

## CLASSES DE QUATRIÈME ET DE TROISIÈME

Approfondissement des notions précédemment acquises, extension à l'étude de formes musicales parmi lesquelles notamment :

La fugue, la suite, le sonate, la symphonie, le concerto.

L'opéra, l'oratorio.

La mélodie, le lied.

Le poème symphonique, le ballet.

D'autres genres pourront être abordés : la chanson, les musiques de films.

M. E. N

COLLÈGES

PROGRAMMES ET

INSTRUMENTS

1. Supplément au B.O N° 44 du 12/12/85

## Éducation physique et sportive

### 1. Nature et objectifs

Il existe dans notre société une pratique très répandue des activités physiques et sportives. Cette pratique est diversifiée et se donne des buts différents : sports, compétition, détente, expression, entretien, etc. L'enseignement de l'éducation physique et sportive au collège intègre ces pratiques afin d'améliorer les capacités de l'élève et d'instaurer des compétences spécifiques ; l'activité régulière développe la valeur physique des élèves, qui est relative aux possibilités de chacun. Par l'appropriation des connaissances et le développement d'aptitudes variées, l'éducation physique et sportive permet à chacun de transformer de façon positive sa pratique et de la rendre plus raisonnée. Discipline d'enseignement, l'éducation physique et sportive participe ainsi au développement de la personnalité de l'élève.

L'éducation physique et sportive a d'abord pour finalité de développer les capacités motrices de l'élève. A cette fin, elle sollicite et développe les possibilités de chacun dans le domaine de l'efficacité motrice : vitesse, force, endurance, coordination, équilibre, souplesse, etc. ; les facultés perceptives permettant l'identification, la sélection et l'utilisation des

informations indispensables à la prise de décision dans l'action, la connaissance pratique et la maîtrise des réactions émotionnelles face à l'environnement physique et humain.

L'éducation physique et sportive développe des habiletés pouvant être réinvesties dans diverses activités, sportives, professionnelles ou de loisir. Elle apprend à l'élève à évaluer les difficultés rencontrées, la pertinence et les effets de ses actions, la manière de progresser dans des tâches nouvelles. Grâce à l'acquisition des compétences dans le domaine des activités physiques et sportives, l'éducation physique et sportive permet donc à l'élève une prise de conscience des possibilités de son corps ; elle est l'un des moyens de l'apprentissage de soi ; elle favorise l'expression et la création.

Elle contribue ainsi au développement de l'élève, à son équilibre, à l'amélioration de sa santé et vise donc à offrir à chacun les meilleures conditions de réussite.

Elle s'appuie sur le goût de l'action et de la solidarité, elle développe le sens de l'effort et de la responsabilité, seul ou en coopération avec les autres, elle inspire le désir de dépassement de soi et l'esprit de compétition. Elle a donc à la fois une valeur individuelle et collective.

Ainsi l'éducation physique et sportive permet à l'élève de mieux se situer dans son environnement social, culturel et professionnel.

## 2. Instructions

L'éducation physique et sportive ne se confond pas avec les activités physiques qu'elle propose et organise. Ces dernières, outre leurs finalités propres, visent l'amélioration de la « condition physique », laquelle peut également être obtenue directement par des activités spécifiques telles que musculation, assouplissement, développement des capacités aérobies, etc.

Le choix des activités à enseigner s'effectue par le jeu combiné de leurs principales caractéristiques : les capacités et compétences que les activités permettent de développer, les difficultés d'apprentissage qu'elles impliquent, le type de relation qu'elles instaurent entre le sujet et l'environnement physique, le type de relation qu'elles instaurent entre le sujet et les autres, leur importance nationale ou locale.

Les professeurs d'éducation physique et sportive établissent une programmation des activités choisies qui précise notamment leur répartition selon des installations disponibles pour les différentes classes. Elle fixe la durée des « cycles de formation ». Les séances sont suffisamment nombreuses et rapprochées dans le temps pour permettre de réels apprentissages.

Le professeur apprécie d'une part les conduites motrices développées au cours des apprentissages en jugeant la performance, c'est-à-dire le niveau de réalisation ou d'efficacité atteint, et le niveau d'habileté et d'apprentissage atteint par l'élève, d'autre part l'investissement et les connaissances pratiques relatives aux activités acquises.

