

Discipline(s)	Dotation 1 ^{re} année	Dotation 2 ^e année	Dotation 3 ^e année
Education physique et sportive www.epc-lcp.net	76	76	76

Ex. : indiquer 38 p. pour 1 p. enseignement hebdo. / 76 p. pour 2 / etc.

Plan d'études romand – Réseau des objectifs d'apprentissage

<p>CM 31 – Condition physique et santé Reconnaître les pratiques sportives favorables à l'amélioration de sa condition physique et de son capital santé</p> <p><u>Objectifs d'apprentissage :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Acquérir de façon durable un comportement responsable ■ Appliquer les principes d'échauffement et méthodes d'entraînement ■ Intégrer les règles de sécurité ■ Pratiquer des activités extra-muros 	<p>CM 32 – Consolider ses capacités de coordination et utiliser son corps comme moyen d'expression et de communication</p> <p><u>Objectifs d'apprentissage :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Affiner la perception du schéma corporel ■ Consolider ses capacités de coordination ■ Employer différentes techniques d'expression 	<p>CM 33 – Entraîner des techniques et développer des habiletés motrices</p> <p><u>Objectifs d'apprentissage :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Exercer et enchaîner divers mouvements en variant les situations ■ Enrichir les mouvements par variation de forme, vitesse, rythme, d'amplitude et de force 	<p>CM 34 – Adapter son comportement, son rôle et affiner les habiletés spécifiques dans des formes de jeu</p> <p><u>Objectifs d'apprentissage :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Appliquer les règles, la tactique et la technique ■ Promouvoir l'entraide et la collaboration ■ Respecter les règles, l'arbitre, ses pairs et ses adversaires ■ Gérer son émotivité et son agressivité 	<p>CM 35 – Distinguer les particularités des nutriments et étudier leurs rôles dans l'alimentation</p> <p><u>Objectifs d'apprentissage :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Identifier les besoins en nutriments nécessaire au maintien d'une bonne santé ■ ... 	<p>CM 36 – Equilibrer son alimentation en fonction d'une activité physique</p> <p><u>Objectifs d'apprentissage :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Etudier de manière critique les produits et les habitudes de consommation ■ Appliquer les règles d'hygiène, de sécurité et de comportement alimentaire ■ ...
---	--	--	--	--	--

Lycée cantonal de Porrentruy - Plan d'études cadre détaillé

Semestres	Matières, objectifs cognitifs en termes de connaissances à acquérir, de capacité d'illustration, de compréhension, d'analyse, de synthèse et d'évaluation	Objectifs de savoir-faire en termes de mise en application pratique et/ou de méthodologie	Objectifs de savoir-être en termes d'attitudes, de comportements	Méthodes privilégiées ou spécifiques Ouvrages Equipements requis (salles, logiciels, etc.)	Evaluation Formes Calendrier épreuves communes Certification spécifique
1	<p style="text-align: center;">Module d'apprentissage 1</p> <p style="text-align: center;">ENDURANCE AEROBIE</p> <p style="text-align: center;">CM 31</p> <p><u>L'objectif est de :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Développer des capacités aérobies ■ Fixer des objectifs d'entraînement, de progression et de performance ■ Apprendre à gérer un effort aérobic ■ Faire connaître quelques principes et méthodes d'entraînement pour pouvoir s'améliorer et entretenir sa condition physique ■ Présenter quelques notions de physiologie de l'effort ■ Présenter et utiliser des appareils qui mesurent des données physiologiques <p>→ Compétences athlétisme : voir module 6</p> <hr/> <p style="text-align: center;">Durée : 8-10 semaines</p>	<p>L'élève doit être capable :</p> <p><u>Fonctions sensorielles et perceptives</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ d'améliorer la maîtrise de son corps, de mieux le sentir et l'entretenir ■ de reconnaître à quelle intensité d'effort (fréquence cardiaque ou VMA) il doit courir en fonction des objectifs fixés <p><u>Fonctions d'élaboration</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ d'émettre des hypothèses et de les vérifier par la pratique ■ de s'adapter à des situations variées et/ou contraignantes ■ de reconnaître ses déficiences en endurance ■ de réévaluer ses acquis et de construire un plan d'entraînement pour s'améliorer <p><u>Fonctions de production</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de coordonner des mouvements de course en cherchant précision et économie ■ d'atteindre un niveau d'efficacité ■ d'améliorer son endurance de base <p>→ Compétences athlétisme : voir module 6</p>	<p>L'élève doit être capable :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de collaborer pour construire sa propre réussite ■ de gérer ses attentes ■ de vivre une activité physique comme une compétition mais aussi comme un moment d'apprentissage et de détente ■ de gérer positivement ses frustrations ■ de s'auto-évaluer pour mieux construire sa réussite ■ de se discipliner pour atteindre ses objectifs <p>→ Compétences athlétisme : voir module 6</p>	<p>Tests pronostiques de capacité aérobie :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ VMA (Léger-Boucher) ■ Test 6min ■ Test de Cooper, etc. <p>Beeper d'entraînement ou autres supports pour diriger des entraînements par intervalles (tablettes)</p> <p>Base de données EXCEL (maîtres EPS Lycée/ECP) pour déterminer les valeurs d'entraînement et les objectifs des évaluations</p> <p>Autres : Différents ouvrages et logiciels spécialisés. Site internet www.epc-lcp.net</p>	<p>Voir tableau en annexe :</p> <p><u>Evaluation sommative :</u> 1E</p> <p><u>Evaluation formative :</u> 2E</p> <p><u>Evaluation certificative :</u> 3E</p> <p>Moyens : Base de données EXCEL (maîtres EPS Lycée/ECP) pour évaluer en tenant comptes de tous les paramètres pronostiques et physiologiques</p>

