

Enseignement de Spécialité

Education Physique, Pratiques et Culture Sportives



Objectifs

- **S'engager individuellement et collectivement** pour atteindre son plus haut niveau de performance dans des pratiques physiques, sportives et artistiques
- **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.

L'EPPCS pour qui ?

Pour les lycéens de première générale ayant une réelle appétence pour les activités physiques, sportives et artistiques (APSA) dans leurs dimensions pratiques, sociales et culturelles.

1 groupe de 25 à 35 élèves, en respectant autant que possible la mixité

Qualités nécessaires pour prétendre réussir dans cette enseignement de spécialité :

- ❖ Être très intéressé(e) par la pratique des différentes APSA et souhaiter autant **découvrir** que **progresser**
- ❖ Être **curieux** et réflexifs quant aux problématiques sociétales en lien avec le monde du sport
- ❖ Vouloir **s'investir** pleinement dans des activités de groupe et des projets .

L'EPPCS après le Bac

Pour avoir une vue d'ensemble, approfondie et éclairée des parcours professionnels inhérents aux activités physiques et sportives

Cet enseignement de spécialité offre des perspectives de parcours d'études et d'insertion professionnelle dans de nombreux secteurs :

- ❖ les métiers de la santé et du bien-être,
- ❖ l'enseignement,
- ❖ l'entraînement et la performance,
- ❖ la gestion,
- ❖ la communication,
- ❖ le secteur événementiel,
- ❖ la recherche,
- ❖ la sécurité.

Au terme d'études courtes (BPIEPS ou DEUST) ou plus longues (STAPS notamment)

Des études courtes

Sous l'égide du ministère en charge des Sports

- Le **BPJEPS** permet d'exercer les métiers d'animateur, de moniteur ou d'éducateur sportif.
- Le **DEJEPS** permet d'intervenir en tant que coordinateurs auprès de différents publics dans divers milieux professionnels (associations, structures sociales...).
- Le **DESJEPS** (Diplôme d'État Supérieur de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport) forme des directeurs d'associations, de clubs sportifs ou des entraîneurs de haut niveau.

Au sein de l'Université :

- **DEUST** (2 ans) et de nombreuses licences professionnelles (en 1 an après un bac + 2) permettent d'acquérir des compétences spécifiques dans le domaine des activités physiques et sportives.

Des études longues

Au sein de l'Université : la filière **STAPS**

Au programme : théorie et pratique des APS (sciences de la vie, biologie, anatomie, physiologie, sciences de l'homme et de la société.

5 parcours différents :

- Activités physiques adaptées et santé
- Éducation et motricité
- Management du sport
- Entraînement sportif
- Ergonomie du sport et performance motrice

Important : la pratique sportive ne représente qu'un tiers à un quart du programme.

Après la licence, il est possible de poursuivre ses études en master et doctorat.

Les débouchés sont variés : **management, loisirs, santé, tourisme, enseignement, etc.**

Développer des compétences

Pratiquer

Développer des compétences dans plusieurs activités physiques, sportives et artistiques

Analyser

Développer son regard critique en mettant en relation les données théoriques et les pratiques physiques

Organiser

Développer des compétences plus larges par la conception et la mise en œuvre de projets

Les horaires

❖ 4 heures en première

❖ 6 heures en terminale

65% du temps sera centré sur la pratique physique

35% du temps sera consacré aux apports théoriques et à la mise en œuvre de projets

La théorie sera toujours en lien avec la pratique réelle des élèves -> analyse des données physiologiques lors de la pratique du demi-fond par exemple.

