The page features a decorative graphic consisting of three blue circles of varying sizes and two thin blue lines. One large circle is at the top center, a smaller one is below it, and another large circle is at the bottom right. Two thin blue lines intersect to form a large 'V' shape that frames the central text.

PROJET PEDAGOGIQUE EPS

Lycée Henri Matisse - Cugnaux

PREAMBULE

Ce projet pédagogique est le fruit de la réflexion de notre équipe pour être le plus proche possible de nos élèves mais aussi des nouvelles orientations de notre discipline. Notre projet définit un certain nombre d'objectifs qui forment l'ADN de l'enseignement de l'EPS au lycée Henri Matisse de Cugnaux. Cet enseignement se veut plus attentif à ce qui est acquis qu'à ce qui est théoriquement enseigné. Les élèves devraient être ainsi incités à s'intéresser à leurs progrès et leurs acquis, et à travailler en ce sens, plus qu'en référence aux seuls résultats chiffrés.

Ce travail collectif au lycée s'inscrit dans une volonté de placer l'élève et tous les élèves dans un parcours de formation plus global. La formation dispensée au collège, commune à tous les élèves, constitue une culture partagée sur laquelle les enseignements du lycée, dès la classe de seconde, s'ancrent et se développent. Au cours de l'année de seconde, compte tenu de la diversité des parcours de formation au collège et de l'hétérogénéité des publics scolaires, les élèves doivent être engagés dans un processus de création artistique. Au cycle terminal, l'enseignement en classe de première et terminale s'appuie sur les compétences construites en classe de seconde. Il les enrichit afin d'atteindre les attendus de fin de lycée.

Le projet pédagogique est un outil collectif de travail qui alimente au quotidien, réflexions, prises de décisions et mise en œuvre, il assure la cohérence du parcours de formation des élèves. Ce document ne constituera donc pas un objet inerte, mais sera amené à évoluer au cours des prochaines années pour coller au plus près, à la réalité de notre établissement, aux besoins de nos élèves et aux attentes de notre discipline. Cela s'intègre dans une vision globale qui consiste à former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre ensemble.

SOMMAIRE

I - PRESENTATION DU LYCEE HENRI MATISSE	p 4
1-1-Présentation générale.....	p 4
1-2-La structure.....	p 4
1-3-Les indices statistiques.....	p 4
1-4- Caractérisation des élèves du lycée.....	p 5
En conclusion.....	p 6
II - L'EPS AU LYCEE HENRI MATISSE	p 7
2-1- Les ressources humaines.....	p 7
2-2- Les ressources matérielles.....	p 7
En conclusion.....	p 9
III - LE PROJET EPS	p 10
3.1 Pourquoi un projet pédagogique en EPS et pour l'A.S.....	p 11
3.2 Les enjeux d'apprentissage et les AFL	p 12
3.3 Fonctionnement de l'EPS	p 13
3.4 Projet EPS et opérationnalisation	p 15
3.5 Objectifs visés	p 18
IV – ORGANISATION ET FONCTIONNEMENT	p 20
4.1 Règles de fonctionnement de l'EPS	p 20
4.2 Programmation des APSA et emploi du temps	p 21

PRESENTATION DU LYCEE HENRI MATISSE DE CUGNAUX

1.1 Présentation générale

Le lycée Henri Matisse a été implanté au sud-ouest de l'agglomération toulousaine dans une zone péri-urbaine. Il accueille actuellement 1350 élèves.

1.2 La structure

L'établissement conçu pour 1200 élèves a été achevé en septembre 1991. Les locaux neufs sont clairs, les circulations sont vastes, le cadre de vie très accueillant et maintenu dans un parfait état par les utilisateurs et le personnel d'entretien.

La rentrée scolaire 2022/2023 compte une augmentation des effectifs par rapport à l'année précédente (deux classes supplémentaires en seconde cette année) . Cela nous amène à reconduire notre projet en fonction du rapport : nombre d'élèves / installations sportives, en faisant le choix de trois secondes maximum par créneaux horaires pour répondre aux exigences de faisabilité de notre projet pédagogique.

L'établissement comporte :

- 15 classes de secondes
- 11 classes de premières
- 12 classes de terminale
- 1^{ère} et 2^{ème} année de BTS Action Commerciale
- 1^{ère} et 2^{ème} année de BTS immobilier
- 1^{ère} et 2^{ème} année de BTS SIO (les sections BTS ne font pas d'EPS).

1.3 Les indices statistiques

Les élèves sont issus des collèges suivants :

- collège de Cugnaux
- collège de Frouzins
- collège de Portet sur Garonne
- collège de Saint Lys (pour les séries STMG)
- collège de Villeneuve-Tolosane

Du fait de l'étendue géographique, les élèves, pour une grande majorité viennent au lycée avec le ramassage scolaire dont ils dépendent.

Même si les catégories socioprofessionnelles sont essentiellement composées de cadres moyens et d'ouvriers spécialisés, avec un très faible pourcentage d'immigrés, il convient toutefois de noter une hétérogénéité croissante de la population (famille monoparentale, chômage ...) du fait de la massification de l'entrée au lycée (80 % d'une classe d'âge au baccalauréat). Ce constat nous a amenés à mettre en place des contenus d'enseignement adaptés aux différents types de classes et d'élèves. L'aspect "éducation" prend une place de plus en plus importante et se traduit en termes d'objectifs à moyen et long terme (année et cursus scolaire).

1.4 Caractérisation des lycéens et transformations visées

	MOTEUR	METHODOLOGIQUE	SOCIAL	AUTRE
CONSTAT SECONDE	<i>Niveau très hétérogène Majorité de débutants et débrouillés dans chaque activité</i>	<i>Autonomie : consommateur, suiveur, pas de prise d'initiative</i>	<i>Cherche sa place dans le groupe classe, dans le lycée. Problème d'identité individuelle.</i>	<i>Notion d'effort faible. Élèves en manque de motivation et d'intérêt.</i>
TRANSFORMATIONS SECONDE	Améliorer les compétences motrices dans toutes les activités pratiquées. Objectif <u>zéro débutant</u>	Acquisition de routines et mise en activité autonome sur certaines parties de la séance	Classe organisée et cohésion au sein d'un groupe ou d'une équipe	Proposer des situations fil rouge (repères spatiaux). Répéter les exercices, se dépasser dans différents domaines (physique, social, affectif...)
CONSTAT CYCLE TERMINAL	<i>Baisse des capacités physiques pour une bonne partie</i>	<i>Hétérogénéité des profils, prise d'initiative irrégulière en fonction des activités ou des élèves</i>	<i>Peu de prise en charge des différents rôles sociaux au sein de groupes</i>	<i>Hétérogénéité des profils, effort variable et irrégulier en fonction des activités et des élèves</i>
TRANSFORMATIONS CYCLE TERMINAL	Stabiliser les compétences motrices acquises en fin de seconde. Objectif <u>confirmé</u> dans les activités du menu choisi	Routines d'échauffement générale et autonomie de l'échauffement spécifique	Prendre en charge des responsabilités au sein d'un groupe : juges, coach, observateur	Gestion de l'effort de façon adaptée à ses capacités (répétition, intensité, fréquence)

EN CONCLUSION

Nos élèves sont issus en partie de milieux sociaux variés ce qui créent une hétérogénéité dans nos classes de seconde. Le manque de confiance en soi est par contre une constante chez la majorité d'entre eux surtout à l'entrée en seconde.

