1986

**I NATURE ET OBJECTIFS**

L'éducation physique et sportive au lycée, ainsi que pour chacun des niveaux d'enseignement, assure, dans un but d'éducation, l'apprentissage des activités physiques et sportives. Ce faisant, elle fonde son enseignement sur des pratiques s'inscrivant dans l'organisation sociale d'activités de compétition, de loisir, d'entretien et d'expression mais elle a également pour finalité d'agir sur l'élève en contribuant de façon déterminante à conserver et à enrichir son patrimoine biologique, à le faire accéder à la connaissance et à la maîtrise de faits de culture ainsi qu'à développer des capacités reposant sur les différents aspects de la conduite motrice.

Ainsi, c'est le comportement moteur au travers de l'amélioration des possibilités physiques, mais également l'affectivité et la connaissance en relation avec l’environnement que l'éducation physique et sportive veut atteindre. Elle participe alors au développement de l'adolescent à son épanouissement, au maintien de sa santé et contribue à le faire accéder à l'autonomie et à la responsabilité. L'entrée en Seconde qui s'accompagne le plus souvent d'un changement d'établissement place l'élève devant l'obligation de reconstruire son système de relations face à de nouveaux professeurs, à de nouveaux camarades et à un cadre différent.

En éducation physique et sportive, cette période est déterminante, car les modifications ressenties par l'adolescent sont perceptibles dans son comportement face aux activités qui sollicitent sa force, sa résistance et son adresse, mais également ses relations avec les autres. En retour, l'éducation physique et sportive apporte une réponse attendue si elle propose à l'élève les moyens concrets de se réaliser, d'accéder à l’autonomie, de construire sa personnalité. Elle offre la possibilité d'éviter un désintérêt, voire une réaction de rejet qui marquerait l'attitude ultérieure de l'adolescent vis-à-vis des activités physiques et sportives et de leur pratique.

L'élève, confronté à une nouvelle approche de la scolarité et des méthodes de travail, perçoit qu'il entre dans une nouvelle période où des choix devront être effectués en permanence. Cette période de déterminations et d'orientations successives sera subie si l'élève n'est pas armé pour répondre aux exigences de réalisations de ses aspirations. La diversité de ses activités comme les choix qu'il effectue vont l'obliger à une organisation personnelle de son travail.

Donner les moyens d'agir par l'organisation du travail, l'acquisition de connaissances et l'enrichissement de « moyens et ressources » de l'activité motrice, c'est ce que propose l'éducation physique aux élevés du lycée par les approches suivantes :

Se connaître ;

Connaître les activités physiques et sportives ;

Connaître les autres.

1. SE CONNAÎTRE

Se connaître, c'est prendre conscience des différences, des particularités, des qualités et des possibilités des uns et des autres, c'est identifier les aptitudes et capacités, les caractéristiques morphologiques et les investir dans l'activité pour accéder à d'autres capacités.

Cette appréciation de soi parait plus facilement acceptée si elle n'est pas immédiatement comparée à celle d'autrui ; en effet, beaucoup de lycéens se disent peu attirés par la confrontation sportive avec autrui, mais recherchent d'autres formes de pratique. Toutefois, les activités physiques seront présentées aussi bien sous leur forme compétitive que sous leur forme de mise à l'épreuve ou de confrontation à une norme établie. Il s'agira alors moins de faire choisir tel ou tel mode de pratique de façon définitive que de mettre concrètement en évidence leur particularité.

Ainsi, afin d'affirmer son identité, l'élève agit et se réalise dans la pratique d'un nombre progressivement plus limité d'A.P.S. qu'il choisira compte tenu des capacités d'organisation et d'enseignement dont dispose l'établissement.

Le lycée prépare à divers modes de pratique :

La compétition (avec soi-même ou avec autrui) ;

Les activités d'entretien, pratiques corporelles visant directement les facteurs d'équilibre de motricité

Les activités esthétiques et d'expression ;

Les activités de réalisation collective au sein du groupe.