1 - Les apports pratiques

Pour perfectionner ses capacités motrices

❖ 3 activités physiques en première

1/2 Fond - Sport Co Petit-Terrain
Course d'Orientation

❖ 6 activités physiques en terminale

Préparation Physique - Kayak ou Natation
Danse - Rugby - Badminton - Escalade

Les élèves seront amenés à atteindre une efficacité maximale dans les activités proposées et donc supérieure à celle attendue dans le tronc commun EPS

2 - Les apports théoriques

Pour enrichir sa culture sportive

En classe de Première

3 thématiques

- ❖ Les métiers du sport et du corps humain
- ❖ La pratique physique et la santé
- ❖ Les technologies des APSA

- Les différents secteurs professionnels et les différents métiers liés au domaine du sport et du corps
- Les compétences et les qualifications professionnelles associées

- Les incidences de l'activité physique sur la santé, sur les dimensions psychologiques de la personne et sur ses relations sociales
- Le sport pour améliorer et préserver la santé

- Caractériser un niveau de performance dans une APSA et décrire une prestation physique

3 - Les apports théoriques

Pour enrichir sa culture sportive

En classe de Terminale

2 thématiques

❖ **Les enjeux de la pratique physique dans le monde contemporain**

❖ **Les technologies des APSA**

- Les différentes formes de la pratique physique
- Le sport olympique et paralympique
- Structure du monde associatif sportif en France
- Les enjeux éthiques et économiques du sport
- Les enjeux environnementaux des pratiques physiques

- Evolution d'une APSA au fil du temps
- Les caractéristiques technico-tactiques d'une APSA
- Analyser une prestation physique et un niveau de performance dans une APSA

4 - Les projets

Pour développer des compétences plus larges et utiles dans plusieurs métiers

En classe de Première

- Concevoir, organiser et promouvoir collectivement un projet/événement en lien avec la pratique physique.

Rencontre UNSS, journées caritatives, parcours du cœur, semaine du sport, compétition inter-établissement, journée olympique...

- Dresser un bilan argumenté après la réalisation de ce projet.

En classe de Terminale

- Expérimenter le travail et la posture d'animateur sportif par la conduite d'exercices ou de séances dans une APSA, à destination d'un groupe d'élèves plus ou moins important.
- Ces mises en situation invitent à prendre la parole devant un groupe et à communiquer pour présenter, animer, accompagner un travail à réaliser.

L'évaluation

• L'évaluation continue

En classe de première et terminale

- 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'engagement 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.

• Préparation aux épreuves de l'examen terminal

En classe de terminale

Evaluation nationale dans le cadre des épreuves terminales du baccalauréat :

- Une épreuve écrite de 3h30 (2 sujets : *dissertation + commentaire de documents*)
- Une épreuve oral basée sur l'enregistrement vidéo d'une performance sportive du candidat

Il s'agira donc de :

- (écrit) Composer sur un sujet général de culture sportive en relation avec la thématique du programme de la classe terminale « Enjeu de la pratique sportive dans le monde contemporain »,
- (écrit) Analyser et commenter des documents de diverses natures (textes littéraires, articles de presse, photographies, vidéos, données chiffrées),
- (oral) Analyser et commenter un enregistrement audiovisuels d'une prestation physique du candidat, laquelle sera ensuite le point d'appuis d'un questionnement plus approfondi de la part du jury.

S'engager au sein de l'AS

Pour agir et enrichir son dossier ParcoursSup

Les attendus des filières sportives Post-bac prennent aujourd'hui pleinement en compte l'implication des élèves dans la vie de l'association sportive.

Sans être obligatoire, nous recommandons fortement cette implication, qui en plus d'enrichir le dossier ParcoursSup permet **la responsabilisation**, favorise **l'autonomie** et **la prise d'initiative**.

Les chemins pour s'engager dans la vie de l'association sportive sont nombreux et permettent à chacun d'exprimer son potentiel :

- **organisation des rencontres et des compétitions,**
- **participer à ces compétitions,**
- **arbitrer ces rencontres et obtenir la certification de Jeune Officiel,**
- **coacher/manager une équipe,**
- **réaliser un reportage (écrit/photos),**
- **gérer le compte Twitter de l'association,**
- **tenir un rôle dans le bureau directeur.**

Organiser
Pratiquer
Arbitrer
Coacher
Rendre compte