Nos élèves manquent de méthodes et d'autonomie dans le travail et les situations de mise en autonomie sont complexes à mettre en place car de nombreux élèves ont besoin d'un cadre pour pouvoir s'investir. Une grande disparité existe dans la compréhension et la mise en œuvre des valeurs éducatives générales : respect de la règle et du droit, respect des autres (voire de soi-même), prise de recul et réflexion, prise d'initiative et sens de l'engagement.

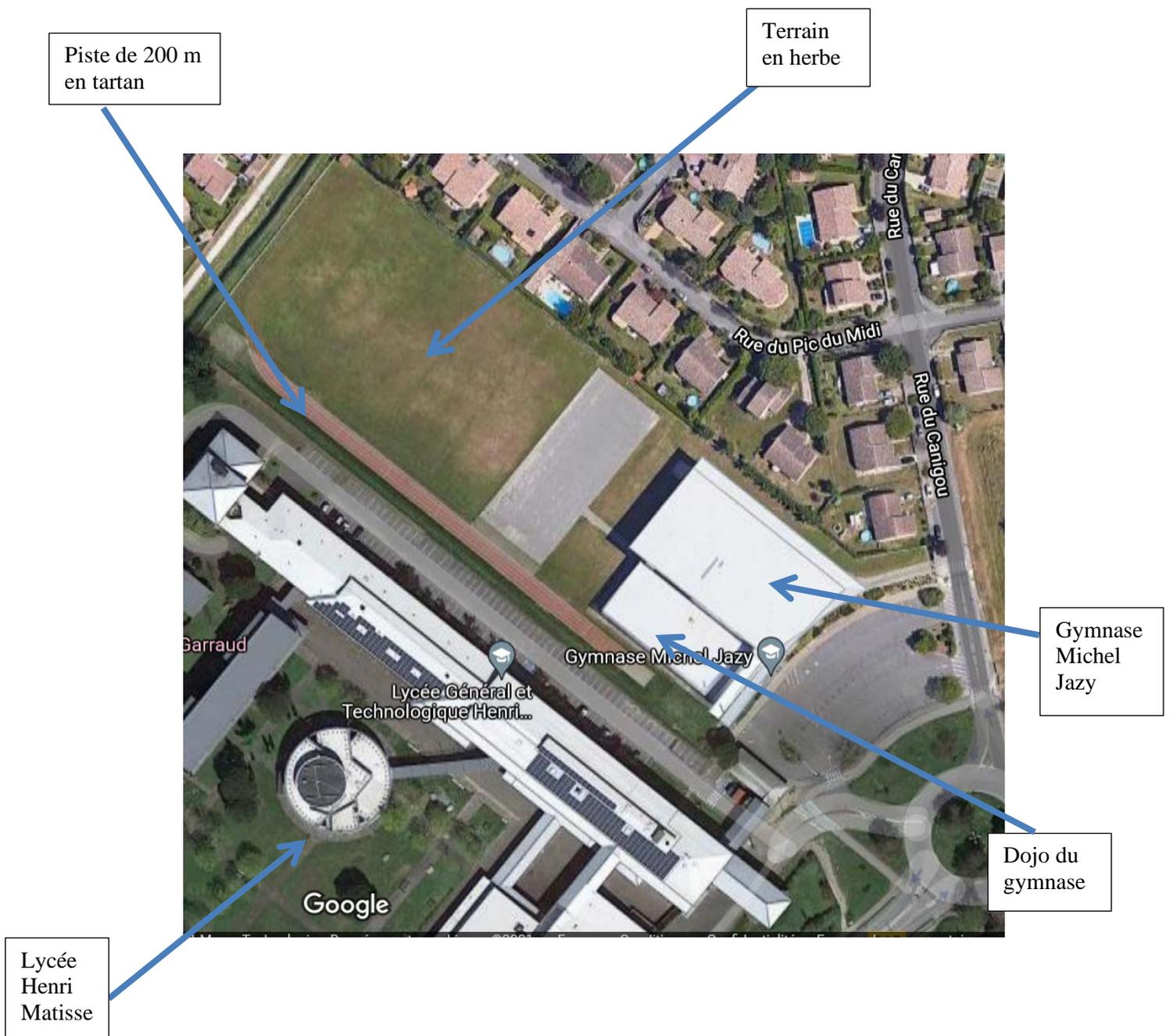
L'école au sens large est conçue comme un passage obligé et une contrainte plus qu'un espace de développement personnel. Cet état de fait ne permet pas aux élèves de s'inscrire dans une logique de parcours de formation.

2.1 Les ressources humaines

Il existe à ce jour 4 postes de titulaires : 2 femmes et 2 hommes qui exercent à temps complet, un stagiaire temps plein.
Ces enseignants sont impliqués dans la vie du lycée tant au niveau éducatif (professeurs principaux de seconde, participation aux instances de l'établissement ainsi qu'à tous les projets de l'établissement...) qu'au niveau associatif par le biais d'une Association Sportive qui brasse chaque année un grand nombre d'élève de tous les niveaux (plus de 200 licenciés cette année soit 50 de plus que l'année précédente).
Enfin, ils sont impliqués également dans le tissu associatif local en tant que dirigeants, entraîneurs, pratiquants... L'ambiance de travail est agréable et le travail en équipe est réel. La discipline possède du matériel pédagogique de bonne qualité en quantité largement suffisante, et entretenu.

2.2 Les ressources matérielles

A - Les installations sportives du lycée



1 piste de 200m en tartan

1 piste abritée de 50m + sautoir

1 terrain en herbe + stabilisé

1 sautoir de saut en longueur

1 gymnase de type B et un local de rangement

4 vestiaires

Dojo

Salle de musculation et agrès

CONCLUSION

Notre discipline possède des ressources humaines stables qui travaillent ensemble dans une ambiance agréable. Le travail en équipe est réel. Il se juge à l'aune d'une quantité et une qualité de matériels suffisants pour travailler dans des conditions plus que satisfaisantes. Il se juge aussi au présent document qui s'élabore en concertation avec l'ensemble des enseignants de la discipline. Enfin ce travail collectif se voit aussi à la place centrale qu'occupe notre discipline dans les projets de l'établissement.