L'élève doit connaître les résultats de son action. L'évaluation formulée par le professeur au début des apprentissages est ensuite directement effectuée par

l'élève qui est alors en mesure d'identifier les difficultés rencontrées, ses possibilités individuelles, les contraintes et exigences de la tâche à accomplir. Il doit être en mesure d'apprécier progressivement la valeur de ses capacités physiques.

Le professeur peut constituer, dans la perspective d'une pédagogie différenciée, des groupes de travail homogènes ou hétérogènes selon les moments de son enseignement. La même remarque vaut pour la mixité.

Une attention particulière est apportée aux élèves présentant des handicaps de développement ou lorsqu'une contre-indication est constatée pour une ou plusieurs activités. Sans que l'on puisse confondre leur action avec une rééducation, les professeurs proposent les moyens d'organiser la pratique physique de ces élèves.

L'association sportive permet aux objectifs assignés à l'enseignement obligatoire de l'éducation physique et sportive de mieux se réaliser. La participation des élèves à des rencontres sportives adaptées à leur niveau et correspondant à leur goût leur permet d'utiliser et d'approfondir leurs acquis, d'améliorer leur maîtrise des activités sportives. L'association sportive leur permet également de concevoir, d'exercer des responsabilités et de coopérer avec des adultes. Cette vie associative scolaire établit des liaisons actives avec les groupements et associations constituant l'environnement sportif et culturel de l'établissement.

### 3. Programmes

L'éducation physique et sportive permet d'aborder un grand nombre d'activités parmi les groupes suivants :

Activités de pleine nature (ski, équitation, canoë-kayak, par exemple).

Activités physiques et sportives duelles (lutte, judo, tennis, escrime, par exemple).

Gymnastique sportive, gymnastique rythmique sportive.

Danse, activités physiques d'expression.

Sports collectifs (football, handball, basket-ball, rugby, volley-ball, par exemple).

Athlétisme.

Natation sportive, sauvetage, natation synchronisée.

Douze séances organisées selon un ou deux cycles de formation sont un minimum au-dessous duquel les progrès ne peuvent être raisonnablement attendus et en conséquence évalués. Pour chaque élève, le progrès dans quatre activités de nature différente peut être considéré comme le niveau minimum d'exigence.

### CLASSES DE SIXIÈME ET DE CINQUIÈME

Au cours de cette période particulièrement favorable aux apprentissages moteurs, l'élève, par l'utilisation de critères de réussite simples et concrets, apprend à s'auto-évaluer, à apprécier et suivre l'évolution de ses apprentissages et de ses capacités motrices.

Pour respecter les caractéristiques de sa croissance,

le professeur privilégie les exercices de faible intensité mais de longue durée ou intenses mais brefs. La priorité est donnée à l'affinement du geste, à sa précision, au développement des habiletés. La place des activités ludiques est importante ; elles permettent d'introduire des activités de libre contrat, qui impliquent la participation et la coopération et qui sont une incitation à l'apprentissage de la vie en groupe au sein de l'association sportive de l'établissement.

### 1. Les activités de pleine nature

Pratique des exercices naturels en pleine nature. Parcours divers, orientation.

Grands jeux.

Activités sportives de pleine nature et notamment celles présentant un caractère régional (ski, notamment).

Adaptation de la difficulté des pratiques à l'âge et aux possibilités des élèves.

Découverte des règles de sécurité individuelles et collectives.

### 2. Les sports collectifs

La pratique de niveau élémentaire du basket-ball, du handball, du football, du rugby, du volley-ball, etc., est associée à l'apprentissage des règles fondamentales et à la maîtrise d'éléments techniques.

Compréhension des règles et des principes de fonctionnement propres à chaque sport collectif ; coopérer pour se confronter aux autres.

Organisation du jeu.

Éléments tactiques simples.

Apprentissage des éléments individuels du jeu.

### 3. Les activités duelles

Approche des principes de ces pratiques et connaissance des règles essentielles établissant les rapports d'opposition dans un esprit sportif.

Attaque et défense ; opposition et esquive ; parade.

L'élève cherche, construit et adapte une réponse à l'action d'autrui.

Éléments techniques de ces différents sports.

Pratique élémentaire dans des conditions évitant les risques.

### 4. Gymnastique sportive, gymnastique rythmique sportive

Les déplacements et la notion d'espace.

Positions du corps dans l'espace et en rotation ; les appuis et les suspensions.

