

# *Projet EPS*

*Jean Faurès*

**Version 6  
Actualisée en 2019**



## I. Introduction

Cette version est la version 6 du projet EPS qui s'appuie sur le travail collaboratif mené par l'équipe EPS en 2018-2019.

Elle ne constitue ni un début ni une fin, mais un point d'étape supplémentaire.

## III. Les conditions matérielles

Notre collège est pourvu d'installations sportives intégrées qui donnent à l'EPS une position privilégiée au sein de l'établissement.

Le collège jouit donc de bonnes conditions matérielles dont :

- Un gymnase type C où l'on peut disposer de 3 terrains de volley ou 7 terrains de badminton ou 3 terrains de basket
- Un mur d'escalade intérieur
- Une salle spécifique de danse
- Une salle spécifique tennis de table
- Une piste d'athlétisme non encore construite avec un sautoir en longueur
- 2 terrains de hand extérieurs et 4 terrains de basket non encore construits
- la piscine (12 mn en bus, 25 mn à pied)

A titre d'exemple, l'ILPA déterminé dans la version 4 du projet EPS montre une grande qualité d'enseignement au sein des installations du collège.

|                                                                                 | 6e                                                                                                                                                       |              | 5e                                     |              | 4e                               |              | 3e                                                     |                      |
|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------|--------------|----------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------|----------------------|
|                                                                                 |                                                                                                                                                          | ILPA         |                                        | ILPA         |                                  | ILPA         |                                                        | ILPA                 |
| CP1 : Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée | Relais vitesse N1                                                                                                                                        | 0,75         | Haies N1<br>(Lancer N1 à expérimenter) | 0,5          | Hauteur N1                       | 0,75         | Haies ou<br>Vitesse relais N2                          | 0,50<br>0,63         |
|                                                                                 | 2 cycles de natation par classe N1 vitesse puis N1 distance si possible (30 h programmées, 15h effectives)<br>+ 1h de PPPE natation pour les non nageurs | 0,75         | Natation N2 vitesse (souhaitable)      | 0,75         | Natation N2 (possible)           | 0,75         | Natation N2                                            | 0,75                 |
| CP2 : Se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains       | Escalade N1                                                                                                                                              | 1            | Voyage au ski N1<br>Escalade N2        | 1<br>1       | Voyage au ski N2<br>Escalade N2  | 1<br>1       | Escalade N2/3                                          | 1                    |
| CP3 : Réaliser une prestation corporelle à visée artistique ou acrobatique      | Danse N1                                                                                                                                                 | 1            | Danse N2                               | 1            | Acrosport N2                     | 0,75         | Danse N2                                               | 1                    |
|                                                                                 | Gymnastique N1<br>Acrosport N1                                                                                                                           | 0,63<br>0,88 | Gymnastique N2                         | 0,63         |                                  |              | Gymnastique N2                                         | 0,63                 |
| CP4 : Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif             | Hand ball N1                                                                                                                                             | 0,75         | Hand ball N2<br>Volley ball N1         | 0,63<br>0,75 | Volley ball N2<br>Basket ball N1 | 0,75<br>0,88 | Hand ball N2 ou<br>Volley ball N2 ou<br>Basket ball N2 | 0,63<br>0,75<br>0,88 |
|                                                                                 | Badminton N1                                                                                                                                             | 1            | Badminton N2                           | 1            | Tennis de table N1               | 0,75         | Badminton N2 ou<br>Tennis de table N2                  | 1<br>0,88            |
|                                                                                 | Combat N1                                                                                                                                                | 1            |                                        |              |                                  |              |                                                        |                      |

Les APSA, leurs situations de référence et compétences programmées sont portées en annexe.  
L'ILPA global de l'établissement se situe aux alentours de 0,8.

Le projet d'établissement étant caduque, le projet EPS s'appuie sur les axes du projet académique et sur la continuité avec le projet existant.

| Axes du projet académique                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Axes du projet actuel en continuité avec les axes antérieurs du projet EPS                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Aux former pour mieux réussir à l'école</b></p> <p>Objectif 1 : Conforter les apprentissages de base et installer le socle commun<br/> Objectif 2 : Améliorer la fluidité et la sécurisation des parcours<br/> Objectif 3 : Développer la persévérance scolaire<br/> Objectif 4 : Conforter le pilotage pédagogique</p>                                             | <p><b>Prendre en compte les élèves en difficulté dès la 6e, notamment en natation</b></p>                                                                                                                                                |
| <p><b>Aux accueillir pour assurer l'équité</b></p> <p>Objectif 1 : Développer l'offre et l'usage du numérique à l'école<br/> Objectif 2 : Agir sur le climat scolaire et l'apprentissage à travailler ensemble<br/> Objectif 3 : Lutter contre les inégalités territoriales<br/> Objectif 4 : Favoriser un environnement de travail de qualité et une GRH performante</p> | <p><b>Maintenir un nombre d'inscrits aux projets culturels, artistiques et sportifs élevé</b></p> <p><b>Assurer une offre EPS de qualité et attrayante dans le cadre des menus de 3e, de l'AS et de travail interdisciplinaire *</b></p> |
| <p><b>Favoriser une meilleure ouverture à l'école</b></p> <p>Objectif 1 : Permettre une meilleure connaissance du monde économique et social<br/> Objectif 2 : Développer l'ouverture internationale et les parcours artistiques, culturels et sportifs<br/> Objectif 3 : Favoriser tous les partenariats pour préparer à la citoyenneté</p>                              | <p><b>Ouvrir l'EPS sur une pratique planche à voile en section sportive orientée vers des projets sportifs forts</b></p> <p><b>Projet Génération 2024</b></p>                                                                            |