Nous bénéficions d'installations sportives variées, nombreuses et suffisantes pour mettre en place un projet ambitieux permettant la réussite de tous nos élèves et de chacun d'entre eux. Nos partenaires, qu'ils soient municipaux, ou encore l'administration et les agents du lycée, nous facilitent la tâche et rendent notre quotidien au travail le plus agréable possible.

Notre discipline sait tout ce qu'elle doit à l'ensemble des partenaires qui l'entourent et fait en sorte de transformer tout cela en un investissement permanent pour la réussite de tous les élèves dont elle a la charge. Le projet pédagogique présente une programmation exigeante, équilibrée et suffisamment diversifiée qui nous l'espérons permettra aux filles comme aux garçons de réussir en EPS au lycée Henri Matisse de Cugnaux.

3.1 Pourquoi un projet pédagogique en EPS et pour l'A.S. ?

Pour un enseignement plus efficace en proposant un parcours de formation cohérent dans lequel les apprentissages s'inscrivent dans une continuité.

COMMENT ?

En partageant, au sein d'une équipe pédagogique, une ambition commune.

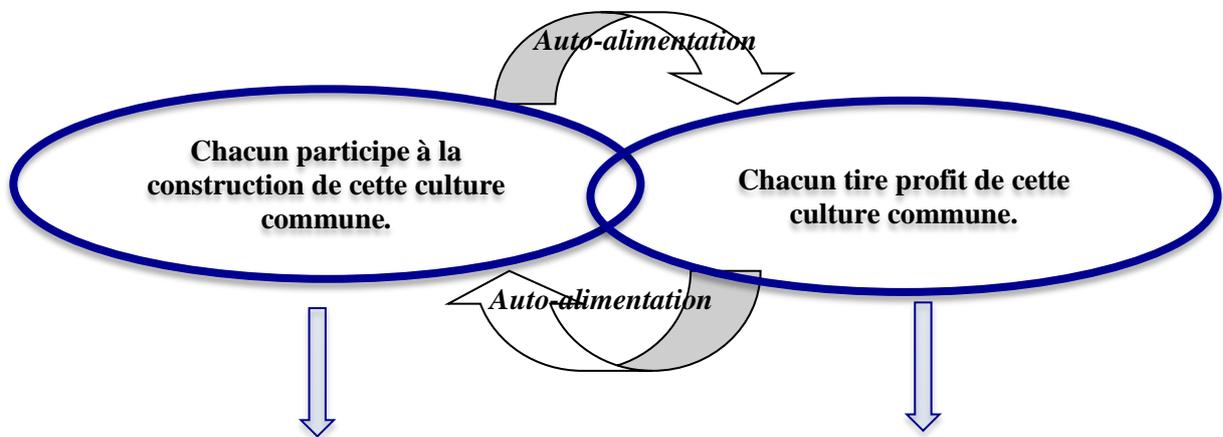
COMMENT ?

En prenant conscience de l'intérêt et de l'utilité d'une culture partagée qui donne du sens à l'action collective.

COMMENT ?

*En faisant en sorte que chacun puise sa légitimité dans le collectif, lui-même reflétant la synergie des actions individuelles.
« L'ensemble devant être bien plus riche que la somme des parties. »*

COMMENT ?



« Qu'est-ce que j'ai à « gagner » à partager une culture commune, c'est-à-dire, à œuvrer individuellement dans le sens d'un collectif et pour un collectif. »

Développement du sentiment d'appartenance à un collectif, à travers la participation à la construction d'un socle lisible et visible de tous sur l'ensemble de la scolarité, synonyme d'identité partagée, d'unité, de cohésion et de cohérence.

Développement de sa propre identité professionnelle à travers son image, sa posture, son autonomie d'enseignant, ce qui ne signifie pas son indépendance de fonctionnement.

Facilite son action d'enseignant en lui donnant du sens.

3.2 Les enjeux d'apprentissage

Enjeux d'apprentissage pour les élèves

→ Optimiser le progrès et la réussite des élèves.

Enjeux d'enseignement pour l'équipe pédagogique

→ L'instauration d'un cadre de fonctionnement commun facilite la mise en œuvre de l'enseignement de chacun et renforce la portée éducative, (« confort pédagogique »), par un effet de complémentarité et de supplémentarité.

- Méthodes de travail.
- Degrés d'exigence des compétences enseignées par niveaux de classe.
- Référentiels d'évaluation.

3 Enjeux

Enjeux de légitimité pour la discipline au sein de la communauté éducative

→ Asseoir une reconnaissance et une crédibilité de l'E.P.S., au regard de sa portée éducative et de son utilité sociale, en contribuant à la politique de l'établissement dans sa mission de service public.

Pour développer ces compétences générales, l'éducation physique et sportive propose à tous les élèves, de l'école au collège, un parcours de formation constitué de quatre champs d'apprentissage complémentaires qui déclinent chacun d'entre eux des attendus de fin de lycée.