Enchaînements simples.

Initiation aux équilibres sur des bases diverses.

Familiarisation avec les engins, maniement de petits engins.

Notion de rythme d'exécution.

### 5. Danse et activités d'expression

Ces activités mettent l'accent sur les possibilités de valeur expressive du mouvement et sur les correspondances du geste et de la musique.

Déplacements variés et enchaînements en musique :

Entraînement à la création de mouvements et déplacements divers en fonction d'idées ou de thèmes simples.

Apprentissage du mouvement dans ses rapports avec la compréhension musicale.

Connaissance du corps comme moyen d'expression.  
Notions de rythme, d'accents, de nuances, etc.  
Notions sur la danse et les danses folkloriques.

## 6. Athlétisme

Le professeur maintient un juste équilibre entre les courses, les sauts et les lancers.  
L'étude de la course, des sauts et des lancers met en relief des pratiques motrices et des facteurs d'exécution.  
Allures de marche et de course.  
Appuis et équilibres.  
Rythmes et variations d'allure.  
Impulsions et réceptions.  
Notion d'effort (durée et répartition dans le temps).  
Etc.

## 7. Natation

L'apprentissage de la natation est une adaptation progressive au milieu aquatique permettant un rapide accès aux diverses nages de compétition. La maîtrise de cette discipline et du milieu où elle s'exerce est en relation directe avec celle de la respiration.  
Maîtrise du comportement et des déplacements dans l'eau.  
Maîtrise d'évolutions diverses sur l'eau et sous l'eau ; les plongeurs élémentaires.  
Initiation aux quatre nages sportives.

## CLASSES DE QUATRIÈME ET DE TROISIÈME

L'intensité du travail augmente par la répétition des exercices ou par leur exécution à plus grande vitesse. La valorisation de l'image de soi dépend, en grande partie, de la maîtrise du corps et des possibilités qu'il offre pour agir. Pour cela les buts assignés aux apprentissages sont clairement identifiés, différenciés, accessibles à chacun et évaluables par l'élève lui-même.

A cette période, de sa scolarité, l'élève cherche à s'affirmer, il subit des transformations staturales et pondérables importantes qui modifient la représentation qu'il a de son corps.

Les apprentissages s'effectuent moins facilement que précédemment, la maladresse apparaît. La variété des activités doit être réduite pour rechercher une stabilisation des apprentissages proposés et pour préparer progressivement l'élève au choix des activités qu'il souhaite privilégier.

### 1. Les activités de pleine nature

Les activités des deux années précédentes continuent à être pratiquées. D'autres peuvent être abordées :

Parcours et courses d'orientation.

Randonnées, escalade et varappe élémentaire.

Initiation au nautisme.

Préparation à la vie de camp et à ses diverses techniques.

Dans tous les cas, la recherche d'un perfectionnement technique est assortie d'une éducation à la prévention du danger et aux parades.

## 2. Les sports collectifs

Perfectionnement des pratiques des années précédentes.  
Orientation plus précise vers les formes réglementaires en relation avec les techniques collectives et individuelles.  
Accès aux niveaux plus élaborés de jeu.

## 3. Les activités duelles

Perfectionnement des pratiques abordées précédemment.  
Apprentissage d'éléments techniques plus élaborés.

## 4. Gymnastique sportive, gymnastique rythmique sportive

Constructions et réalisations d'enchaînements variés à partir des difficultés gymniques acquises.  
Apprentissage de l'évaluation des difficultés et des niveaux de réalisation à partir des « codes de pointage » adaptés.  
Amélioration de la maîtrise des conditions de sécurité, des aides, des parades.

## 5. Danse et activités d'expression

Combinaisons, associations personnelles des figures et mouvements appris.  
Recherche d'une meilleure compréhension de la musique et de l'expression.  
Recherche de créations individuelles ou collectives.  
Approche de la danse contemporaine artistique.

## 6. Athlétisme

L'intensité du travail augmente par la répétition plus importante des exercices ou par leur exécution à plus grande vitesse.  
Apprentissage des allures en course.  
Développement des techniques athlétiques.  
Notions d'entraînement individuel.

## 7. Natation

Initiation au sauvetage.  
Développement des techniques des quatre nages.  
Pratique du water-polo et de la natation synchronisée, selon le niveau des élèves et les conditions d'enseignement.