2. CONNAÎTRE LES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

Se connaître pour agir, mais aussi agir pour se connaître et connaître les activités, c'est accéder à une culture corporelle et sportive. En E.P.S. ; les expériences motrices, perceptives et relationnelles éprouvées au cours de l'action constituent des savoirs qui pour ne pas être formalisés n'en sont pas moins des connaissances réelles. Par exemple, des élèves perçoivent les effets de l'effort sur la fonction cardiaque. Les connaissances théoriques sur la «fonction cardiaque» éclairent cette connaissance intime et donnent les moyens de mieux organiser ses efforts, de concevoir les éléments de son entraînement, de sa mise en condition. Il existe d'autres connaissances en relation avec l'éducation physique et sportive, qu'elles soient physiologiques, (système cardio-vasculaire, équilibre digestif et métabolisme, etc.) ou biomécaniques (conditions mécaniques de l'efficience et de la protection des articulations, etc.), psychologiques (l'effort, la concentration, etc.) ou bio-informationnelles (diverses perceptions).

Parce que le corps n'est pas un objet extérieur pour celui qui agit, il ne suffit pas en éducation physique et sportive de construire un modèle abstrait pour comprendre le réel et agir sur lui. Il faut partir du réel (le corps en action) pour comprendre et accéder à un niveau supérieur d'habileté.

Enfin, l'E.P.S. permet d'accéder à la connaissance et à la maîtrise des caractéristiques des différentes activités sportives enseignées.

3. CONNAITRE LES AUTRES

Les groupes de travail en éducation physique et sportive permettent dans l'action un brassage d'élèves présentant des caractéristiques sociales, physiques, psychologiques diverses. Les conditions pour que s'expriment la volonté de participation et d'intégration au sein du groupe et la solidarité sont ici présentes.

Les activités physiques et sportives sont fréquemment prétextes à une aide de la part d'autrui conférant ainsi la sécurité ; elles impliquent dans les activités collectives la présence de partenaires et d'adversaires qui acceptent les mêmes règles. Il ne suffit pas, ici, d'être responsable de soi, de se mettre « en jeu » ; de se « prendre en charge » et d'organiser son activité ; l'éducation physique renvoie le plus souvent à l'organisation collective des activités.

Organiser son action c'est aussi participer à l'organisation collective de l'activité enseignée.

La communication est nécessaire, l'élève verbalise, échange à partir du langage spécifique de l'éducation physique et sportive qui décrit et analyse la réalité des conduites motrices. L'élève communique pour comprendre ses difficultés, apprécier ses capacités et celles des autres, pour identifier et utiliser les informations (en particulier les critères de réussite) susceptibles d'aider à l'organisation de l'action personnelle et collective.

**II. INSTRUCTIONS**

Dans chaque établissement, les enseignants établiront un projet pédagogique d'enseignement comportant : objectifs, contenus, démarches, évaluation. On veillera à privilégier le travail autonome des élèves. De ce fait, ils pourront être impliqués dans la définition du projet. D'autre part, l'organisation générale allant progressivement de la Seconde à la Terminale vers un enseignement par « options », la programmation des activités devra tenir compte de cette donnée, et, une fois recensées les installations disponibles, le choix des activités à enseigner s'effectuera par le jeu combiné de leurs principales caractéristiques :

Relations qu'elles instaurent entre le sujet et les autres ;

Type de relations qu'elles installent entre le sujet et l'environnement physique ;

Ressources et compétences qu'elles permettent de développer ;

Difficultés d'apprentissage qu'elles impliquent;

Importance reconnue localement ou au plan national.

Après une période d'apprentissage et d'expériences multiples, le lycée est le moment des choix et l'occasion de découvrir d'autres modes de pratique. L'éventail proposé sera le plus large possible parmi les activités des groupes suivants :

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

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

Athlétisme ;

Danse et activités d'expression ;

Gymnastique sportive et gymnastique rythmique sportive ;

Natation sportive, sauvetage, natation synchronisée ;

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

Ces activités ont été regroupées selon un ordre non préférentiel. Cette classification, pour être provisoire, constitue un inventaire non exhaustif qui présente des commodités d'ordre conventionnel. En revanche, les activités pratiquées par chacun des élèves étant progressivement moins nombreuses, la durée des temps de formation sera allongée pour chacune d'elles dans le but d'un réel approfondissement.

L'élève ayant appris au collège à se situer et à s'apprécier lui-même dans les A. P.S., il devient possible de favoriser les organisations autonomes individuelles et collectives nécessaires à une pédagogie du « contrat ». Dans ce cadre, l'élève fonde ses propres stratégies de progrès sur une connaissance des activités, éprouvées au cours d’apprentissages antérieurs.

Cependant la recherche de l'autonomie de l'élève ne doit pas conduire à écarter toute autre approche pédagogique plus directement « instructive » qui reste nécessaire selon le déroulement de la formation. Pour une même classe (ou pour un niveau de classe, lorsque les plages horaires le permettent) il est possible de proposer des ateliers de travail différenciés en fonction des niveaux d’habileté atteints.