	CHAMP D'APPRENTISSAGE N°1	CHAMP D'APPRENTISSAGE N°2	CHAMP D'APPRENTISSAGE N°3	CHAMP D'APPRENTISSAGE N°4	CHAMP D'APPRENTISSAGE N°5
	<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 et orienter son activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir</i>
<i>Attendus de Fin de Lycée</i> AFL	<ul style="list-style-type: none"> - S'engager pour produire une performance maximale à l'aide de techniques efficaces, en gérant les efforts musculaires et respiratoires nécessaires et en faisant le meilleur compromis entre l'accroissement de vitesse d'exécution et de précision. - S'entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance. - Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire. 	<ul style="list-style-type: none"> - S'engager à l'aide d'une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain. - S'entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficiente et en toute sécurité. - Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité. 	<ul style="list-style-type: none"> - S'engager pour composer et réaliser un enchaînement à visée esthétique ou acrobatique destiné à être jugé, en combinant des formes corporelles codifiées. - S'engager pour composer et interpréter une chorégraphie collective selon un projet artistique en mobilisant une motricité expressive et des procédés de composition. - Se préparer et s'engager, individuellement et collectivement, pour s'exprimer devant un public et susciter des émotions. - Choisir et assumer des rôles au service de la prestation collective. 	<ul style="list-style-type: none"> - S'engager pour gagner une rencontre en faisant des choix techniques et tactiques pertinents au regard de l'analyse du rapport de force. - Se préparer et s'entraîner, individuellement ou collectivement, pour conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel. - Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire. 	<ul style="list-style-type: none"> - S'engager pour obtenir les effets recherchés selon son projet personnel, en faisant des choix de paramètres d'entraînement cohérents avec le thème retenu. - S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir en fonction des effets recherchés. - Coopérer pour faire progresser.
<i>Éléments prioritaires pour atteindre ces AFL</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Accroître son efficacité motrice par l'acquisition de techniques efficaces et la coordination des actions - identifier et utiliser des principes mécaniques et ses ressentis (musculaires, respiratoires, émotionnels, psychologiques...) pour transformer efficacement sa motricité - reconnaître et interpréter des sensations corporelles, les relier avec des repères externes pour réguler son effort ; - se préparer à un effort spécifique, récupérer ; - répéter et persévérer pour améliorer l'efficacité de ses actions - utiliser différents supports d'observation et d'analyse pour apprécier des prestations - choisir, mettre en oeuvre et réguler un projet individuel et/ou collectif de performance - assumer des rôles d'organisateur, de coach et d'entraîneur pour performer collectivement. 	<ul style="list-style-type: none"> - Comprendre et mettre en oeuvre, 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 oeuvre 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. 	<ul style="list-style-type: none"> - Développer et enrichir une motricité expressive à l'aide de divers paramètres (espace, temps, énergie) pour provoquer une émotion ; - explorer et choisir des procédés de composition au service de la relation avec ses partenaires ; - assurer différents rôles (interprète, chorégraphe, spectateur, juge, voltigeur, porteur, meneur...) ; - gérer la prise de risque dans le choix de ses actions ; - choisir, mettre en oeuvre et réguler, seul et à plusieurs, un projet de composition ou d'enchaînement ; - utiliser différents supports d'observation et d'analyse pour apprécier des prestations et définir des pistes d'amélioration ; - se préparer, se concentrer pour se produire devant un public ; - maîtriser la réalisation individuelle de sa prestation pour la mettre au service de la production collective ; - répéter et persévérer pour améliorer l'efficacité de ses actions. 	<ul style="list-style-type: none"> - Réaliser des actions techniques d'attaque et de défense en relation avec son projet et ses choix tactiques ; - identifier les forces et faiblesses de son adversaire pour définir, mettre en oeuvre et réguler un projet tactique ; - identifier l'évolution des caractéristiques du rapport de force pour adapter ses actions ; - adapter son engagement en fonction du rapport de force et de ses ressentis ; - répéter et persévérer pour améliorer l'efficacité de ses actions ; - utiliser différents supports d'observation et d'analyse pour apprécier des prestations et l'état du rapport de force entre deux équipes ou deux adversaires - accepter la défaite, gagner avec humilité - être solidaire de ses partenaires ; - assumer différents rôles (partenaire, adversaire, arbitre, coach, observateur) ; - connaître, respecter et faire respecter les règles. 	<ul style="list-style-type: none"> - Développer une motricité spécifique pour réaliser une séquence de travail dans le respect de son intégrité physique ; - s'appuyer sur des connaissances relatives au corps humain et à l'effort physique pour définir un projet d'entraînement ; - connaître et moduler différents paramètres d'entraînement (intensité, durée, répétition, complexité, charges, récupération...) pour produire et identifier des effets immédiats en lien avec un projet personnel et un thème d'entraînement retenu ; - choisir quelques paramètres et utiliser ses ressentis (musculaires, respiratoires, émotionnels, psychologiques...) pour personnaliser et réguler une séquence de travail ; - se mettre en condition pour s'engager dans l'effort choisi et récupérer de celui-ci ; - choisir, réaliser et réguler un projet d'entraînement définissant les ressources à mobiliser, en lien avec les effets recherchés ; - répéter et persévérer pour améliorer l'efficacité de ses actions ; - assumer différents rôles sociaux (aide, parade, coach, observateur) liés à la pratique ; - utiliser un carnet d'entraînement afin de suivre et réguler son plan de travail.

**Chaque lycéen(ne) doit construire durant son parcours de formation sur trois ans,
« des acquisitions relatives aux cinq champs d'apprentissage à l'EPS répondant
aux AFL2 et AFL3 »**

3.3 Fonctionnement de l'EPS

Une compétence attendue en EPS finalise un cycle d'enseignement et atteste d'un niveau d'acquisition et ainsi, s'observe et s'évalue dans la pratique des APSA. Une compétence attendue est constituée d'un ensemble de connaissances, capacités, attitudes et intègre simultanément les dimensions motrices et méthodologiques et se manifeste dans la pratique d'une APSA.

Le covid nous a amené à changer nos pratiques et les activités que nous proposons aux élèves dans le respect de la distanciation physique

Les classes de secondes

Les secondes du lycée Henri Matisse fonctionnent en classe entière et ont une programmation d'APSA propre. L'année scolaire est divisée en quatre cycles d'activités (séquence de 2 heures) de 6 à 7 semaines :

- Un cycle d'activités collectives : ultimate / rugby au touché
- Un cycle d'activités athlétiques : relais (3x50m)
- Un cycle de circuit training
- Un cycle de création chorégraphique

La classe de seconde correspond à un moment de stabilisation des connaissances et des compétences acquises au collège (réduction des disparités entre les élèves issus de collèges différents). Elles constituent aussi un temps de détermination pour les choix ultérieurs (préparation du cycle terminal).

D'un point de vue méthodologique et social, l'accent est mis sur la mise en place d'habitudes de travail et l'appropriation des règles de vie collective.

- faire le choix d'une activité culturelle de notre région du Sud-Ouest (le rugby plutôt que le football) et de faire vivre cette activité aux filles.
- proposer une activité d'expression artistique pratiquée plutôt par les filles et la faire vivre émotionnellement aux garçons.

En fin de seconde : un niveau 3 est exigé dans au moins trois APSA représentatives de trois champs d'apprentissages

Le cycle terminal

Le cycle terminal inaugure des acquisitions en termes de capacités, d'attitudes et de connaissances plus approfondies dans les APSA choisies. Ces connaissances sont définies ainsi : informations, techniques et tactiques, connaissances sur soi, rôles sociaux (AFL3).

D'un point de vue méthodologique et social, l'accent est mis sur la construction de l'autonomie dans les apprentissages et sur la prise en charge de sa pratique physique (AFL2).

En fin de 1^{ère} : le niveau 3 (seconde) couvre 4 champs d'apprentissage. Le niveau 4 peut être visé.