1	<p style="text-align: center;">Module d'apprentissage 2</p> <p style="text-align: center;">JEU AVEC ACCENT SUR LE VOLLEYBALL et/ou JEU DE RENVOI CM 32 / CM 33 / CM 34</p> <p><u>L'objectif est de :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Développer des compétences techniques, tactiques et stratégiques ■ Développer la prise d'informations et de repères ■ Offrir des moments de détente afin de s'évader, agir avec joie et équilibre et assouvir son instinct ludique ■ Développer l'expérimentation et l'apprentissage par l'action ■ Faire connaître et respecter les règles ■ Développer l'efficacité motrice ■ Encourager les élèves à participer au tournoi de volleyball de fin d'année <hr/> <p style="text-align: center;">Durée : 6-8 semaines</p>	<p>L'élève doit être capable :</p> <p><u>Fonctions sensorielles et perceptives</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de mieux se situer et s'orienter dans l'espace ■ d'améliorer son approche sensitive du mouvement ■ de percevoir et de mieux décoder des informations visuelles, auditives et kinesthésiques ■ de se représenter mentalement des mouvements ou actions motrices et de les réaliser <p><u>Fonctions d'élaboration</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de s'adapter à des situations encore plus variées et/ou contraignantes ■ de réévaluer ses étapes d'apprentissage et de développer des stratégies applicables aux pratiques sportives ■ de transférer des habiletés motrices et d'optimiser certains mouvements <p><u>Fonctions de production</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de coordonner des mouvements en cherchant précision et économie ■ d'améliorer la bilatéralité ■ d'atteindre un niveau d'efficacité ■ d'exploiter des acquis techniques et tactiques 	<p>L'élève doit être capable :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de collaborer pour construire sa propre réussite et celle des autres ■ de respecter les règles de jeu et de comportement ■ d'agir avec fair-play ■ de vivre une activité physique comme un moment de détente ■ de gérer positivement son potentiel d'agressivité. ■ de gagner la confiance des autres et de leur faire confiance 	<p>Utilisation de moyens audiovisuels :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Caméra ■ Films vidéo <p>Autres : Différents ouvrages et logiciels spécialisés</p> <p>Site internet www.epc-lcp.net</p>	<p>Voir tableau en annexe :</p> <p><u>Evaluation sommative :</u> 1.1 E-1.2 E</p> <p><u>Evaluation formative :</u> 2.1 E</p> <p><u>Evaluation certificative :</u> 3.1 E-3.2 E-3.3 E-3.5 E</p> <p>Moyens :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Base de données EXCEL (maîtres EPS Lycée/ECP) pour évaluer en tenant compte de critères objectifs ■ Caméra
---	--	--	---	--	--

