

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Les compétences et activités de cette année
issues des programmes officiels de 2016

L'éducation physique et sportive développe l'accès à un riche champ de pratiques, à forte implication culturelle et sociale, importantes dans le développement de la vie personnelle et collective de l'individu. Elle forme un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre-ensemble. Elle amène les enfants et les adolescents à rechercher le bien-être et à se soucier de leur santé. Elle assure l'inclusion, dans la classe, des élèves à besoins éducatifs particuliers ou en situation de handicap. Elle initie au plaisir de la pratique sportive.

Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée

- Activités athlétiques : courir vite, courir longtemps, courir en franchissant des obstacles, courir en relais, sauter loin, sauter haut, lancer loin (rencontre annuelle).

Adapter ses déplacements à des environnements variés

- Randonnée.
- Activités de rouler et glisse : réaliser un parcours d'actions diverses en ski.
- Activités d'orientation : retrouver plusieurs balises dans un espace semi-naturel en s'aidant d'une carte.

S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique

- Activités gymniques : construire et réaliser un enchaînement de quatre ou cinq éléments « acrobatiques ».
- Acrosport.

Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel

- Jeux de lutte : amener son adversaire au sol pour l'immobiliser.
- Jeux de raquettes : marquer des points dans un match à deux.
- Jeux sportifs collectifs (type handball, football, rugby...) : coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires, en respectant des règles, en assurant des rôles différents (attaquant, défenseur, arbitre).

Nota Bene : une grande partie de l'enseignement de l'E.P.S. se fait en anglais !