En fin de terminale : un niveau 4 est exigé dans au moins trois APSA relevant de trois champs d'apprentissage.

Programmation et élaboration des menus :

- 3 APSA représentatives de 3 champs d'apprentissages
- Deux au moins issues de la "liste nationale d'épreuves".
- Possibilité d'une activité issue de la liste académique ou d'établissement (ultimate).
- Chaque activité permet de développer les AFL2 et AFL3.

Les classes de premières

Pas de possibilité de choix de menus cette année à cause de la COVID. Le même menu est proposé à tous les élèves.

	Menu 1	Menu 2	Menu 3
1° cycle	Badminton	Pentabond	Acrosport
2° cycle	Circuit training	Circuit Training	Ultimate
3° cycle	demi-fond	Basket	Course d'orientation

Les classes de terminales

Elles s'organisent comme les classes de première avec un choix supplémentaire éliminé en fonction des vœux élèves :

	Menu 1	Menu 2	Menu 3	Menu 4
1° cycle	Relais	Ultimate	Circuit Training	Rugby
2° cycle	Acrosport	Circuit Training	Basket	CT
3° cycle	Badminton	600/600/300 m	Pentabond	600/600/300 m

REPARTITION DES APSA SELON LES 5 CHAMPS D'APPRENTISSAGE

Programmation des APSA					
Classes / Champs	CHAMP 1	CHAMP 2	CHAMP 3	CHAMP 4	CHAMP 5
Seconde	Relais Vitesse (3x50m)	X	Création Chorégraphique	Ultimate Rugby au touché	Circuit Training
Première	Pentabond Demi-fond	Course d'orientation	X	Ultimate Basket Badminton	Circuit training
Terminale	Relais Vitesse (4x50m) Pentabond 600/600/300 m	X	X	Ultimate Basket Rugby touché Badminton	Circuit Training

Nouveautés cette année : mise ne place d'une séquence course d'orientation en 1ères avec coût bus importants. Objectif : 2^{ème} séquence possible en terminale l'année prochaine.

Retour de l'acrosport (post-covid) et arrivée de la création chorégraphique en seconde.

Objectif : 2^{ème} séquence d'acrosport en terminale l'année prochaine et l'année suivante 2^{ème} séquence création chorégraphique en terminale.

PROJET ACADEMIQUE

AXE 1

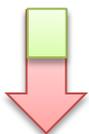
Garantir l'acquisition
des savoirs fondamentaux

AXE 2

Préparer les élèves
à leur avenir

AXE 3

Faire vivre une
intelligence collective



PROJET D'ETABLISSEMENT
CONTRACTUALISATION

AXE 1

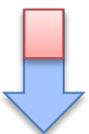
Améliorer la réussite des élèves en
seconde (implication, ambition,
autonomie des élèves)

AXE 2

Développer le parcours avenir (donner du
sens aux apprentissages, à l'orientation,
mobiliser)

AXE 3

Développer l'image de
l'établissement, l'interaction avec
les parents, avec nos partenaires



PROJET D'EPS

AXE 1

Favoriser la réussite de tous en
améliorant et stabilisant les
compétences motrices des
élèves dans chaque activité

AXE 2

Apprendre aux élèves à utiliser et
à développer leurs propres
ressources de façon raisonnée et
autonome

AXE 3

Développer la cohésion et la
prise en charge de responsabilité
au sein d'un groupe

OPERATIONNALISATION

AXE 1

Favoriser la réussite de tous en améliorant et stabilisant les compétences motrices des élèves dans chaque activité



- Sur le plan bioénergétique : action sur la santé des individus, par la tonification musculaire, par la recherche du développement de l'élasticité musculaire, par un souci d'assouplissement musculaire, organisés autour de la recherche d'une quantité importante de travail. Recherche de la transmission de connaissances théoriques concernant l'échauffement avant l'effort, les techniques de récupération après l'effort, la connaissance sur la gestion de l'effort. Recherche permanente du développement des facteurs d'exécution.
- Sur le plan bio-affectif : oser agir en groupe et prendre des initiatives (problèmes de l'adolescence) agir face aux autres et assumer ainsi sa silhouette, prendre des risques et faire des paris sur le plan moteur tout en agissant en toute sécurité tant pour soi que pour les autres.
- Sur le plan biomécanique : apprendre à connaître et à utiliser ses propres leviers, connaître les lois mécaniques et les utiliser afin de réaliser des actes moteurs dans un but d'efficacité maximale.

AXE 2

Apprendre aux élèves à utiliser et à développer leurs propres ressources de façon raisonnée et autonome



- Construire des habiletés et des coordinations motrices permettant la pratique des APS, support d'enseignement de l'EPS. C'est en cela que l'objectif de l'enseignement de la discipline est d'aider à la construction de compétences spécifiques, d'habiletés ouvertes ou fermées permettant à l'élève de s'approprier un domaine de la culture (composante culturelle)
- Réaliser une performance mesurée à une échéance donnée : par la pratique de l'athlétisme.
- Concevoir et réaliser des actions à visée artistique ou esthétique : par la pratique de la gymnastique sportive aux agrès et l'acroport.
- Conduire un affrontement individuel et/ou collectif : par la pratique du badminton, des sports collectifs comme le basket, le rugby, l'ultimate.
- Gérer sa vie future d'adulte par l'effort physique par la pratique de la musculation, apprendre à construire et gérer un programme, à se dépasser, à gérer la sécurité physique (placements corporels).
- Adapter ses déplacements aux différents types d'environnements : cette compétence n'est pas abordée faute d'infrastructure ou faute d'éloignement des lieux de pratique d'activités de pleine nature.
- Construire des compétences relatives à la composante méthodologique (4 compétences) qui servent de support à la construction des compétences de la composante culturelle.
- En relation avec les autres disciplines scolaires : comprendre et analyser les effets de l'effort physique sur le corps humain (biologie, SVT, les échanges gazeux, le développement musculaire) en physique, mécanique : les leviers, utilisable en gymnastique et athlétisme.