<p style="text-align: center;">Module d'apprentissage 3</p> <p style="text-align: center;">MOTRICITÉ SPORTIVE CM 31 / CM 32 / CM 33</p> <p><u>L'objectif est de :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ A définir ■ A définir ■ ■ ■ 	<p>L'élève doit être capable :</p> <p><u>Fonctions sensorielles et perceptives</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de ■ de ■ de ■ de <p><u>Fonctions d'élaboration</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de ■ de ■ de <p><u>Fonctions de production</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de ■ de ■ de ■ de ■ de 	<p>L'élève doit être capable :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de ■ de ■ de ■ de ■ de 	<p>Utilisation de moyens audiovisuels :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Caméra , I-Pad, I-Phone personnel ■ Films vidéo <p>Autres : Différents ouvrages et logiciels spécialisés</p> <p>Site internet www.epc-lcp.net</p>	<p>Voir tableau en annexe :</p> <p><u>Evaluation sommative :</u> 1.1 E-1.2 E</p> <p><u>Evaluation formative :</u> 2.1 E</p> <p><u>Evaluation certificative :</u> 3.1 E-3.2 E-3.3 E-3.5 E</p> <p>Moyens :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Base de données EXCEL (maîtres EPS Lycée/ECP) pour évaluer en tenant compte de critères objectifs ■ Caméra
---	--	--	---	--

1	<p style="text-align: center;">Module d'apprentissage 3 b</p> <p style="text-align: center;">→ Uniquement valable pour les OC Sport 2^e</p> <p style="text-align: center;">NATATION CM 31 / CM 33</p> <p>L'objectif est de :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Perfectionner une ou des technique-s de nage ■ Apprendre à transporter une personne en difficulté ■ Développer des capacités aérobies (nage d'endurance) ■ Fixer des objectifs de performance, de progression et d'entraînement ■ Faire connaître quelques principes et méthodes d'entraînement pour pouvoir améliorer son endurance en natation ■ Découvrir et d'appliquer des principes de biomécanique de la natation (parcours subaquatique, techniques de pagayage) <p style="text-align: center;">Durée : 3-4 semaines</p>	<p>L'élève doit être capable :</p> <p><u>Fonctions sensorielles et perceptives</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de toujours mieux se familiariser avec le milieu aquatique ■ d'améliorer la maîtrise de son corps, de mieux le sentir et le mouvoir en milieu aquatique ■ de percevoir et de mieux décoder des informations visuelles, auditives et kinesthésiques ■ de se représenter mentalement des mouvements ou actions motrices et de les réaliser <p><u>Fonctions d'élaboration</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de s'adapter à des situations variées en milieu aquatique ■ d'évaluer son apprentissage ■ de reconnaître ses déficiences techniques et physiques en natation <p><u>Fonctions de production</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de coordonner des mouvements en cherchant précision et économie ■ de connaître certains principes biomécaniques fondamentaux pour progresser et développer des acquis techniques ■ d'atteindre un niveau d'efficacité et d'améliorer sa performance ■ d'évoluer avec une certaine aisance en milieu aquatique ■ de gérer un effort aérobie dans l'eau 	<p>L'élève doit être capable :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de collaborer pour construire sa propre réussite ■ de gérer ses attentes ■ de respecter les règles de sécurité pour limiter les risques ■ de maîtriser ses appréhensions ou ses peurs ■ d'adapter son comportement aux conditions d'enseignement en bassin et avec du public 	<p>Utilisation de moyens audiovisuels :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Caméra ■ Films vidéo <p>Autres : Différents ouvrages, planches et logiciels spécialisés</p> <p>Site internet www.epc-lcp.net</p>	<p>Voir tableau en annexe :</p> <p><u>Evaluation sommative :</u> 1E</p> <p><u>Evaluation formative :</u> 2E</p> <p><u>Evaluation certificative :</u> 3E</p> <p>Moyens : Base de données EXCEL (maîtres EPS Lycée/ECP) pour évaluer en tenant comptes de tous les paramètres pronostiques et physiologiques</p>
---	--	--	--	--	--

