

EPS

LYCÉE WALLON

Des Objectifs

- Développer sa motricité
- Savoir se préparer et s'entraîner
- Exercer sa responsabilité individuelle et au sein d'un collectif
- Construire durablement sa santé
- Accéder au patrimoine culturel



5 champs d'application (CA) Des APSA (Activités Physiques Sportives et Artistiques)

CA1- Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée

- Courses, natation vitesse...

CA2- Adapter son déplacement à des environnements variés ou incertains

- Escalade, course d'orientation...

CA3- Réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée

- Arts du cirque, gymnastique...

CA4- Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel pour gagner

- Badminton, handball...

CA4- Réaliser et orienter son activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir

- Course de durée, musculation...

De la seconde à la terminale

2 heures de pratique hebdomadaire

3 ans pour explorer tous les champs d'apprentissage

3 séquences d'enseignement annuelles = 3 APSA

Des évaluations pour valider les compétences (Attendus de fin de lycée)

Des menus d'APSA au cycle terminale