

# La Spécialité EPPCS

## EPPCS ( Education Physique, Pratiques Et Culture Sportives)

L'enseignement de spécialité « Éducation physique, pratiques et culture sportives » s'adresse à tous les lycéens ayant une appétence pour les activités physiques, sportives et artistiques dans leurs dimensions pratiques, sociales et culturelles, qu'ils aient ou qu'ils n'aient pas suivi l'enseignement optionnel d'EPS en classe de seconde. Les lycéens présentent des parcours, des expériences vécues et des projets variés ; ils peuvent pratiquer une activité physique pour s'engager dans une recherche de performance, de dépassement de soi, de détente, de santé, de bien-être, de reconnaissance sociale, d'engagement civique. Cet enseignement répond à la diversité de ces motivations et des attentes des élèves, filles et garçons. Cet enseignement de spécialité prolonge et enrichit l'enseignement commun d'éducation physique et sportive (EPS) par la pratique d'activités physiques, sportives et artistiques (APSA) variées et par des apports théoriques sur la culture sportive. En articulant des contributions pratiques et théoriques, il offre à chaque élève une formation lui permettant d'envisager diverses orientations dans l'enseignement supérieur au regard de son projet personnel et professionnel. Ces projets sont multiples et peuvent concerner les métiers de l'enseignement, de l'entraînement sportif, des loisirs, du management, de la santé et du bien-être, ou de la protection des personnes. Le choix de cet enseignement de spécialité constitue, pour les élèves, une occasion de construire ou de préciser leur projet ainsi qu'une ouverture vers différentes voies de formation.

## L'approfondissement

L'approfondissement, lors du cycle terminal, des techniques, des connaissances et des méthodes propres au domaine des activités physiques, sportives et artistiques (APSA) poursuit trois objectifs principaux.

### ▣ Le développement de compétences dans plusieurs APSA

À travers la pratique de plusieurs APSA, les élèves affirment une disponibilité et une aisance motrice, sources d'épanouissement et de santé.

### ▣ Le développement d'un regard critique

Par les apports théoriques et leur articulation avec la pratique, les élèves apprennent à porter un regard lucide sur leur propre pratique et sur celle des autres, ainsi que sur la culture sportive dont ils appréhendent les caractéristiques essentielles. Ils situent leurs actions au sein d'enjeux plus larges et se présentent comme des acteurs capables de promouvoir et de diffuser la pratique physique dans la société.

### ▣ Le développement de compétences transversales

Les expériences vécues lors de la pratique des APSA et de la réalisation de projets collectifs favorisent le développement d'habiletés psychosociales et méthodologiques (confiance en soi, aisance dans les communications interpersonnelles, gestion des émotions, esprit d'initiative, solidarité, intégration au sein d'une équipe, engagement dans différents rôles) importantes pour la réussite de la vie personnelle et professionnelle. En prenant part aux activités des groupes auxquels ils appartiennent, les élèves entretiennent des relations de diverses natures et apprennent à coopérer, à débattre, à convaincre et à négocier des choix collectifs.

## Compétences En Première

- ▣ Pratiquer
- ▣ Développer et renforcer ses capacités motrices par la découverte et l'approfondissement d'activités physiques, sportives et artistiques.
- ▣ Se préparer et accomplir une performance physique ou sportive, individuellement et collectivement, dans des contextes variés de pratique, en toute sécurité et en mobilisant de manière optimale ses ressources.
- ▣ Identifier et exploiter la diversité des compétences au sein d'un groupe pour atteindre un objectif commun.
- ▣ S'engager dans la construction et l'animation d'un projet collectif relatif à la pratique physique.
- ▣ Analyser
- ▣ Connaître les différents secteurs professionnels relatifs au sport et au corps humain pour préciser son projet d'orientation.
- ▣ Connaître les effets de la pratique physique sur la santé et sur le développement de la personne.
- ▣ À l'aide d'indicateurs, mesurer et analyser les effets de l'activité physique.
- ▣ Choisir et mobiliser des indicateurs pour évaluer la réalisation d'un projet.

- ▣ Communiquer
- ▣ Discuter d'une thématique relative à la pratique physique en mobilisant des connaissances issues de différents domaines.
- ▣ Décrire une prestation physique réalisée par soi-même ou par un autre élève.
- ▣ Rendre compte de ses expériences dans un carnet de suivi.

## Compétences En Terminale

Nunc sapien mauris, imperdiet ac pellentesque quis, facilisis non sapien. Maecenas congue vehicula mi, id luctus mi scelerisque nec. Cras viverra libero ut velit ullamcorper volutpat. Maecenas ut dolor eget ante interdum auctor quis sed nunc. Proin faucibus, mauris vitae molestie sodales, erat nisi rhoncus justo, in placerat turpis elit sed eros. Mauris molestie, justo et feugiat rutrum, arcu metus dapibus quam, sollicitudin tempus tortor dolor et nibh.

### Paragraphe 4

Nunc sapien mauris, imperdiet ac pellentesque quis, facilisis non sapien. Maecenas congue vehicula mi, id luctus mi scelerisque nec. Cras viverra libero ut velit ullamcorper volutpat. Maecenas ut dolor eget ante interdum auctor quis sed nunc. Proin faucibus, mauris vitae molestie sodales, erat nisi rhoncus justo, in placerat turpis elit sed eros. Mauris molestie, justo et feugiat rutrum, arcu metus dapibus quam, sollicitudin tempus tortor dolor et nibh.

### Paragraphe 5

Nunc sapien mauris, imperdiet ac pellentesque quis, facilisis non sapien. Maecenas congue vehicula mi, id luctus mi scelerisque nec. Cras viverra libero ut velit ullamcorper volutpat. Maecenas ut dolor eget ante interdum auctor quis sed nunc. Proin faucibus, mauris vitae molestie sodales, erat nisi rhoncus justo, in placerat turpis elit sed eros. Mauris molestie, justo et feugiat rutrum, arcu metus dapibus quam, sollicitudin tempus tortor dolor et nibh.

□ Rendre compte du déroulement d'un projet et des résultats atteints.