AXE 3

Développer la cohésion et la prise en charge de responsabilité au sein d'un groupe



- Participer à la formation citoyenne du lycéen :
 - o En lui apprenant à coopérer dans la construction des contenus, par l'aide au repérage des actions en rapport à des indices (extéroceptifs), par l'aide dans la prise de conscience (intéroceptifs), par l'aide ou l'entraide dans la réalisation des actions motrices.
 - o En lui apprenant à analyser, à observer, pour lui permettre de juger, d'évaluer les autres, d'arbitrer (AFL3)
 - o En trouvant les moyens de lui permettre de s'investir dans ses apprentissages, et d'être partie prenante dans sa formation et celle des autres (en variant les entrées dans les APS, en lui permettant de mettre en place des objectifs d'apprentissage, en prenant en compte ses désirs de groupements, en lui permettant de choisir les APS support de l'enseignement de l'EPS, dans la mesure des possibilités qui sont offertes dans l'établissement).
- Rendre l'élève autonome, en lui laissant de plus en plus de responsabilités (dévolution)
- Avoir une attitude sécuritaire (prise de conscience du danger émanant du milieu par une meilleure connaissance de soi et du milieu, de la mise en confiance d'autrui face au danger par l'apprentissage des aides et des parades dans les apprentissages et les réalisations d'actions motrices).
- Aider à la construction de la personnalité, à faire prendre confiance en soi (aider à entreprendre)
- Reconnaître et prendre en compte la différence de l'autre (mixité à tous les niveaux de classe), notamment les différences sexuelles ou transgenres.
- Œuvrer pour aider à construire une attitude positive face à l'activité physique (motivation, plaisir de faire, de vivre les activités, envie d'être en groupe...), socialisation, communication, coopération...

CAPACITES

Du pratiquant

- Les facteurs d'efficacité
- Mobilisation de ses ressources
- Techniques et tactiques : habiletés, les contenus (ce qu'il y a à faire pour faire...), savoir-faire individuel ou collectif
- Prendre des repères extérieurs
- Interprétation des informations extérieures (prise d'info)

Stratégie

- Gérer ses capacités physiques et ses propres ressources : Bioénergétiques, Biomécaniques, Bio-émotionnelles, Bio-informationnelles

Liées aux autres rôles

- Repérer sur les autres les indicateurs de réussite ou d'échec.
- Communiquer avec les autres pour aider à l'acquisition
- Juger la validité d'une réalisation
- Communiquer avec les autres pour juger ou mettre en place un projet collectif

ATTITUDES

Du pratiquant AFL2 :

- Être réflexif sur sa pratique
- Savoir se préparer (échauffement)
- Savoir récupérer
- Observer
- Respecter
- Echanger avec les autres
- Ecouter les autres
- Accepter les critiques et les jugements
- Sécuriser
- Se responsabiliser

CONNAISSANCES

Du pratiquant :

Il s'agit d'informations sur :

- l'APSA (vocabulaire)
- le règlement de l'APSA
- les repères sur l'espace d'évolution ou de jeu
- les limites du jeu sur l'adversaire

Liées aux autres rôles AFL 3 :

- L'arbitrage, les rôles de juge, coach, observateur, partenaire
- Maîtrise des instruments de mesure

COMPETENCE

=

SOLUTION EN
ACTE

PERFORMANCE

CONFIANCE

CREATIVITE

AUTONOMIE &
RESPONSABILITE

La conception du projet EPS s'articule à 3 niveaux : action sur le développement des élèves, action sur les attitudes des élèves ainsi que visées d'apprentissages. Cela se traduit par des objectifs au niveau du développement, de l'attitude et des apprentissages afin d'articuler notre projet avec les objectifs de notre discipline.

Objectifs de développement

- Sur le plan bioénergétique : action sur la santé des individus, par la tonification musculaire, par la recherche du développement de l'élasticité musculaire, par un souci d'assouplissement musculaire, organisés autour de la recherche d'une quantité importante de travail. Recherche de la transmission de connaissances théoriques concernant l'échauffement avant l'effort, les techniques de récupération après l'effort, la connaissance sur la gestion de l'effort. Recherche permanente du développement des facteurs d'exécution.
- Sur le plan bio-affectif : oser agir en groupe et prendre des initiatives (problèmes de l'adolescence) agir face aux autres et assumer ainsi sa silhouette, prendre des risques et faire des paris sur le plan moteur tout en agissant en toute sécurité tant pour soi que pour les autres.
- Sur le plan biomécanique : apprendre à connaître et à utiliser ses propres leviers, connaître les lois mécaniques et les utiliser afin de réaliser des actes moteurs dans un but d'efficacité maximale.

Objectifs d'attitude

- Participer à la formation citoyenne du lycéen :
 - o En lui apprenant à coopérer dans la construction des contenus, par l'aide au repérage des actions en rapport à des indices (extéroceptifs), par l'aide dans la prise de conscience (intéroceptifs), par l'aide ou l'entraide dans la réalisation des actions motrices.
 - o En lui apprenant à analyser, à observer, pour lui permettre de juger, d'évaluer les autres, d'arbitrer (AFL3)
 - o En trouvant les moyens de lui permettre de s'investir dans ses apprentissages, et d'être partie prenante dans sa formation et celle des autres (en variant les entrées dans les APS, en lui permettant de mettre en place des objectifs d'apprentissage, en prenant en compte ses désirs de groupements, en lui permettant de choisir les APS support de l'enseignement de l'EPS, dans la mesure des possibilités qui sont offertes dans l'établissement).
- Rendre l'élève autonome, en lui laissant de plus en plus de responsabilités (dévolution)
- Avoir une attitude sécuritaire (prise de conscience du danger émanant du milieu par une meilleure connaissance de soi et du milieu, de la mise en confiance d'autrui face au danger par l'apprentissage des aides et des parades dans les apprentissages et les réalisations d'actions motrices).
- Aider à la construction de la personnalité, à faire prendre confiance en soi (aider à entreprendre)
- Reconnaître et prendre en compte la différence de l'autre (mixité à tous les niveaux de classe), notamment les différences sexuelles ou transgenres.
- Œuvrer pour aider à construire une attitude positive face à l'activité physique (motivation, plaisir de faire, de vivre les activités, envie d'être en groupe...), socialisation, communication, coopération...

Objectifs d'apprentissage

- Construire des habiletés et des coordinations motrices permettant la pratique des APS, support d'enseignement de l'EPS. C'est en cela que l'objectif de l'enseignement de la discipline est d'aider à la construction de compétences spécifiques, d'habiletés ouvertes ou fermées permettant à l'élève de s'approprier un domaine de la culture (composante culturelle)
- Réaliser une performance mesurée à une échéance donnée : par la pratique de l'athlétisme.
- Concevoir et réaliser des actions à visée artistique ou esthétique : par la pratique de la gymnastique sportive aux agrès et l'acrosport.
- Conduire un affrontement individuel et/ou collectif : par la pratique du badminton, des sports collectifs comme le basket, le rugby, l'ultimate.
- Gérer sa vie future d'adulte par l'effort physique par la pratique de la musculation, apprendre à construire et gérer un programme, à se dépasser, à gérer la sécurité physique (placements corporels).
- Adapter ses déplacements aux différents types d'environnements : cette compétence n'est pas abordée faute d'infrastructure ou faute d'éloignement des lieux de pratique d'activités de pleine nature.
- Construire des compétences relatives à la composante méthodologique (4 compétences) qui servent de support à la construction des compétences de la composante culturelle.
- En relation avec les autres disciplines scolaires : comprendre et analyser les effets de l'effort physique sur le corps humain (biologie, SVT, les échanges gazeux, le développement musculaire) en physique, mécanique : les leviers, utilisable en gymnastique et athlétisme.