2	<p style="text-align: center;">Module d'apprentissage 4</p> <p style="text-align: center;">AGRES CM 31 / CM 33</p> <p>L'objectif est de :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Développer un processus autonome d'apprentissage ■ De confronter l'élève à des activités qui demande une bonne maîtrise spatiotemporelles du mouvement ■ De développer la force et un engagement musculaire soutenu (tonicité musculaire) ■ Apprendre par l'expérimentation ■ Connaître et respecter les règles de sécurité 	<p>L'élève doit être capable :</p> <p><u>Fonctions sensorielles et perceptives</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de mieux se situer et s'orienter dans l'espace ■ d'améliorer la maîtrise de son corps et de mieux le sentir ■ de percevoir et de mieux décoder des informations visuelles, auditives et kinesthésiques ■ de se représenter mentalement des mouvements ou actions motrices et de les réaliser <p><u>Fonctions d'élaboration</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de s'adapter à des situations encore plus variées et/ou contraignantes ■ de réévaluer ses étapes d'apprentissage et de remédier avec un camarade ou un professeur ■ de transférer des habiletés motrices et d'optimiser certains mouvements ■ de reconnaître ses déficiences physiques et d'adapter ses objectifs pour l'évaluation finale <p><u>Fonctions de production</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ d'utiliser certains principes biomécaniques fondamentaux pour progresser ■ de développer et d'exploiter de nouvelles aptitudes motrices 	<p>L'élève doit être capable :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de collaborer pour construire sa propre réussite et celle des autres ■ de respecter les règles de sécurité ■ d'agir en respectant et en essayant de surpasser ses appréhensions et ses peurs ■ de se concentrer pour maîtriser la difficulté ■ de gagner la confiance des autres et de leur faire confiance 	<p>Utilisation de moyens audiovisuels :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Caméra ■ Ordinateur portable – fisheye, I-Pad, I-Phone personnel ■ Films vidéo développés par les maîtres d'EPS du Lycée et ECP <p>Différents ouvrages, planches et logiciels spécialisés</p> <p>Site internet www.epc-lcp.net</p>	<p>Voir tableau en annexe :</p> <p><u>Evaluation sommative :</u> 1E</p> <p><u>Evaluation formative :</u> 2E</p> <p><u>Evaluation certificative :</u> 3E</p> <p>Moyens : Base de données EXCEL (maîtres EPS Lycée/ECP) pour évaluer en tenant comptes de différents paramètres de performance, de qualité d'exécution et de progression</p> <p><i>Parfois caméra vidéo, ordinateur portable - fisheye</i></p>
<p style="text-align: center;">Durée : 6-8 semaines</p>					

2	<p align="center">Module d'apprentissage 5</p> <p align="center">RENFORCEMENT MUSCULAIRE</p> <p align="center">(Principalement avant la période d'agrès)</p> <p align="center">CM 31 / CM 33</p> <p>L'objectif est de :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Présenter des méthodes d'entraînement pour développer la force (puissance et endurance locale) ■ Appliquer des méthodes d'entraînement ■ Améliorer son entraînement et ses performances ■ De connaître quelques notions d'anatomie et de biomécanique du mouvement <p align="center">Durée : 6-8 semaines (module lié à la période d'agrès)</p>	<p>L'élève doit être capable :</p> <p><u>Fonctions d'élaboration</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de reconnaître ses déficiences au niveau de la force, de la tenue et de construire un programme d'entraînement adapté <p><u>Fonctions de production</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ d'améliorer ses performances ■ d'utiliser des méthodes d'entraînement spécifiques ■ de reconnaître ses propres déficiences physiques et posturales et d'adapter ses exercices (programme d'entraînement) dans la perspective de corriger ses faiblesses. 	<p>L'élève doit être capable :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de respecter les règles de sécurité pour limiter les risques ■ de connaître et de prendre soin de son corps tout au long de sa vie (prophylaxie). 	<p>Base de données EXCEL (maîtres EPS Lycée/ECP) pour déterminer les valeurs d'entraînement et les objectifs des évaluations</p> <p>Différents ouvrages et logiciels spécialisés</p> <p>Planches didactiques</p> <p>Site internet www.epc-lcp.net</p>	<p>Voir tableau en annexe :</p> <p><u>Evaluation sommative :</u> 1.1 E-1.2 E-1.4 E</p> <p><u>Evaluation certificative :</u> 3.2 E-3.3 E</p> <p>Moyens : Base de données EXCEL (maîtres EPS Lycée/ECP) pour évaluer en tenant comptes de tous les paramètres pronostiques et anatomiques (rapport poids/puissance)</p>
2	<p align="center">Module d'apprentissage 6</p> <p align="center">ATHLETISME</p> <p align="center">(saut et/ou lancer)</p> <p align="center">et JEU</p> <p align="center">COLLECTIF (à choix)</p> <p align="center">CM 32 / CM 33 / CM 34</p> <p>L'objectif en endurance est de :</p>	<p>L'élève doit être capable :</p> <p><u>Fonctions sensorielles et perceptives</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de mieux se situer et s'orienter dans l'espace ■ d'améliorer sa coordination ■ de percevoir et de mieux décoder des informations visuelles, auditives et kinesthésiques ■ d'améliorer son approche du mouvement 	<p>L'élève doit être capable :</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de collaborer pour construire sa propre réussite et celle des autres ■ de gérer ses attentes et dominer ses émotions/frustrations ■ de respecter les règles spécifiques à chacun-e des disciplines, jeux ou sports ■ d'agir avec fair-play ■ de vivre une activité physique comme 	<p>Base de données EXCEL (maîtres EPS Lycée/ECP) pour réaliser des tests pronostiques afin de fixer les objectifs de la progression et de l'évaluation (ex : lancers et sauts,</p>	<p>Voir tableau en annexe :</p> <p><u>Evaluation sommative :</u> 1E</p> <p><u>Evaluation formative :</u> 2E</p> <p><u>Evaluation certificative :</u></p>