A partir de la classe de Première, ces ateliers sont organisés selon les choix des activités effectués par les élèves. L'évaluation porte sur l'ensemble des dimensions telles qu'elles sont proposées pour le baccalauréat. Simultanément, on peut envisager la constitution de groupes hétérogènes (mixité, niveaux d'habileté différents) auxquels on proposera la réalisation d'activités collectives débouchant sur des tournois mixtes ou de rencontres diverses. L'organisation collective et l'initiative des élèves sont ici sollicitées afin d'entrer concrètement dans les modes de pratique adaptés à la vie quotidienne de l'adulte. La connaissance pratique des activités et de l'investissement personnel des élèves peut être évaluée à cette occasion. L'évaluation visera à rendre l'action la plus efficace possible, Elle portera, d'une part, sur la performance et sur le niveau d'habileté ou d'apprentissage ; d'autre part, sur l'investissement personnel et les connaissances pratiques.

Ainsi conçue, elle ne se limite pas à satisfaire aux obligations institutionnelles d'évaluation terminale, mais doit constituer le moyen pour l'adolescent de « gérer » ultérieurement ses apprentissages dans sa vie d'adulte. Pour cela, il faut en effet pouvoir comptabiliser les raisons de la réussite ou de l'échec, dans une analyse personnelle des conditions de réalisations, pour décider ensuite de la stratégie à adopter.

Le même système d'évaluation pourra être proposé aux élèves handicapés lorsque leur scolarisation ne relève pas d'un établissement spécialisé. Alors, en effet, sans envisager une « rééducation » qui n'est pas du ressort de l'établissement scolaire, les objectifs généraux de l'éducation physique et sportive peuvent leur être appliqués. Un effet didactique sera cependant nécessaire permettant d'aller jusqu'à la création de tâches particulières adaptées à leurs ressources. Pour leur évaluation, il s'agira seulement de spécifier les niveaux d'exigences en fonction des handicaps.

**III. PROGRAMMES**

Pour établir un programme en éducation physique et sportive, il est nécessaire de retenir les aspects les plus généraux d'une population scolaire. Cela ne peut conduire à gommer les différences. Tout particulièrement celles concernant les lycéens. En effet, sous les comportements d'apparence relativement homogène, s'organise un processus de différenciation qui s’accentue puis se stabilise normalement au fil du développement de l'adolescent. L'enseignement tiendra compte de ce facteur dans son approche pédagogique personnelle.

EN SECONDE

Le nouvel environnement scolaire peut autoriser des activités jusqu’ici peu ou pas pratiquées. Leur présentation ne doit pas être contradictoire avec la volonté de consolider les acquis antérieurs, qui peuvent trouver là une nouvelle occasion de s'exprimer et de se développer. D'autre part, on recherchera une attitude dynamique de l'élève, aussi bien dans la construction de sa personnalité que dans ses relations avec le groupe. A cet égard, l'association sportive de l'établissement, en diversifiant les modes de pratique par rapport au collège (y compris dans leur dimension d'activité de loisir ou d'expression), doit avoir une influence déterminante.

1. Activités de pleine nature

Les activités abordées au collège seront poursuivies selon les possibilités locales (ski, course d'orientation, escalade, varappe, nautisme, randonnées...). Des difficultés plus grandes seront graduellement introduites donnant chaque fois l'occasion de renforcer les mesures de coopération nécessaires à la sécurité des pratiquants.

2. Activités duelles

Diversification d'éléments techniques plus élaborés caractérisant les rapports d'opposition en attaque comme en défense (contre-attaque, contre riposte, anticipation, feinte). Pratique plus structurée intégrant les facteurs de sécurité.

3. Athlétisme

Consolidation des acquis, recherche de pouvoirs nouveaux par l'apprentissage de nouvelles spécialités, ou par rattrapage des «manques». L'accent sera mis sur le caractère personnalisé de l'entraînement.

4. Danse et activités d'expression.

Les habiletés et connaissances abordées au collège seront renforcées : compréhension du contenu expressif de la musique, sa transposition gestuelle; combinaisons associations personnelles des figures et mouvements appris. Les différents supports de l'expression corporelle seront exploités. L'imagination créatrice sera sollicitée sur la base des contenus déjà maîtrisés.