Objectifs de développement

S'approprier par la pratique physique et sportive, des méthodes et des outils

Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités

Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps

Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière

S'approprier une culture physique sportive et artistique

Objectifs d'attitude

Objectifs d'apprentissage

4.1 Règles de fonctionnement de l'EPS

Pour pouvoir y parvenir, notre discipline au lycée Henri Matisse, instaure des règles communes de fonctionnement, dont voici le règlement présenté à chaque classe en début d'année scolaire.

CONSIGNES D'ORGANISATION ET DE FONCTIONNEMENT

- On entre avec le masque dans l'enceinte du gymnase à l'heure de la sonnerie, le portail ne sera pas ouvert avant
- Chaque élève se passe du gel hydroalcoolique sur les mains en entrant dans le gymnase et se rend au vestiaire qui lui sera attribué sur tout le cycle par son professeur pour y laisser son sac et se changer si nécessaire toujours avec le masque
- Puis chaque élève se rend dans la salle auprès de son professeur pour l'appel, toujours avec le masque
- A la fin de la séance, le retour au vestiaire se fait avec le masque aux horaires suivants (9h45, 11h50, 15h45, 17h50)
- Vous avez 10mn pour vous changer, le gymnase est fermé pendant le temps de la récréation (9h55 à 10h10 et 15h55 à 16h10) et la sortie se fait par la porte au fond du couloir près des vestiaires ;
- On entre avec le masque dans l'enceinte du gymnase à l'heure de la sonnerie, le portail ne sera pas ouvert avant
- Chaque élève se passe du gel hydroalcoolique sur les mains en entrant dans le gymnase et se rend au vestiaire qui lui sera attribué sur tout le cycle par son professeur pour y laisser son sac et se changer si nécessaire toujours avec le masque
- Puis chaque élève se rend dans la salle auprès de son professeur pour l'appel, toujours avec le masque
- A la fin de la séance, le retour au vestiaire se fait avec le masque aux horaires suivants (9h45, 11h50, 15h45, 17h50)
- Vous avez 10mn pour vous changer, le gymnase est fermé pendant le temps de la récréation (9h55 à 10h10 et 15h55 à 16h10) et la sortie se fait par la porte au fond du couloir près des vestiaires
- **Rappel : tête découverte, portables et écouteurs rangés dans les sacs.**
- Pas de téléphone portable **sur soi** pendant la durée totale du cours d'EPS sous peine de sanction.
- Ce règlement s'applique à tous les élèves présents (même les **dispensés**)

Le règlement intérieur du Lycée s'applique à l'entrée dans le gymnase

TENUE D'EPS

- Chaussures de sport lacées, serrées et adaptées à la pratique de la course (avec semelle)
- Vêtement adapté au sport avec une poche pour y déposer le masque pendant la séance (pantalons, short, bermuda, collant, élastique sans fermeture éclair à la taille)
- Décolleté et sous-vêtements apparents interdits
- Cheveux attachés, pas de bijoux
- Apporter une gourde ou petite bouteille d'eau pour la séance

INAPTITUDES

Référence : BO n°7 du 31 août 2000

Inaptitude totale à l'année

- L'élève, en début d'année, présente son certificat médical à son professeur d'EPS. Celui-ci le vise et le remet à la Vie Scolaire qui, après enregistrement, le transmet à l'infirmerie et au médecin scolaire.
- L'élève est alors dispensé de présence au cours d'EPS.

Inaptitude partielle et / ou temporelle

- La procédure est identique : l'élève présente à son professeur son certificat médical ou un mot des parents. Aucun de ces deux documents ne constitue une autorisation d'absence, **l'élève assistera au cours si la durée est inférieure à 3 semaines.**

