

collection Lycée – voie générale et technologique  
série Accompagnement des programmes

# Éducation physique et sportive (I)

classes de seconde, première et terminale

**Seconde**

applicable à la rentrée 2000

**Première et terminale**

applicable à la rentrée 2001

Ministère de l'Éducation nationale  
Direction de l'Enseignement scolaire

Centre national de documentation pédagogique

Achévé d'imprimer sur les presses de Maulde et Renou  
Mars 2001

**Suivi éditorial** : El Houssine Djennad et Nicolas Gouny

**Maquette de couverture** : Catherine Villoutreix

**Maquette** : Fabien Biglione

**Mise en pages** : Michelle Bourgeois

© CNDP, mars 2001  
ISBN : 2-240-00700-1  
ISSN : 1624-5393

# Sommaire

<b>Préface</b> .....	5
 <b>ENSEMBLE COMMUN</b>	
Préambule aux fiches 1 et 2 .....	9
<b>Fiche 1</b> : Volley-ball .....	11
<b>Fiche 2</b> : Hand-ball .....	16
Préambule aux fiches 3 et 4 .....	21
<b>Fiche 3</b> : Badminton .....	23
<b>Fiche 4</b> : Tennis de table .....	28
<b>Fiche 5</b> : Course de haies .....	32
Préambule aux fiches 6 et 7 .....	40
<b>Fiche 6</b> : Natation de course .....	41
<b>Fiche 7</b> : Sauvetage sportif .....	47
<b>Fiche 8</b> : Gymnastique au sol .....	51
Préambule aux fiches 9 et 10 .....	56
<b>Fiche 9</b> : Escalade .....	58
<b>Fiche 10</b> : Course d'orientation .....	64
<b>Fiche 11</b> : Danse .....	71
<b>Fiche 12</b> : Judo .....	78
Préambule aux fiches 13 et 14 .....	83
<b>Fiche 13</b> : Course en durée .....	86
 <b>ENSEMBLE COMPLÉMENTAIRE</b>	
<b>Fiche 14</b> : Musculation .....	93
<b>Fiche 15</b> : Cirque .....	98
<b>Fiche 16</b> : Boxe française .....	103

Préambule aux fiches 17 et 18 .....	106
<b>Fiche 17</b> : Stretching .....	108
<b>Fiche 18</b> : Relaxation .....	111
<b>Fiche 19</b> : Gymnastique aérobique .....	114
<b>Fiche 20</b> : Gymnastique rythmique .....	117
<b>Fiche 21</b> : Tir à l'arc .....	123

# Préface

Les programmes d'éducation physique et sportive pour les classes de seconde sont publiés dans le volume 3 du *BOEN* hors-série n° 6 du 31 août 2000. Ils sont applicables à la rentrée 2000-2001, à la suite de la consultation nationale de l'année scolaire 1999-2000. Les textes de la classe de première publiés dans le volume 4 du *BOEN* hors-série n° 7 du 31 août 2000 seront applicables à la rentrée 2001-2002. L'ensemble de ces programmes est structuré par un raisonnement qui introduit une cohérence allant des finalités et objectifs de la discipline aux contenus des programmes. Quatre types de connaissances en constituent les éléments essentiels : informations, techniques et tactiques, connaissances sur soi, savoir-faire sociaux. L'intégration de ces connaissances dans l'action permet à l'élève de faire face à des situations ou des ensembles de situations proposés par l'enseignant d'éducation physique et sportive. Ces situations sont ainsi le lieu de sollicitation et de construction de compétences. Huit compétences finalisent l'enseignement ; elles se déclinent selon deux composantes :

– **la composante culturelle** : « réaliser une performance mesurée à une échéance donnée » (CC1), « adapter ses déplacements aux différents types d'environnements » (CC2), « concevoir et réaliser des actions à visée artistique ou esthétique » (CC3), « conduire un affrontement individuel et/ou collectif » (CC4) ;

– **la composante méthodologique** : « s'engager lucidement dans la pratique de l'activité » (CM1), « se fixer et conduire de façon de plus en plus autonome un projet d'acquisition ou d'entraînement » (CM2), « mesurer et apprécier les effets de l'activité » (CM3), « se confronter à l'application et à la construction de règles de vie et de fonctionnement collectif » (CM4).

