

Education physique et sportive

L'éducation physique et sportive au collège

Dans la continuité de l'école primaire, l'éducation physique et sportive au collège met l'élève en contact avec un grand nombre d'activités physiques, sportives et artistiques qui constituent un domaine de la culture contemporaine. Selon leur nature, ces activités privilégient un mode particulier de relations et d'adaptations face à l'environnement physique et humain. Elles permettent à tous les élèves de s'éprouver physiquement et de mieux se connaître en vivant des expériences variées et originales, sources d'émotion et de plaisir.

1. FINALITÉS DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

L'EPS vise chez tous les élèves :

Le développement des capacités nécessaires aux conduites motrices ;

L'acquisition, par la pratique, des compétences et connaissances relatives aux activités physiques, sportives et artistiques ;

L'accès aux connaissances relatives à l'organisation et à l'entretien de la vie physique.

Ainsi, l'EPS contribue au développement de la personne.

Plus largement et par rapport aux autres disciplines, c'est la diversité des environnements, dans lesquels sont vécues les expériences individuelles et collectives, qui permet à l'EPS de participer de façon spécifique à l'éducation à la santé, à la sécurité, à la solidarité, à la responsabilité et à l'autonomie. En offrant des occasions concrètes d'accéder aux valeurs sociales et morales, notamment dans le rapport à la règle, l'EPS contribue à l'éducation à la citoyenneté.

L'association sportive de l'établissement constitue, à cet égard, un champ d'expériences d'une particulière richesse, dans le même temps où elle offre des possibilités d'approfondissement et de découvertes.

2. OBJECTIFS GÉNÉRAUX

Les activités proposées aux élèves sont très variées : ces derniers sont ainsi confrontés à de grandes catégories de situations éducatives et découvrent les activités qu'ils pourront poursuivre au-delà de l'école.

Ces activités sont l'occasion pour l'élève de se mettre en relation avec le monde physique ou avec les autres, et de mieux se connaître.

Dans le cadre des relations que l'individu entretient avec le monde physique, deux objectifs sont privilégiés :

Apprendre à mobiliser ses ressources et les développer en vue d'atteindre une plus grande efficacité lors d'une performance, d'une épreuve ou d'une compétition dont les résultats peuvent être appréciés ou mesurés dans le temps et l'espace ;

Apprendre à agir en sécurité pour soi, pour les autres, dans les activités et milieux les plus divers, notamment dans un milieu de pleine nature ou reproduisant celui-ci.

Cette confrontation à l'environnement, le plus souvent individuelle, permet d'appréhender les dimensions terrestres, aériennes, aquatiques des conduites motrices.

Une attention particulière est portée à l'enseignement de la natation pour les élèves ne sachant pas nager à l'entrée au collège.

Dans le cadre des relations de coopération, de confrontation et de communication avec autrui, on privilégie les objectifs suivants :

Résoudre et maîtriser les problèmes posés par l'opposition à autrui (affrontements directs ou indirects avec instruments) ;

Résoudre et maîtriser les problèmes posés par la coopération en vue d'une action collective avec ou sans opposition ;

Construire et développer des actions destinées à être vues et jugées par autrui. Celles-ci peuvent avoir pour objectif de provoquer une émotion, de s'inscrire dans une démarche artistique ou de faire référence à une dimension esthétique.

Dans le cadre du développement de la connaissance de soi, on veille à enrichir le rapport que l'élève entretient avec son corps et à favoriser l'élaboration d'une image de soi positive. A cette fin, on privilégie les objectifs suivants :

Développer les perceptions sensorielles ;

Surmonter les appréhensions et savoir prendre les décisions liées à l'action motrice.

Les différents objectifs présentés ci-dessus sont essentiels pour éduquer de façon équilibrée les élèves sur les plans physique et sportif et sur celui du comportement et de la maîtrise de soi ; les professeurs peuvent les compléter par d'autres pour tenir compte au mieux des besoins et des caractéristiques de leurs classes.

