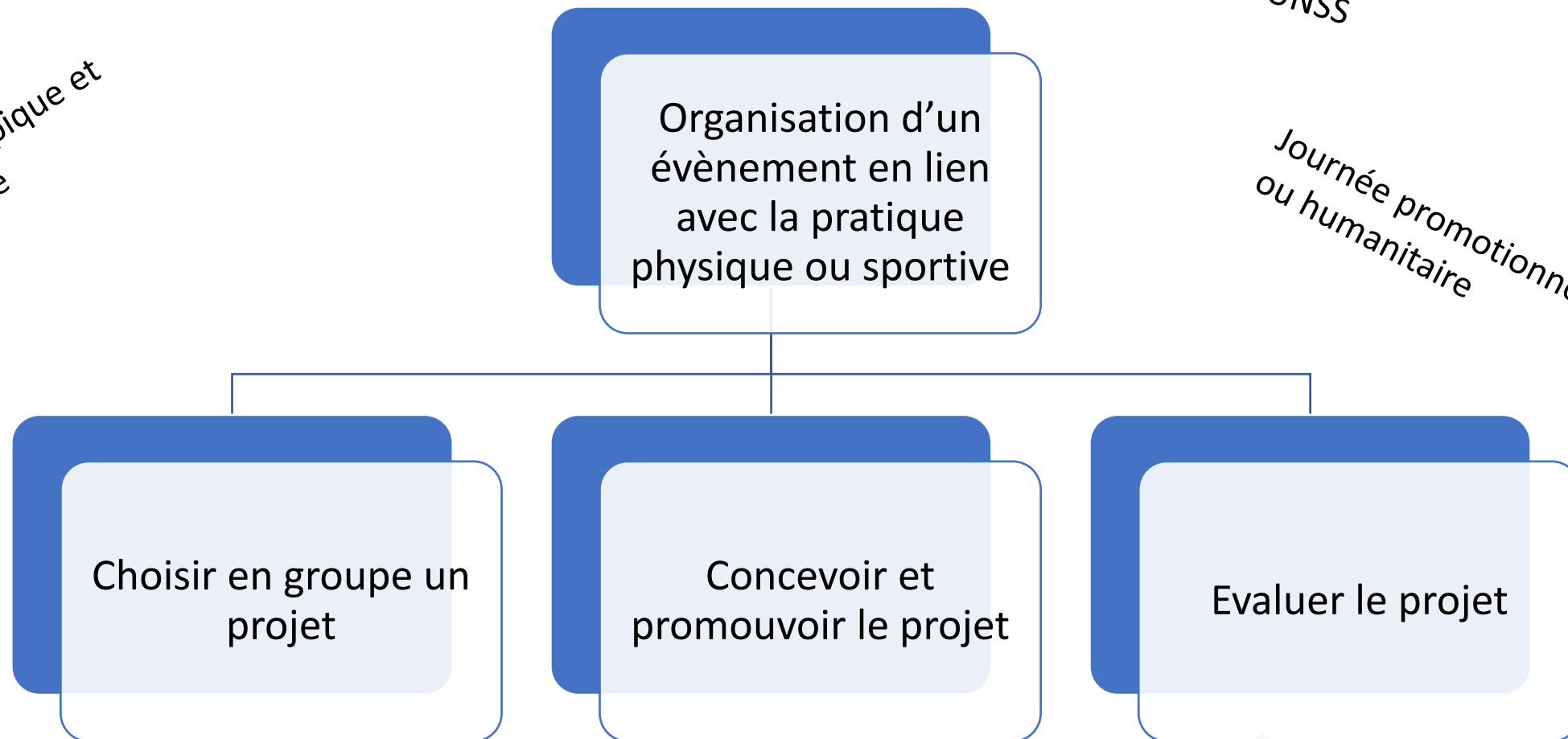
PROJETS

Spectacle artistique

Action de l'association sportive, rencontre UNSS

Semaine olympique et paralympique

Journée promotionnelle ou humanitaire



Evaluation Première

Théorie

- **Dissertation, exposé, dossier, oraux (groupe et seul) *en CC***
- Carnets de bord et projet d'organisation de manifestation sportive.

Pratique

- **3 épreuves en CC** et carnet de bord.
- Si arrêt en fin de 1^{ère} : CC moyenne des 3 trimestres coef 8.