## VI. L'EPS dans l'interdisciplinarité

L'équipe EPS a depuis 30 ans contribué aux projets interdisciplinaires:

- voyage interdisciplinaire autour de la montagne
- voyage Chorale / danse
- voyage Freinet avec des randonnées,
- etc

En 2018/2019, et depuis 10 ans, un projet interdisciplinaire concernant la santé a eu lieu en liaison avec la SVT.

En 2018/2019, un projet interdisciplinaire concernant l'environnement a eu lieu en liaison avec la Physique Chimie.

## VII. La section sportive planche à voile

La section sportive a lieu depuis plus de 30 ans. Elle permet à des élèves motivés de concilier leurs études et les entraînements nécessaires à la pratique de la planche à voile, de la 6e à la 3e.

Ses contenus sont juxtaposés à ceux du socle commun:

Domaines du socle / compétences travaillées :

D1/C1 : Réaliser un parcours en milieu variable

D2/C2 : Développer un projet sportif

D3/C3 : Amener les élèves à la formation Jeune Officiel (arbitre, coach, reporter) à leur plus haut niveau

D4/C4 : Aborder les fondamentaux scientifiques de l'activité en vue de l'entrée en formation au monitorat

D5/C5 : Développer une culture de l'entraînement avec des aspects techniques, réglementaires, mentaux, tactico-techniques

L'évaluation se fait par compétences et référencée dans le LSU.

## VII. L'association sportive

Les activités suivantes sont proposées en compétition de façon pérenne. Voici nos meilleurs résultats de l'année dernière.

|            | 2018-2019                                     |
|------------|-----------------------------------------------|
| Athlétisme | 4 élèves Jeunes Juges sport partagé nationaux |
| Badminton  | Une élève championne départementale           |
| Voile      | Champions de France sport partagé             |

Nous proposons également du handball en pratique loisir.

## VIII. Construction du nouveau projet

Le projet s'appuie sur le canevas de l'inspection régionale EPS.

|                  |                                                                                 | Volume<br>horaire<br>totale | APSA<br>+ .... Heures       | APSA<br>+ .... Heures | APSA<br>+ .... Heures |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------|-----------------------|
| 6 <sup>ème</sup> | Produire une performance optimale,<br>mesurable à une échéance donnée           | 8*6 h<br>= 48 h             | 2h<br>Parc.Athl             | 4.h<br>Natation       |                       |
|                  | Adapter ses déplacements à des<br>environnements variés                         | 8*2h<br>= 16h               | 2 h<br>Escalade             |                       |                       |
|                  | S'exprimer devant les autres par une<br>prestation artistique et/ou acrobatique | 8*4 h<br>= 32 h             | 2 h<br>Danse                | 2 h<br>Gym            |                       |
|                  | Conduire et maîtriser un affrontement<br>collectif ou interindividuel           | 8*4 h<br>= 32 h             | 2 h<br>Bad                  | 2 h<br>Handball       |                       |
| 5 <sup>ème</sup> | Produire une performance optimale,<br>mesurable à une échéance donnée           | 8*2h<br>= 16h               | 2h<br>Parc.Ath              |                       |                       |
|                  | Adapter ses déplacements à des<br>environnements variés                         | 8*2h<br>= 16h               | 2 h<br>Escalade             |                       |                       |
|                  | S'exprimer devant les autres par une<br>prestation artistique et/ou acrobatique | 8*4 h<br>= 32 h             | 2 h<br>Danse                | 2 h<br>Gym            |                       |
|                  | Conduire et maîtriser un affrontement<br>collectif ou interindividuel           | 8*4 h<br>= 32 h             | 2 h<br>Bad                  | 2 h<br>Handball       |                       |
| 4 <sup>ème</sup> | Produire une performance optimale,<br>mesurable à une échéance donnée           | 8*2h<br>= 16h               | 2h<br>Parc.Ath DF           |                       |                       |
|                  | Adapter ses déplacements à des<br>environnements variés                         | 8*2h<br>= 16h               | 2 h<br>Escalade /<br>aviron |                       |                       |
|                  | S'exprimer devant les autres par une<br>prestation artistique et/ou acrobatique | 8*2h<br>= 16h               | 2 h<br>Acro                 |                       |                       |
|                  | Conduire et maîtriser un affrontement<br>collectif ou interindividuel           | 8*6h<br>= 48h               | 2 h Basket                  | 2 h<br>Bad            | 2 h<br>Volley         |
| 3 <sup>ème</sup> | Produire une performance optimale,<br>mesurable à une échéance donnée           | 8*2h<br>= 16h               | 2h<br>Parc.Ath DF           |                       |                       |
|                  | Adapter ses déplacements à des<br>environnements variés                         | 8*2h<br>= 16h               | 2 h Escalade                |                       |                       |
|                  | S'exprimer devant les autres par une<br>prestation artistique et/ou acrobatique | 8*2h<br>= 16h               | 2h<br>Gym                   |                       |                       |
|                  | Conduire et maîtriser un affrontement<br>collectif ou interindividuel           | 8*6h<br>= 48h               | 2 h Basket                  | 2 h<br>Bad            | 2 h<br>Handball       |