3. NATURE DES ACQUISITIONS

Les apprentissages mènent en EPS à l'acquisition de compétences :

Des compétences spécifiques nécessaires à la réalisation efficace de chacune des activités enseignées ; elles révèlent la maîtrise de savoirs et de techniques intégrés dans l'action même et contribuent à l'élaboration de compétences et de connaissances plus larges, repérables à l'occasion de la pratique de plusieurs activités ;

Des compétences propres à un groupe d'activités ;

Des compétences générales. Celles-ci ont deux fonctions importantes, progressivement prises en compte au collège :

L'identification et l'appréciation des conditions et des déterminants de l'action,

La gestion et l'organisation individuelle et collective des apprentissages dans des conditions optimales de sécurité.

Programme de la classe de Sixième

Les élèves qui entrent en classe de Sixième présentent globalement quelques traits caractéristiques particulièrement sollicités par les pratiques physiques :

Le désir d'agir, en vue d'un plaisir et d'un résultat immédiats ;

L'envie de jouer avec les autres, qui conduit l'élève à ressentir la nécessité de la règle. Dans cette perspective, la règle ne leur apparaît pas comme une contrainte artificielle mais comme faisant partie de l'action elle-même ;

Le retentissement affectif intense suscité par leur engagement dans l'action physique. De nombreuses activités physiques provoquent une mise à l'épreuve de l'élève lors de l'affrontement des obstacles du milieu physique ou de l'interaction motrice avec autrui. Cette sollicitation déclenche de profondes émotions qui peuvent devenir des stimulants favorables à la motivation et au progrès.

1. COMPÉTENCES SPÉCIFIQUES

Le grand nombre d'activités physiques, sportives et artistiques pouvant être enseignées ne permet pas d'établir dans ce programme la liste exhaustive des compétences spécifiques à chacune d'elles.

Des exemples précis seront donnés dans les documents d'accompagnement.

2. COMPÉTENCES PROPRES A DIFFÉRENTS GROUPES D'ACTIVITÉS

Ce programme présente, selon les appellations habituellement utilisées en éducation physique et sportive, les compétences propres à des groupes d'activités.

Activités athlétiques

En lancers :

Assurer la tenue et le contrôle de l'engin ;

Différencier les formes des lancers et des trajectoires.

En sauts et courses de haies (associés à ce niveau d'enseignement) :

Organiser sa course par rapport à la zone d'impulsion ;

Différencier diverses orientations d'impulsions et leurs conditions d'exécution.

En course de vitesse ou en relais :

Adopter une position permettant une mise en action rapide en réaction à un signal ;

Réguler la direction des déplacements.

En course de durée :

Réguler son allure ;

Maîtriser sa respiration.

Commentaire : une attention particulière est portée à la coordination.

Activités aquatiques

Maîtriser la capacité à maintenir un équilibre propice au déplacement, établir et rompre l'équilibre horizontal, orienter et mobiliser la tête en conséquence, utiliser des repères visuels, aligner et allonger le corps et les segments.

Maîtriser la respiration, utiliser diverses solutions pour s'immerger en variant les formes et le débit de la respiration.

Maîtriser la propulsion par l'orientation des surfaces propulsives, le rythme et la continuité des actions.

Commentaires :

L'élève sachant nager est capable, en eau profonde, de sauter ou plonger pour réaliser sans interruption une distance donnée, un maintien sur place et la recherche d'un objet immergé ;

Le cas particulier des élèves ne sachant pas nager est traité de façon spécifique dans la partie « Mise en oeuvre du programme en éducation physique et sportive. 2. Interventions pédagogiques particulières ».

Activités gymniques

Adapter sa motricité aux différents appareils dans des situations inhabituelles : monter sur, se balancer, tourner autour, franchir, sauter, se renverser, se réceptionner dans les chutes.

Construire les positions et postures essentielles à l'activité (appuis, suspensions...).

Présenter des difficultés simples avec une intention esthétique ou acrobatique.

Produire une continuité des actions réalisant, le cas échéant, une interaction entre le corps, les engins et la musique.

Commentaire : l'élève investit l'espace dans toutes ses dimensions.

Activités physiques artistiques

Selon un mode de composition défini par l'enseignant, différencier un début, un développement, une fin dans l'organisation des formes, des trajets, des relations entre partenaires.

A partir de thèmes simples, construire un projet expressif et le mettre en oeuvre dans une démarche de création guidée.

Evoquer le réel par le choix de formes corporelles signifiantes extraites du quotidien.

Orienter la composition par rapport aux spectateurs, utiliser des éléments scéniques.