5. Gymnastique sportive, gymnastique rythmique sportive

Les modifications physio-morphologiques inhérentes à cet âge peuvent perturber les habiletés précédemment acquises. Une réorganisation de la motricité spécifique de cette discipline sera souvent nécessaire La recherche esthétique sera valorisée. Consolidation des conditions de sécurité (aides-parades) permettant de solliciter le « cran » dans les meilleures conditions (risque subjectif maximum et risque objectif minimum).

6. Natation

Les conditions d'enseignement de la natation étant très variables, des « remises à niveau » peuvent être nécessaires, en reprenant les thèmes abordés au collège. « L'aisance dans l'eau » sera alors l'objectif principal. L'étude technique des quatre nages sera poursuivie y compris la technique des virages. Plusieurs formes de plongeons et d'évolutions sous l'eau (recherche de mannequin ou expression) tendant à associer les espaces aériens et aquatiques.

7. Sports collectifs

Des séances de formation, à partir des niveaux de jeu observés permettant d'atténuer l'hétérogénéité excessive due par exemple à des volumes de pratique antérieure disparates ou chercher à équilibrer les niveaux d'habileté dans les différents compartiments du jeu (joueur en attaque, sans ballon, avec ballon, joueur en défense, en rapport avec la cible...). Organisation de l'équipe dans différents domaines : arbitrage, chronométrage, etc.

EN PREMIERE et TERMINALE et PREMIERE et SECONDE ANNÉES DU CYCLE D'ETUDES CONDUISANT AUX BACCALAUREATS PROFESSIONNELS

Compte tenu des possibilités matérielles et des capacités d'enseignement, sous réserve également de conserver aux pratiques un équilibre compatible avec les objectifs généraux de l'éducation physique et des sports, l'enseignement par options permettra un réel approfondissement dans la connaissance et la pratique des activités et l'affinement des conduites motrices. Pour chaque élève, six activités réparties sur les deux années comprenant celles qui seront retenues pour les épreuves du baccalauréat constituent une indication raisonnable.

Sur le plan pédagogique, on veillera plus particulièrement aux objectifs de méthode (s'informer, observer, régler ses actions et se les représenter) et d'attitude (pensée critique et rationnelle : curiosité, créativité, sens de la responsabilité et de l'action efficace, communication, sens des valeurs morales nécessaires à la vie en société).

Enfin, dans les classes conduisant aux baccalauréats professionnels, il sera tenu compte des caractéristiques de la profession préparée pour que l'éducation physique et sportive permette l'amélioration ultérieure des conditions de vie et de sécurité. Outre ses fonctions d'accès volontaire à la compétition et aux différentes formes de pratiques physiques, l'association sportive de l'établissement sera le lieu privilégié de l'exercice de ces valeurs à travers des prises de responsabilités effectives dans l'encadrement, l'animation de l'A.S. et dans la conception de son plan d'action.

1. Activités de pleine nature

Dans certaines circonstances, les activités de pleine nature pourront être pratiquées sous des formes plus élaborées : randonnées à ski, descentes de rivière, etc., concrétisant une connaissance sérieuse de l'activité.

2. Activités duelles

Préparation à différents modes de pratique allant de la compétition à des activités d'entretien et de loisir (tournois, rencontres, organisation...).

3. Athlétisme

L'effort soutenu sera valorisé. Affinement des facteurs techniques d'exécution. Recherche de la confrontation avec soi-même et avec les autres. Prises de responsabilités, conduite d'entraînements personnels et collectifs.

4. Danse et activités d'expression

Approfondissement du travail précédent. Enrichissement du « répertoire » gestuel ;

Recherche d'une synthèse de tous les moyens d'expression par la mise en action d'une recherche dans le domaine de l'interprétation musicale et de l'improvisation.

5. Gymnastique sportive, gymnastique rythmique sportive

Des progrès significatifs dans cette discipline nécessitent un entraînement assidu et prolongé. C’est l’activité optionnelle type. On recherchera une connaissance suffisante des principes d'action permettant de solliciter la créativité, notamment en GRS.

6. Natation

Recherche de rationalisation de l'entraînement par une préparation physique spécifique, l'affinement des sensations propulsives, adaptation cardio-respiratoire. Aisance dans la durée et l'espace.

Orientation éventuelle complémentaire : plongeon, water-polo, natation synchronisée, plongée sub-aquatique.

7. Sports collectifs

Affinement des choix tactiques. Effort de maîtrise des principes d'action communs à plusieurs sports collectifs et facilitant ainsi de futurs apprentissages. Accès l'organisation autonome et rationnelle de rencontres, tournois, etc.