

# L'EPS AU LYCEE MASSILLON

(Clermont-Ferrand)

2022-2023





\* Les Incontournables

\* Les Evaluables

\* Les Inoubliables

# LES INCONTOURNABLES

La ponctualité



La tenue d'Eps



La dispense



Les enseignants



Assiduité et engagement



La ponctualité



## Ponctualité impérative

(déplacement en bus hors établissement : stade des Cézeaux, Stade nautique Coubertin, Gymnase Fleury, site de course d'orientation...)

**Retard considéré comme une absence non justifiée**

## Tenue Eps



Pour des raisons de **sécurité** et **d'hygiène**, une tenue Eps adaptée à l'activité est indispensable.

## La dispense



1 séance : mot sur le carnet de liaison  
En aucun cas, l'inaptitude ponctuelle ne dispense de la présence en cours.

2 séances ou plus : mot + certificat médical  
1 trimestre : Certificat médical d'inaptitude à retirer auprès des profs Eps et à faire remplir par votre médecin traitant.

*Demande d'autorisation d'absence à partir de 4 séances consécutives de dispense.*

***Pas de rendez-vous chez le médecin, dentiste, code ou conduite pendant les cours d'Eps même en cas d'inaptitude ponctuelle.***

# Les enseignants d'Eps



## **Niveau Seconde :**

- Mme Toulouse
- M.Aujames
- M.Etienne
- M.Dhumes

## **Niveau Première :**

- Mme Jappé
- Mme Toulouse
- M.Etienne
- M.Dhumes

## **Niveau Terminale :**

- Mme Jappé
- Mme Toulouse
- M.Dhumes
- M.Etienne



Assiduité et engagement



Pour obtenir des **progrès** une pratique **régulière et engagée** est nécessaire.

Pour le bac Eps, les attendus de fin cycle (n°2 et n°3) seront évalués tout au long des séquences.

# LES EVALUABLES

Introduction

\* Le programme des activités

\* Le nouveau bac Eps 2021

\* Les compétences

# INTRODUCTION

- L'éducation physique et sportive (EPS) vise à permettre à tous les élèves d'enrichir leur motricité, de construire les conditions de leur santé, de développer leur citoyenneté et d'accéder à un patrimoine culturel large par la pratique physique, sportive et artistique.
- Au regard des enjeux de société, l'EPS contribue à développer une culture de l'activité physique régulière et durable, levier indispensable de l'amélioration de la santé publique.
- Respectueuse des différences de potentiels, de ressources, luttant contre les stéréotypes sociaux ou sexués et résolument inscrite dans une école inclusive, l'EPS offre à tous l'occasion d'une pratique physique qui fait toute sa place au plaisir d'agir.

*L'éducation physique et sportive vise à former, par la pratique physique, sportive, artistique, un citoyen épanoui, cultivé, capable de faire des choix éclairés pour s'engager de façon régulière et autonome dans un mode de vie actif et solidaire.*



# Menu première Seconde 2022/2023

Term (2023-2024)	Menu A	Menu B	Menu C	Menu D
Période 1	Vitesse Relais	Badminton	Escalade	Ttable
Période 2	Escalade	Cirque	Ttable	Sauvetage
Période 3	Badminton	Course d'orientation	Relais	Vitesse relais
	↑	↑	↑	↑
Première (2022-2023)	Menu A	Menu B	Menu C	Menu D
Période 1	Relais	Badminton	Escalade	Ttable
Période 2	Escalade	Cirque	Ttable	Sauvetage
Période 3	Badminton	Course d'orientation	Relais	Vitesse relais
	↑	↑	↑	↑
Seconde (2022-2023)	Menu A	Menu B	Menu C	Menu D
Période 1	Escalade	Durée	Ttable	Co
Période 2	TTable	Escalade	Badminton	Acro
Periode 3	Cirque	TTable	Escalade	Basket
Période 4	3X500m	Badminton	Cirque	Ttable



<b>Term (2022-2023)</b>	<b>Menu A</b>	<b>Menu B</b>	<b>Menu C</b>	<b>Menu D</b>
Période 1	Vitesse Relais	Badminton	Escalade	Basket
Période 2	Escalade	Cirque	Badminton	Natation sauvetage
Période 3	Badminton	Course d'orientation	Relais	Vitesse relais

# Menu Term 2022/2023

# LE BAC EPS 2023

## 5 Objectifs

- Développer sa motricité
- Savoir se préparer et s'entraîner
- Exercer une responsabilité
- Construire durablement sa santé
- Accéder à un patrimoine culturel

## 5 Champs d'apprentissage (nature d'activités)

- 1/ Des activités chronométrées
- 2/ Des activités de pleine nature
- 3/ Des activités artistiques
- 4/ Des activités d'opposition
- 5/ Des activités d'entretien



Champs  
d'apprentissage 1



Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée



Courses, relais, sauts, lancers, natation vitesse.