Maîtriser des formes, des mouvements nouveaux, des enchaînements simples, en relation éventuelle avec un monde sonore pour communiquer un sens, une émotion et connaître ses possibilités expressives.

Tenir un rôle devant autrui.

Commentaire : en fin de Sixième, l'élève doit être initié à la pratique d'une activité physique artistique par une première approche, donnant lieu à production, des notions de création, de composition et d'interprétation.

Activités physiques de combat

Projeter en contrôlant la chute de l'adversaire.

Au sol, amener l'adversaire sur le dos et le maintenir en choisissant les placements et déplacements favorables.

Utiliser les déplacements de l'adversaire, pour des attaques directes sur tirades ou poussées de l'adversaire.

Accepter l'affrontement, maîtriser ses émotions.

Commentaire : en classe de Sixième, une attention particulière peut être accordée aux sports de combat de préhension. Dans ce cas, dans un souci de sécurité, l'expérience de l'affrontement debout ne peut être envisageable avant que l'élève ne sache à la fois chuter et faire chuter sans risques.

Activités d'opposition duelle : sports de raquettes

Se déplacer, s'organiser pour frapper et renvoyer.

Se replacer après la frappe.

Réaliser des frappes en jouant sur les paramètres simples des trajectoires (vitesse et direction).

Marquer le point en jouant sur la continuité, sur la diversité, dans l'espace libre ou sur le point faible adverse.

Commentaire : en Sixième, les compétences acquises doivent permettre à l'élève d'assurer la continuité du jeu et de construire, en position favorable, la rupture de l'échange, éventuellement dans des situations aménagées.

Activités de coopération et d'opposition : sports collectifs

S'inscrire dans un jeu collectif et chercher à marquer plus de points que l'adversaire :

Différencier jouer contre et jouer avec ;

Se reconnaître attaquant ou défenseur ;

Intégrer la notion de cible.

Respecter dans le jeu les règles essentielles du sport collectif pratiqué.

Faire les choix élémentaires permettant d'atteindre la cible :

Jouer seul ou jouer avec un partenaire ;

Tirer ou passer ;

Jouer court ou jouer long.

Maîtriser quelques techniques nécessaires à la forme de jeu développée et relative :

A l'occupation de l'espace ;

A l'action de tir et de marque ;

Au déplacement éventuel avec la balle ;

A la liaison réceptionneur/non réceptionneur, porteur/non porteur, lorsqu'elle est nécessaire et possible.

Commentaire : en Sixième, les compétences et connaissances à acquérir dans le cadre d'un jeu à effectifs réduits doivent permettre, en coopération avec les partenaires, de mettre en difficulté l'équipe adverse et de valoriser un jeu vers le but.

Activités physiques de pleine nature

Identifier le but à atteindre, le nombre et l'emplacement des obstacles, les forces des éléments naturels.

Construire son déplacement au fur et à mesure de son action.

Adopter un équilibre et une motricité adaptés et spécifiques à l'activité pratiquée, en milieu naturel ou le reproduisant.

Connaître les principes mécaniques fondamentaux permettant d'utiliser les appuis, appliquer et répartir les forces pour s'équilibrer et progresser.

Assurer sa sécurité en respectant les consignes et les techniques de sécurité.

Identifier son niveau de pratique.

Prendre conscience des risques.

S'engager en tenant compte de ses réactions émotionnelles.

Respecter l'environnement physique et humain.

Commentaire : en Sixième, l'élève doit accepter de s'engager dans un milieu sécurisé et présentant des contraintes limitées : peu d'obstacles, force modérée des éléments.

3. COMPÉTENCES ET CONNAISSANCES GÉNÉRALES

L'engagement physique et la mise en jeu de la personne dans toute sa dimension, caractéristiques de l'EPS, donnent un sens particulier aux rapports que l'élève établit avec la règle et qu'il vit concrètement au cœur même des apprentissages.

La maîtrise des réactions émotionnelles, le dosage de l'effort et l'identification des facteurs des risques corporels aident l'élève à organiser ses apprentissages, seul ou avec d'autres.

Des relations particulières se dégagent entre l'EPS et d'autres disciplines.