### Est ce que notre répartition horaire est diversifié et équilibré?

- Nous observons un trop grand déséquilibre en 4e et en 3e, il tentera d'être rattrapé dans les années ultérieures.
- Modifications dans le CA2: intégration de l'aviron
- Modifications dans le CA3 sur la répartition Gym - Acro - Danse

## **VIII. Programmation EPS**

|     | Cycle 3                                 | Cycle 4              |                         |                                  |
|-----|-----------------------------------------|----------------------|-------------------------|----------------------------------|
|     | 6e                                      | 5e                   | 4e                      | 3e                               |
| CA1 | Parcours athlétiques<br>Natation + PPRE | Parcours athlétiques | Parcours athlétiques DF | Parcours athlétiques DF          |
| CA2 | Escalade                                | Escalade             | Escalade<br>Aviron      | Escalade                         |
| CA3 | Gym<br>Danse                            | Acro<br>Danse        | Acro                    | Gym                              |
| CA4 | Bad<br>Handball                         | Bad<br>Handball      | Bad<br>Basket           | Bad<br>Handball<br>ou Basketball |

## **VIII. Répartition des compétences enseignées par champ d'apprentissage**

|              | Champ d'apprentissage 1 |                                                                                         |           |                                                        |           |
|--------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------|-----------|
|              | Domaine 1               | Domaine 2                                                                               | Domaine 3 | Domaine 4                                              | Domaine 5 |
| Cycle 3 - 6e |                         | Prendre des repères sr moi (VMA, FC) pour réaliser un projet (CB, temps) de performance |           |                                                        |           |
| Cycle 4 - 5e |                         |                                                                                         |           | Alimentation, hygiène de vie, FC, respiration, sommeil |           |
| Cycle 4- 4e  |                         |                                                                                         |           |                                                        |           |
| Cycle 4- 3e  |                         |                                                                                         |           |                                                        |           |

|              | Champ d'apprentissage 2 |                     |                                                            |           |           |
|--------------|-------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------|-----------|-----------|
|              | Domaine 1               | Domaine 2           | Domaine 3                                                  | Domaine 4 | Domaine 5 |
| Cycle 3 - 6e |                         | Méthodo d'assurance | Assumer les rôles de grimpeur, assureur et contre assureur |           |           |
| Cycle 4 - 5e |                         |                     |                                                            |           |           |
| Cycle 4- 4e  |                         |                     |                                                            |           |           |
| Cycle 4- 3e  |                         |                     |                                                            |           |           |

|                     | <b>Champ d'apprentissage 3</b> |                                        |                                                                        |                  |                  |
|---------------------|--------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------|
|                     | <b>Domaine 1</b>               | <b>Domaine 2</b>                       | <b>Domaine 3</b>                                                       | <b>Domaine 4</b> | <b>Domaine 5</b> |
| <b>Cycle 3 - 6e</b> |                                | Identifier les procédés de composition | Apprendre à parer et à aider.<br>Développer une observation objective. |                  |                  |
| <b>Cycle 4 - 5e</b> |                                |                                        |                                                                        |                  |                  |
| <b>Cycle 4- 4e</b>  |                                |                                        |                                                                        |                  |                  |
| <b>Cycle 4- 3e</b>  |                                |                                        |                                                                        |                  |                  |

|                     | <b>Champ d'apprentissage 4</b> |                  |                  |                                                                        |                  |
|---------------------|--------------------------------|------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------|
|                     | <b>Domaine 1</b>               | <b>Domaine 2</b> | <b>Domaine 3</b> | <b>Domaine 4</b>                                                       | <b>Domaine 5</b> |
| <b>Cycle 3 - 6e</b> |                                |                  |                  | Gestion de l'effort à l'échauffement, progressivité. Respect du corps. |                  |
| <b>Cycle 4 - 5e</b> |                                |                  |                  | Adapter l'échauffement                                                 |                  |
| <b>Cycle 4- 4e</b>  |                                |                  |                  | spécifique à l'activité                                                |                  |
| <b>Cycle 4- 3e</b>  |                                |                  |                  |                                                                        |                  |