<ul style="list-style-type: none"> ■ Développer des capacités aérobies et/ou anaérobies (capacités ou puissance) ■ Fixer des objectifs de performance, de progression et d'entraînement ■ Gérer un effort aérobie et/ou anaérobie ■ Appliquer des méthodes d'entraînement <p><u>L'objectif en athlétisme est de :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ De pratiquer des activités extérieures ■ Découvrir et/ou perfectionner une discipline ■ Donner à l'élève la possibilité de faire des transferts et d'évaluer sa progression dans un registre de mouvements spécifiques (courir, sauter, lancer) <p><u>L'objectif en jeu est de :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Pratiquer de petits et grands jeux à l'extérieur avec des repères spatiaux différents ■ Garantir la stabilité d'habiletés motrices (dribble-conduite de balle, feinte, passe, tir) ■ Perfectionner les stratégies et les tactiques collectives <p style="text-align: center;">Durée : 6-8 semaines</p>	<p><u>Fonctions d'élaboration</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de s'adapter à des situations encore plus variées et/ou contraignantes ■ de développer des stratégies applicables aux pratiques sportives ■ de transférer des habiletés motrices et d'optimiser certains mouvements ■ de mettre en valeur son potentiel physique et psychique <p><u>Fonctions de production</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de réaliser des mouvements en cherchant précision et économie ■ d'atteindre un niveau d'efficacité en améliorant sa technique ■ d'utiliser certains principes biomécaniques fondamentaux pour progresser (ex : dans les lancers et les sauts, dans les shoots et les passes) ■ de développer et d'exploiter des acquis stratégiques et tactiques (jeux) 	<p>un moment de détente ludique</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ de gérer positivement son potentiel d'agressivité. ■ de gagner la confiance des autres et de leur faire confiance 	<p>course)</p> <p>Différents ouvrages et logiciels spécialisés</p> <p>Planches didactiques DVD lié aux jeux collectifs</p> <p>Site internet www.epc-lcp.net</p>	<p>3E</p> <p>Moyens : Base de données EXCEI (maîtres EPS Lycée/ECP) pour évaluer en tenant comptes de tests pronostiques et physiologiques</p>

Formes d'évaluations

Quelques précisions :

1E. Caractéristiques principales de l'évaluation sommative

Cadre (exhaustif) :

- 1.1.E Normatif. L'évaluation nous permet de comparer les élèves entre eux.
- 1.2.E Selon des critères bien précis. Tous les élèves sont évalués selon des critères objectifs et des tests d'aptitudes.
- 1.3.E Sur la base de tests pronostiques.
- 1.4.E En tenant compte de leurs caractéristiques physiques individuelles

2E. Caractéristiques principales de l'évaluation formative

Cadre (exhaustif) :

- 2.1.E On évalue les élèves selon les mêmes critères.
- 2.2.E On évalue l'élève sur la base de tests pronostiques tout en tenant compte de leur faculté à s'améliorer et/ou à maintenir une performance.

3E. Caractéristiques principales de l'évaluation certificative

Cadre (exhaustif) :

- 3.1.E Cohabitation entre l'évaluation formative et certificative.
- 3.2.E Accéder aux données de l'élève afin de mettre en valeur ses compétences propres et lui permettre de s'auto-évaluer (construire et s'adapter)
- 3.3.E Les tâches et les exigences (objectifs) sont connues plusieurs semaines avant l'évaluation.
- 3.4.E Des coopérations peuvent être mises en place pour placer l'élève en situation.
- 3.5.E Les critères sont le plus souvent objectifs et permettent à l'élève d'identifier ses lacunes ou faiblesses.