Ainsi, en Sixième, est privilégié ce qui permet à l'élève :

Au plan individuel :

D'identifier le but, les résultats et les principaux critères de réussite de l'action motrice ;

De connaître les risques et respecter les règles liés aux activités physiques pratiquées et aux équipements utilisés ;

D'être attentif et de maintenir une vigilance face aux événements ;

De maîtriser ses émotions.

Au plan des relations à autrui :

D'éprouver sa volonté de vaincre dans le respect de l'adversaire ;

D'accepter la décision d'un arbitre ou l'appréciation d'un juge ;

De savoir perdre et gagner loyalement.

L'accès concret à ces valeurs participe de l'éducation du futur citoyen (développement d'une attitude active et critique vis-à-vis des spectacles et des pratiques sportifs).

En relation avec d'autres disciplines :

D'identifier les effets de la motricité et de l'effort physique sur le corps (en relation avec les sciences de la vie...) ;

D'identifier les caractéristiques et les contraintes de l'environnement (en relation avec les sciences de la terre...) ;

De savoir s'exprimer, à propos des apprentissages moteurs, en utilisant les termes appropriés.

En relation avec les autres disciplines (notamment, le français...), l'enrichissement du vocabulaire et la maîtrise de la langue passent, en Sixième, par la capacité à décrire ce que l'on fait et ce que font les autres.

MISE EN OEUVRE DU PROGRAMME EN ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

1. PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS ET DES CONTENUS D'ENSEIGNEMENT

Sur les quatre années du collège, les enseignants d'éducation physique et sportive ont la responsabilité de répondre en même temps à une double exigence : définir des contenus permettant la réalisation des objectifs éducatifs généraux et programmer un ensemble équilibré d'activités en tenant compte de leurs différents apports spécifiques.

L'ensemble des groupes d'activités devra être abordé au cours de la scolarité en collège.

La détermination des contenus d'enseignement conduit à l'élaboration du projet pédagogique d'éducation physique et sportive ; celui-ci se fonde sur l'analyse des acquisitions antérieures des élèves et de leurs besoins, et sur la prise en compte des objectifs généraux du collège.

Les équipes d'enseignants d'EPS se fixeront des objectifs de compétences à atteindre en fin de Sixième dans les activités programmées.

En Sixième, compte tenu de l'horaire, l'éventail des activités offertes peut être assez largement ouvert. Toutefois, la durée de chacun des cycles d'apprentissage doit être suffisante pour que les acquisitions des élèves aux plans des compétences et des connaissances soient significatives de réels progrès. Dès lors qu'une activité est susceptible d'être l'objet d'une évaluation en fin de période d'apprentissage, la durée de celle-ci ne saurait être inférieure à dix heures de pratique effective.

2. INTERVENTIONS PÉDAGOGIQUES PARTICULIÈRES

Il existe en éducation physique et sportive des interventions pédagogiques particulières : elles peuvent prendre la forme d'exercices qui renforcent telle ou telle dimension du développement de l'élève. Elles peuvent être introduites simultanément ou parallèlement aux apprentissages sportifs. Elles participent à la construction d'attitudes et d'habitudes corporelles.

Ce sont des exercices de prise de conscience des fonctions sensorielles (musculaires, articulaires, perceptives), de renforcement musculaire, de renforcement de la fonction cardio-respiratoire, de relaxation et d'intériorisation sensorielles, d'assouplissement, d'adresse et d'équilibre, de sécurité active (secourisme) et passive (conditions matérielles).

Des actions de soutien peuvent être envisagées pour les élèves présentant, à leur arrivée au collège, des insuffisances ou des lacunes. C'est particulièrement le cas en natation, compte tenu de l'importance que revêt, pour chaque individu, le fait de savoir nager. Tout doit être mis en oeuvre pour que cette compétence soit acquise dès la fin de la classe de Sixième, période la plus favorable à ce rattrapage.

3. ÉVALUATION

Le projet pédagogique d'établissement précise ce qui doit être évalué pour chacune des activités enseignées. Le présent programme constitue à cet égard, avec son document d'accompagnement, un ensemble de références qui aide l'enseignant à identifier ce qui, dans son enseignement, doit être évalué dans le cadre des instructions en vigueur. Il ne résume pas, à lui seul, tout ce qui est enseigné en éducation physique et sportive.

(BO n° 29 du 18 juillet 1996.)