4.2 Programmation des APSA et emploi du temps

EMPLOI DU TEMPS ANNEE SCOLAIRE 2022/2023

2022							2023															
Septembre		Octobre		Novembre			Decembre		Janvier		Fevrier		Mars		Avril		Mai		Juin		Juillet	
1 Jeu		1 Sep		1 Mar		1 Juv	S3	S1	S2	1 Dim	1 Mar	S2	S9	1 Lun	1 Sep	1 Lun	1 Juv	S7	S10	1 Sep		
2 Ven		2 Dim		2 Mer		2 Ven	S3	S1	S1	2 Lun	2 Jev	S3	S8	2 Mar	2 Dim	2 Mar	2 Ven	S7	S10	2 Dim		
3 Sam		3 Lun	S5	S5	S5	3 Sam				3 Mer	S6	S8	3 Ven	3 Lun	S3	S6	3 Mer			3 Sam		
4 Dim		4 Mer	S5	S5		4 Dim				4 Mer	S6	S5	4 Sam	4 Mar	S1	S5	4 Jev			4 Dim		
5 Lun	S1	5 Mer	S5	S5	S5	5 Lun	S5	S3	S3	5 Jev	S6	S4	5 Dim	5 Mer	S1	S6	5 Ven			5 Lun	S8	S11
6 Mar	S1	6 Jev	S5	S5	S5	6 Mar	S4	S2	S4	6 Ven	S6	S4	6 Lun	6 Jev	S2	S2	6 Sam			6 Mar	S7	S12
7 Mer	S1	7 Ven	S5	S5	S5	7 Lun	S1	S8	S3	7 Sam	7 Mer	S3	S9	7 Ven	S2	S5	7 Dim			7 Mer	S8	
8 Jev	S1	8 Sam				8 Mer	S8	S8		8 Juv	S4	S2	8 Mer	8 Sam			8 Lun	Feris		8 Jev	S8	S11
9 Ven	S1	9 Dim				9 Mer	S1	S8		9 Lun	S7	S5	9 Jev	9 Dim			9 Mar	S4	S9	9 Ven	S8	S11
10 Sam		10 Lun	S6	S6	S6	10 Jev	S8	S8		10 Mar	S7	S5	10 Ven	10 Sam			10 Mer	S4	S9	10 Sam		
11 Dim		11 Mer	S6	S6		11 Ven	Anniversaire			11 Mer	S7	S6	11 Sam	11 Lun	S2	S6	11 Jev	S5	S9	11 Dim		
12 Lun	S2	12 Mer	S6	S6	S6	12 Lun	S6	S4	S4	12 Jev	S7	S5	12 Dim	12 Mar	S2	S7	12 Ven	S5	S9	12 Lun		
13 Mar	S2	13 Jev	S6	S6	S6	13 Mar	S5	S3		13 Ven	S7	S5	13 Lun	13 Jev	S2	S6	13 Sam			13 Mar		
14 Mer	S2	14 Ven	S6	S6	S6	14 Lun	S2	S9	S9	14 Mar	S4	S10	14 Mer	14 Ven	S3	S6	14 Dim			14 Mer		
15 Jev	S2	15 Sam				15 Mar	S1	S9		15 Jev	S5	S3	15 Dim	15 Mer	S4	S3	15 Lun	S5	S3	15 Jev		
16 Ven	S2	16 Dim				16 Mer	S1	S9		16 Lun	S1	S6	16 Jev	16 Ven	S7	S2	16 Juv	S5	S10	16 Ven		
17 Sam		17 Lun	S7	S7	S7	17 Jev	S1	S9	S9	17 Mar	S8	S6	17 Ven	17 Sam			17 Lun	S4	S7	17 Mer		
18 Dim		18 Mer	S7	S7		18 Ven	S1	S9	S8	18 Mer	S8	S7	18 Sam	18 Jev	S3	S8	18 Mar			18 Dim		
19 Lun	S3	19 Mer	S7	S7	S7	19 Jev	S1	S6	S6	19 Juv	S1	S6	19 Dim	19 Ven	S3	S8	19 Ven	Anniversaire		19 Lun		
20 Mar	S3	20 Jev	S7	S7	S7	20 Ven	S1	S6	S6	20 Lun	S1	S4	20 Jev	20 Sam			20 Mar	S5	S10	20 Juv		
21 Mer	S3	21 Ven	S7	S7	S7	21 Lun	S3	S1	S1	21 Mar			21 Mer	21 Ven	S4	S7	21 Lun	S4	S7	21 Mer		
22 Jev	S3	22 Sam				22 Mer	S2	S10		22 Dim			22 Mer	22 Sam			22 Lun	S6	S9	22 Jev		
23 Ven	S3	23 Dim				23 Mer	S2	S1	S3	23 Lun	S2	S7	23 Jev	23 Dim			23 Jev	S3	S4	23 Ven		
24 Sam		24 Lun				24 Jev	S2	S10	S1	24 Mar	S1	S7	24 Ven	24 Lun	S3	S4	24 Mer	S6		24 Sam		
25 Dim		25 Mer				25 Ven	S2	S10	S9	25 Mer	S1	S8	25 Sam	25 Mar			25 Jev	S6	S9	25 Dim		
26 Lun	S4	26 Mer				26 Sam				26 Jev	S2	S7	26 Dim	26 Mer			26 Ven	S6	S9	26 Lun		
27 Mar	S4	27 Jev				27 Dim				27 Ven	S2	S7	27 Lun	27 Jev			27 Sam			27 Mar		
28 Mer	S4	28 Ven				28 Lun	S4	S2	S2	28 Mar			28 Mer	28 Ven			28 Dim			28 Mer		
29 Jev	S4	29 Sam				29 Mer	S2	S1		29 Juv			29 Mer	29 Sam			29 Lun	S7	S10	29 Jev		
30 Ven	S4	30 Dim				30 Mer	S3			30 Jev	S1	S4	30 Dim	30 Ven			30 Mar	S6	S11	30 Ven		
31 Lun		31 Lun				31 Mer	S2	S8		31 Mar	S2	S8	31 Sam	31 Ven			31 Mer	S7		31 Mer		

**PROGRAMMATION DES APSA
ANNEE SCOLAIRE 2022/2023**

		Magalie GAUBERT 14h	Christine MAULIN 17h	Eric MERAND 18h	Jonathan BENALI 18h	Gatien MORETTE 17h	Léa COGO 7h
L	8				201	204	
	10				RUGBY CT CHORE RELAIS	RELAIS CHORE CT RUGBY	
					1SMTG2 IG7	1SMTG2 IG7	
	12				ULTIMATE ACRO CO	BAD CT DEMI FOND	
	14	IG3 IG4 IG8		IG3 IG4 IG8			IG3 IG4 IG8
	16	ULTIMA CT DEMI FOND		RELAIS ACRO BAD			CT BASKE PENT T A
	18			TG6 TSTMG3			TG6 TSTMG3
				RELAIS ACRO BAD			CT BASKE PENT T A
M	8	209			PP 214		
	10	RELAIS CHORE CT RUGBY			RUGBY CT CHORE RELAIS		
		IG4 IG5 IG6		IG4 IG5 IG6	IG4 IG5 IG6		
	12	PENTA BB CT		ULTIMATE ACRO CO	BAD CT DEMI FOND		
	14	202	PP 206	207			
	16	RELAIS CHORE CT RUGBY	CT RUGBY CHORE RELAIS	RUGBY CT RELAIS CHORE			
	18		IG2 IG10 IG11	IG2 IG10 IG11	IG2 IG10 IG11		
			ULTIMATE ACRO CO	DEMI CT BAD	PENTA BB CT		
M	8			210		215	
	10			RUGBY CT CHORE RELAIS		RELAIS CHORE CT RUGBY	
	12		1STMGI TG10 TG7	1STMGI TG10 TG7		1STMGI TG10 TG7	
			ULTIMATE CT RELAIS	RELAIS ACRO RUGBY		CT BASKET PENTA	
J	8				213		212
	10				RUGBY CT CHORE RELAIS		RELAIS CHORE CT RUGBY
					205	211 (SEM 2)	211 (SEM 1)
	12				RUGBY CT CHORE RELAIS	CT RUGBY	RELAIS CHORE
	14	IG1 1STMG3 IG8		IG1 1STMG3 IG8		IG1 1STMG3 IG8	
	16	ACRO BASKET CO		BAD ACRO DEMI FOND		PENTA CT ULTIMATE	
	18	IG5 IG9				IG5 IG9	
		RELAIS BASKET CT				BAD CT DEMI FOND	
V	8		208			203	
	10		RELAIS CHORE CT RUGBY			RUGBY CT CHORE RELAIS	
			1STMGI IG3 IG9		1STMGI IG3 IG9	1STMGI IG3 IG9	
	12		BAD CT DEMI FOND		ULTIMATE ACRO CO	PENTA BB CT	
	14	TG1 TG2 TSTMG2		TG1 TG2 TSTMG2	TG1 TG2 TSTMG2		
16	BAD ACRO DEMI FOND		PENTA BB CT	RELAIS CT ULTIMATE			