En classe de Terminale

- 2h par semaine
- 3 activités sur l'année

PRATIQUE



- 4h par semaine
- Préparation à la dissertation et l'étude de document
- Pratique physique dans le monde contemporain
- Technologie des APSA

THEORIE



- Intervention pédagogique auprès d'un groupe d'élèves
- Mise en situation pédagogique

PROJETS



PRATIQUE



Découverte et
approfondissement de 3
activités différentes



Une activité d'entretien



Une activité d'opposition



Une activité de pleine nature

La pratique physique dans le monde contemporain

Les différentes formes de pratique physique

Le sport olympique et paralympique

Le monde associatif sportif en France

Les enjeux du sport (géopolitique, économique, environnement)

Les dérives liées au sport (violences, dopage)

La place des femmes dans le sport

Le sport adapté

Technologie des APSA

Analyser une prestation

- Identifier un niveau de performance et commenter
- Identifier des pistes d'amélioration
- Exploiter les apports des outils numériques

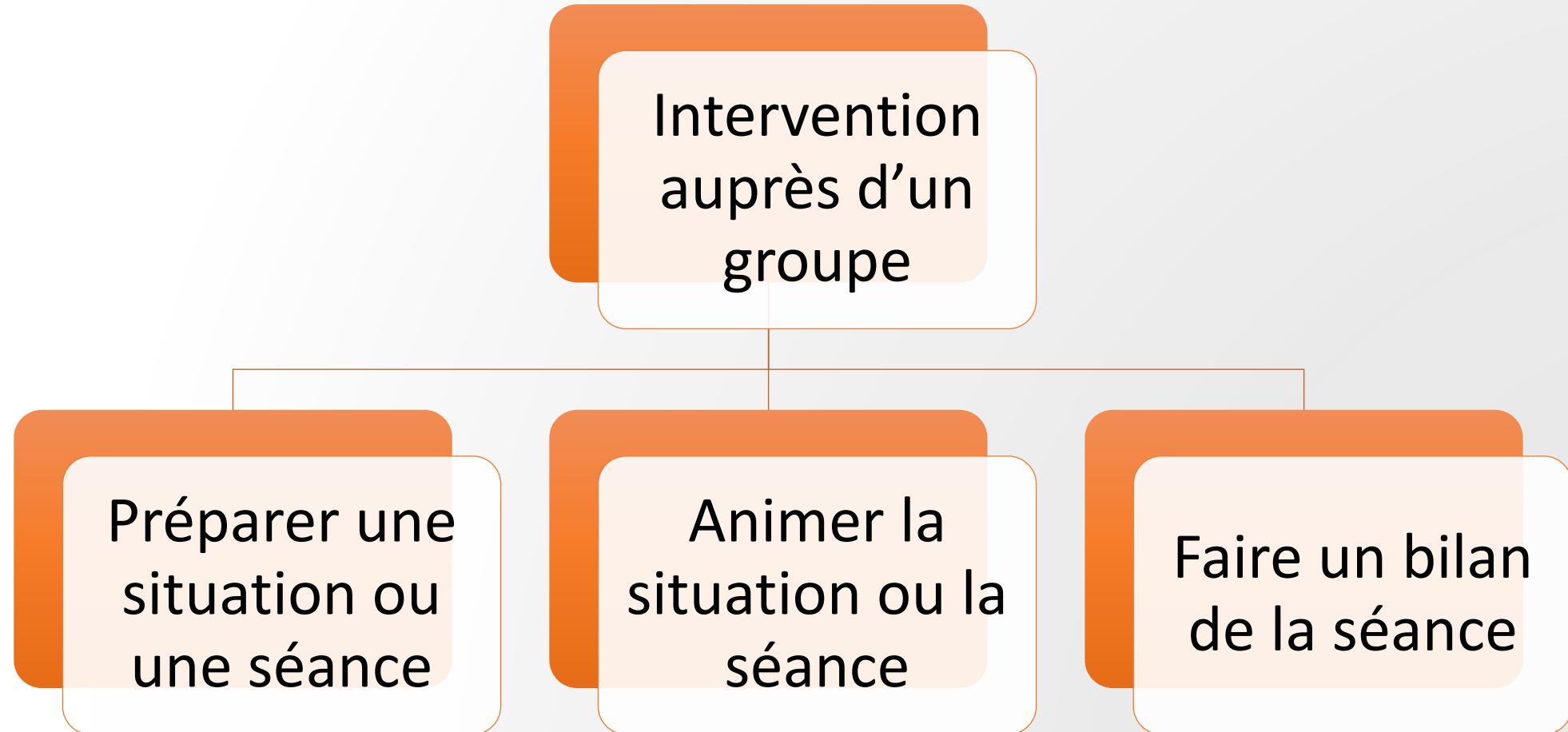
Caractéristiques technico-tactiques d'une APSA