Ces compétences sont ensuite spécifiées dans les activités physiques, sportives et artistiques de deux ensembles qui constituent l'offre couramment proposée par les établissements scolaires :

– **l'ensemble commun** : volley-ball, basket-ball, hand-ball, football, rugby, badminton, tennis de table, courses, sauts, lancers, triathlon, natation, gymnastique artistique, gymnastique acrobatique, escalade, course d'orientation, danse, judo, lutte, course en durée ;

– **l'ensemble complémentaire** : activités de cirque, boxe française, étirements, gymnastique rythmique, gymnastique aérobique, techniques de relaxation, musculation, tir à l'arc, etc.

Pour compléter cette démarche et créer une interface entre les textes de programme et les contenus d'enseignement conçus par les enseignants, des fiches proposent pour ces deux ensembles :

- les compétences du programme spécifiées dans les activités et attendues des élèves (à l'issue de l'enseignement et des apprentissages) ;
- les connaissances à acquérir ;
- des exemples de situations susceptibles de les mobiliser.

De la classe de seconde au cycle terminal, les programmes établissent une progressivité dans l'acquisition des connaissances. En seconde, celles-ci constituent des prérequis nécessaires afin d'assurer une homogénéité de la formation des lycéennes et lycéens issus d'une diversité de collèges, avant de s'engager dans le cycle terminal. Pour celui-ci, deux niveaux d'acquisitions sont proposés :

– un **niveau minimal** exigible : il définit le socle commun de connaissances des classes du cycle terminal, et correspond aux acquisitions minimales d'un lycéen physiquement éduqué. Il doit être atteint à l'issue des deux années du cycle terminal ;

– un **niveau maximal** : les enseignants permettront aux élèves de viser ce niveau 2 et auront toute latitude d'en déterminer les moyens et les étapes.

Vingt et une fiches sont proposées à chaque niveau de l'enseignement. Elles ont été élaborées par une douzaine d'experts en activités physiques, sportives et artistiques.

Les documents d'accompagnement des programmes publiés dans ce volume constituent un commentaire détaillé de ces fiches. Un cahier des charges a été élaboré en concertation avec les experts afin de garantir une certaine homogénéité de présentation. Il se développe en huit points :

- l'activité physique et le lycéen afin de préciser les enjeux éducatifs ;
- l'activité physique et les compétences du programme qu'elle sollicite ;
- le commentaire de la situation proposée en classe de seconde ;
- des exemples de relations entre les connaissances du programme dans cette situation ;
- éventuellement, le commentaire d'autres situations ou de modalités de pratiques ;
- le commentaire des situations de niveau 1 et 2 ;
- les éléments de progressivité dans cette activité au lycée ;
- les relations aux autres activités de l'ensemble commun et complémentaire et aux autres disciplines de l'enseignement commun.

De la même façon que les enseignants disposent d'une latitude d'interprétation des programmes, les experts ont conservé une marge importante d'initiative dans le cadre de ce cahier des charges commun afin de ne pas contraindre la rédaction et de conserver l'originalité de chaque démarche, de chaque activité.

En outre, ces documents d'accompagnement ne constituent qu'une première étape de l'interprétation des programmes. Il est en effet souhaitable que leur contenu soit l'objet d'un débat plus large qui pourra bénéficier aux enseignants, étudiants et formateurs.

Gilles Klein,  
*président du groupe technique disciplinaire  
d'éducation physique et sportive*

Nous remercions pour leur contribution à l'élaboration de ce document d'accompagnement :

Michel BROUSSE : judo

Myriam CASSAGNE : gymnastique rythmique

Yves CASTELLO : tir à l'arc

Geneviève COGERINO : stretching et relaxation

Raymond DHELLEMES : course en durée et musculation

Nadine HASCHAR-NOE : danse et cirque

Dominique MAILLARD : natation de course et sauvetage

René NESME : gymnastique au sol

Didier PREUVOT : badminton et tennis de table

Frank ROSENTHAL : boxe française

Alain SOLER : course de haies

Serge TESTEVIDE : escalade et course d'orientation

Michel VIDECOQ : volley-ball et hand-ball