Complément :

A. Généralités

L'enseignement de l'éducation physique et sportive (EPS), en plaçant l'élève au centre du processus d'apprentissage, doit permettre une activité physique équilibrée, motivante, dans de bonnes conditions de sécurité et d'intégrité corporelle.

Comme pour toute autre matière, l'EPS s'appuie sur des sciences fondamentales (voir chapitre interdisciplinarité). Par les pratiques sociales de référence que l'EPS lui offre, l'élève prépare son avenir en s'ouvrant au domaine culturel que constituent les activités physiques, sportives et d'expression.

L'EPS ne peut faire abstraction de notre environnement socioculturel. Elle s'efforce d'être une réponse aux modifications de notre mode de vie, caractérisées par une sédentarité et des contraintes socioprofessionnelles croissantes.

Dans ce domaine, l'EPS pose un regard critique sur les activités humaines et s'intéresse aux problèmes des jeunes.

C'est dans la diversité des apprentissages et des activités sportives et éducatives que l'élève enrichit l'ensemble de ses savoirs et construit des compétences de plus en plus élaborées pour gérer sa santé à tous les âges de son existence.

L'EPS stimule une prise de conscience et le respect de soi en favorisant des activités de prévention et de loisir. Un de ses enjeux est de donner envie à l'élève de pratiquer des activités physiques, sportives et d'expression. Elle offre à chacun-e les connaissances nécessaires pour améliorer ses potentialités et pour organiser sa vie actuelle et future.

Par la pratique de différentes activités, l'EPS devrait pouvoir maintenir et développer des aptitudes et capacités motrices et organiques.

B. Interdisciplinarité

L'éducation physique et sportive est un terrain idéal pour l'interdisciplinarité et permet d'instaurer une collaboration avec d'autres disciplines enseignées.

Pour cela, il faut identifier des savoirs communs et montrer leur spécificité et leur utilité.

L'élève doit comprendre ce qu'il fait et pourquoi il le fait.

Une collaboration avec des branches telles que la biologie (anatomie, physiologie, etc.), la géographie (cartographie, problème de société, etc.), physique (biomécanique, etc.), histoire (sport et société, etc.), droit (respect des règles, sécurité, responsabilité, etc.), théâtre (expr. corporelle, mouvement, etc.), musique (rythme, attitudes, etc.), peut être envisagée dans le cadre de projets communs (ex: cours de base et option complémentaire, travaux interdisciplinaires, semaines hors cadre, voyages d'étude, semaines transdisciplinaires, journées de prévention).

C. Champs d'activités

Les compétences citées ci-dessus sont développées par plusieurs activités physiques, sportives et d'expression. Le champ de ces activités est vaste et permet de développer des compétences générales et particulières en variant les domaines d'action et les situations d'apprentissage ; en tenant compte aussi des pratiques sociales actuelles.

Les activités proposées dans le cours de base, les camps et le programme parascolaires peuvent être :

- athlétisme, gymnastique, agrès, condition physique, activité d'expression, jeux, etc.
- sports de renvoi (badminton, tennis, goba, tennis de table, indiaka, etc.)
- sports collectifs (volley, basket, foot, handball, tchoukball, baseball, rugby, foot-américain, etc.)
- sports d'opposition (rugby, football américain, etc.)
- sports nature, principalement durant les journées sportives d'automne et camps d'hiver (orientation, course à pieds, raquette à neige, etc.)
- sports aquatiques (natation, aquagym, bases du sauvetage, etc.)
- sports de glisse, principalement durant les camps d'hiver (ski, ski de fond, patinage, hockey, etc.)
- sport "nouvelles tendances", principalement durant les journées sportives d'été (roller, frisbee, escalade, streetball, beachvolley, fitness, etc.)

D. Evaluation

L'EPS, en tant que discipline respectant la globalité de l'individu, doit mettre l'accent sur un enseignement "différencié" vu l'hétérogénéité des groupes (sexe, corpulence, personnalité de l'élève, etc.).

Elle ne valorise donc pas uniquement la performance mais tient compte de l'engagement, des progrès, des connaissances et des qualités relationnelles de l'élève.

Par conséquent, l'évaluation est sommative et/ou formative, voire formatrice, selon qu'elle apprécie des connaissances, des attitudes ou savoir-faire.

En vue d'atteindre les objectifs d'apprentissage, il est indispensable de **planifier la formation sur des modules de 6 à 10 semaines.**