- Biomécanique
- Techniques et principes d'efficacité
- Principes tactiques
- Articulation technique/tactique

Evolution d'une APSA

- Origine et étapes
- Emergence de nouvelles formes de pratique
- Apports des nouvelles technologie et des matériaux
- Influence de l'évolution des règles

PROJETS



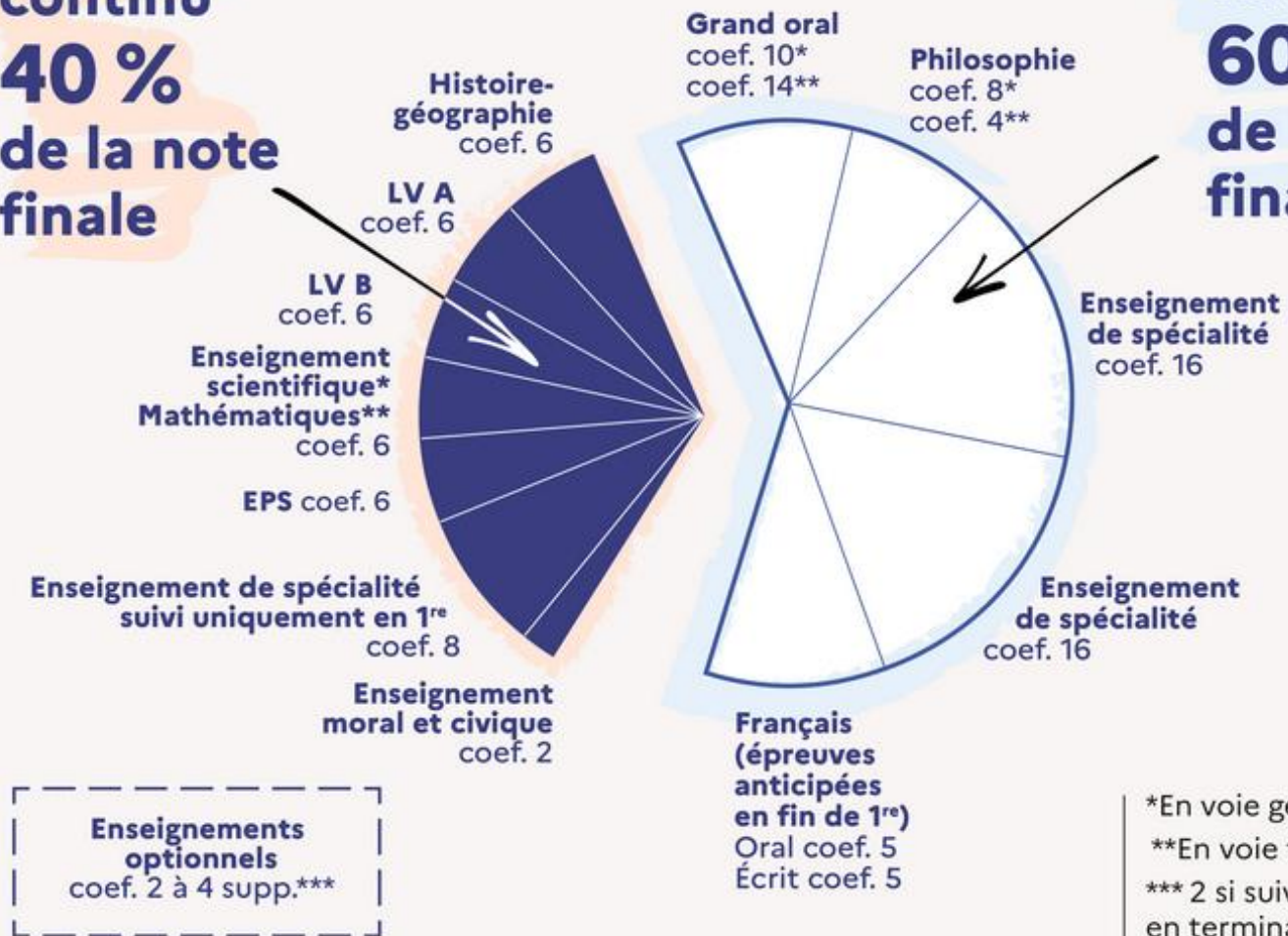
Evaluation en Terminale (coefficient 16)

