

Les programmes en EPS

La notion de matrice disciplinaire et la cohérence des programmes



La matrice disciplinaire s'articule autour de :

1 finalité disciplinaire commune à l'enseignement de l'EPS au collège, au lycée et au lycée professionnel

L'EPS a pour finalité de former par la pratique scolaire des Activités Physiques Sportives et Artistiques un citoyen, cultivé, lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué.

3 Objectifs :

Par la pratique scolaire des activités physiques, sportives et artistiques, l'E.P.S. vise pour tous les élèves, les objectifs suivants en les articulant :

- Le développement et la mobilisation des ressources individuelles favorisant l'enrichissement de la motricité pour gagner en aisance et en efficacité.
- L'éducation à la santé et à la gestion de la vie physique et sociale.
- L'accès au patrimoine de la culture physique et sportive, par la pratique d'une forme scolaire des APSA, associée à une approche réfléchie des pratiques sociales et des valeurs qu'elles véhiculent

Au cœur de cette matrice disciplinaire, l'enseignement de l'EPS permet l'acquisition de deux types de compétences :

LES COMPETENCES PROPRES (CP)

Révélat principalement d'une adaptation motrice efficace de l'élève confronté aux grandes catégories d'expériences les plus représentatives du champ culturel des APSA :

4 Compétences propres en collège

CP1 : Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée

CP2 : Se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains

CP3 : Réaliser une prestation corporelle à visée artistique ou acrobatique

CP4 : Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif

Auxquelles s'ajoute 1 compétence propre en Lycée général technologique et professionnel :

CP5 : réaliser et orienter son activité physique en vue du développement et de l'entretien de soi.

Les Compétences méthodologiques et sociales (CMS) :

Révélatant principalement l'appropriation d'outils, de méthodes, de savoirs et de savoir être nécessaires aux pratiques et aux apprentissages dans le respect des règles et des rapports humains.

CMS au Collège	CMS aux Lycées
<p align="center">CMS 1</p> <p>Agir dans le respect de soi, des autres et de l'environnement par l'appropriation de règles.</p>	<p align="center">CMS 2</p> <p>Respecter les règles de vie collective et assumer les différents rôles liés à l'activité :</p> <p align="center">-Juger, arbitrer, aider, parer, observer, apprécier, entraîner</p>
<p align="center">CMS 2</p> <p>Organiser et assumer des rôles sociaux et des responsabilités par la gestion et l'organisation des pratiques et des apprentissages :</p> <p align="center">-Installer, utiliser, ranger le matériel, recueillir des informations, travailler en équipe et s'entraider.</p>	<p align="center">CMS 3</p> <p>Savoir utiliser différentes démarches pour apprendre à agir efficacement :</p> <p align="center">-Observer, identifier, analyser, apprécier les effets de l'activité, évaluer la réussite et l'échec, concevoir des projets.</p>
<p align="center">CMS 4</p> <p>Se connaître, se préparer, se préserver par la régulation et la gestion de ses ressources et de son engagement en sachant :</p> <p align="center">-S'échauffer, récupérer d'un effort, identifier les facteurs de risque, prendre en compte ses potentialités, prendre des décisions adaptées, maîtriser ses émotions, apprécier les effets de l'activité physique sur le corps humain, s'approprier des principes de santé et d'hygiène de vie.</p>	<p align="center">CMS 1</p> <p>S'engager lucidement dans la pratique :</p> <p align="center">-Se préparer à l'effort, connaître ses limites, connaître et maîtriser les risques, se préserver des traumatismes, récupérer, apprécier les effets de l'activité physique sur soi ...</p>