Une épreuve écrite de 3h30 afin d'apprécier des compétences d'analyse, d'argumentation, de rédaction, d'illustration

Une épreuve orale organisée en deux parties :

- une première partie pratique pour apprécier le niveau de performance dans les activités physiques,
- une deuxième partie s'appuyant sur le commentaire d'un enregistrement audiovisuel d'une prestation physique du candidat afin d'apprécier sa capacité à porter un regard réflexif sur sa pratique et à l'éclairer par des connaissances théoriques

Contrôle continu
40 %
de la note finale



Contrôle terminal
60 %
de la note finale

Enseignements optionnels
coef. 2 à 4 sup.***

*En voie générale
**En voie technologique
*** 2 si suivi uniquement en terminale, 4 si suivi en 1^{re} et terminale

MENJS - Septembre 2021

Débouchés et combinaisons possibles

- ***Métiers de l'enseignement, de l'entraînement sportif, du coaching*** : SVT / Physique chimie / Mathématiques
- ***Métiers de la communication et de l'évènementiel sportif*** : SES / Histoire géographie, géopolitique et sciences politiques / Langue, littérature et cultures étrangères
- ***Métiers de la gestion, du digital, du management sportif*** : SES / Langue, littérature et cultures étrangères / Numérique et sciences informatiques
- ***Métiers de la santé et du bien-être*** : SVT / Physique chimie / Mathématiques
- ***Métiers de la protection des personnes, de la sécurité, du secours*** : SVT / SES
- ***Métiers de la fabrication, de la conception sportive*** : Sciences de l'ingénieur / Physique chimie

▶ SECTEUR MANAGEMENT SPORTIF (concours de la fonction publique territoriale)

B.HINGRAND, directeur d'équipements sportifs (piscine), témoigne d'une convergence entre ses responsabilités et les compétences développées dans l'enseignement de spécialité EPPCS. En effet, son métier implique de « différencier et éprouver les aspirations des publics (performance, santé, loisirs, âges), d'analyser, évaluer, argumenter, convaincre, s'inscrire dans une démarche de projet, de communiquer (attitudes, éloquence, outils de présentation numérique) et de gérer la dimension collective des équipes ».

▶ SECTEUR SECOURS-PROTECTION DES PERSONNES :

« La spécialité EPPCS permet d'acquérir de réelles compétences pour le concours de sapeur-pompier professionnel et la formation des futurs équipiers: la pratique intense d'activités physiques pour la condition physique, la connaissance du corps humain pour les diagnostics, le travail en équipe pour les interventions sont autant d'atouts pour devenir un équipier réactif, lucide et efficace ».

O.COMYN, sergent-chef sapeur-pompier professionnel

▶ SECTEUR STAPS :

« Les compétences acquises dans l'enseignement de spécialité EPPCS seront un réel atout. En effet, les cursus proposés aux étudiants sont exigeants pour l'acquisition de connaissances scientifiques et technologiques pluridisciplinaires centrées sur le mouvement humain. De même, la pratique d'activités physiques sportives et artistique, très présente dans la formation, dépasse la simple performance sportive pour devenir un objet d'études complexe. »

M.SCHWARTZ-MÉREY Directrice Faculté des Sciences du sport de Nancy Université de Lorraine

▶ SECTEUR COMMERCE :

Pour ICN, l'intérêt est de bénéficier de candidats connaissant la valeur de l'effort et la pratique du travail en équipe. « Les futurs bons managers se retrouvent le plus souvent parmi les étudiants pour qui les activités sportives représentent une part importante de leur vécu. »

B.HARTER, ICN Business School

Merci pour votre
attention

Pour plus
d'informations,
contactez M. Long à
[guillaume.long@ac-
orleans-tours.fr](mailto:guillaume.long@ac-orleans-tours.fr)