Champs  
d'apprentissage 2



Adapter son déplacement à des environnements variés et/ou incertains.



Escalade, course d'orientation, sauvetage aquatique, VTT.

Champs  
d'apprentissage 3



Réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée



Danse(s), arts du cirque, acrosport, gymnastique.

Champs  
d'apprentissage 4



Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel pour gagner



Badminton, tennis de table, boxe française, judo, basket-ball, football, handball, rugby, volley-ball.

Champs  
d'apprentissage 5



Réaliser une activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir



Course en durée, musculation, natation en durée, step, yoga





# LES COMPETENCES

- 3 types de compétences évaluées

**AFL1**

**Motrices  
12 points**



- Acquérir des techniques efficaces
- Se préparer à un effort spécifique



**Progresser et  
Performer**



**AFL2**

**Méthodologiques  
4 points**



- Savoir s'entraîner
- Savoir s'échauffer



**S'échauffer et  
s'entraîner**

**AFL3**

**Sociales  
4 points**



- Assumer des rôles
- Prendre des responsabilités



**Renseigner et  
coacher**



# LES INOUBLIABLES

\* L'UNSS

\* Running for Nepal

# L'UNSS

Chaque mercredi, des activités sportives sont proposées aux lycéens et aux lycéennes de Massillon

- Le groupe outdoor
- Le tir à l'arc
- L'escalade

# LE GROUPE OUTDOOR

## *Les objectifs du groupe outdoor*

### Le Padlet

<https://fr.padlet.com/massillon63unss/hrn89aqbowqlaatv>

### Les activités :

Trail  
Raid nature activités (Mouv'lycée)  
Course d'orientation  
Ski de fond  
Stage blanc (skating –raquettes)  
Des conférences  
PSC1





**Ascension du Puy de Dôme**  
avec l'ancien champion  
du monde de trail (2009)  
Thomas Lorblanchet

## Atelier PSC1





**Mouv1 à Riom**  
Raid multi-activités  
par équipe de 3



**Mouv4 à Pont  
du Château**  
Raid multi-  
activités par  
équipe de 4



Le sport, c'est la santé pour soi  
et surtout pour **T<sup>O</sup>US**

**Entraînement trail  
(le Colombiers)**



**Sortie Canoe (Allier)**



**Trail des 5 puys**





Mouv5 Unss63  
01 Juin 2022  
Pont du Château



# CONTRE LA MALADIE DE LYME

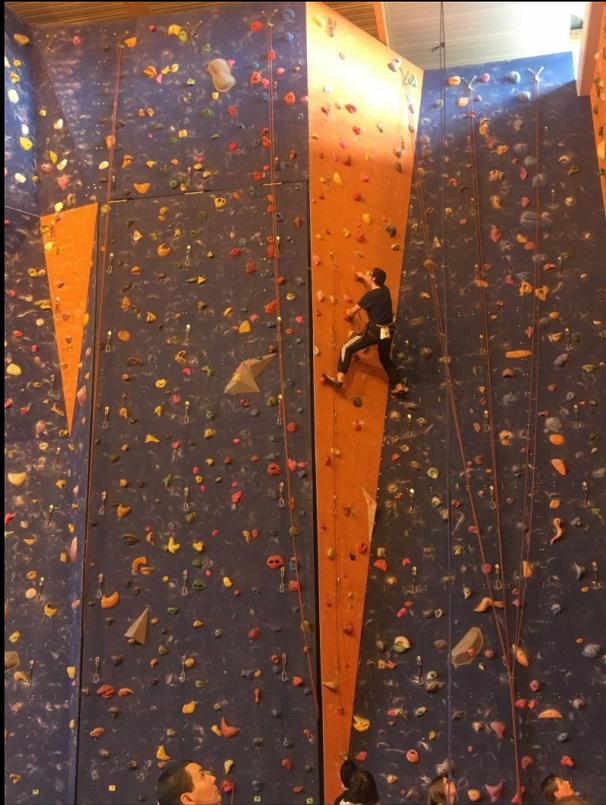
**LYME PROTEST 2020**  
samedi 16 mai 2020



Conférence à Massillon  
sur la maladie de Lyme

# LE TIR A L'ARC





# L'ESCALADE

Des entrainements à  
Massillon tous les mercredis  
avec des rencontres ou  
compétitions à Clermont ou  
Riom sur le très beau mur du  
lycée Pjb.  
Une journée formation J.O.  
Une sortie annuelle à B'up !!

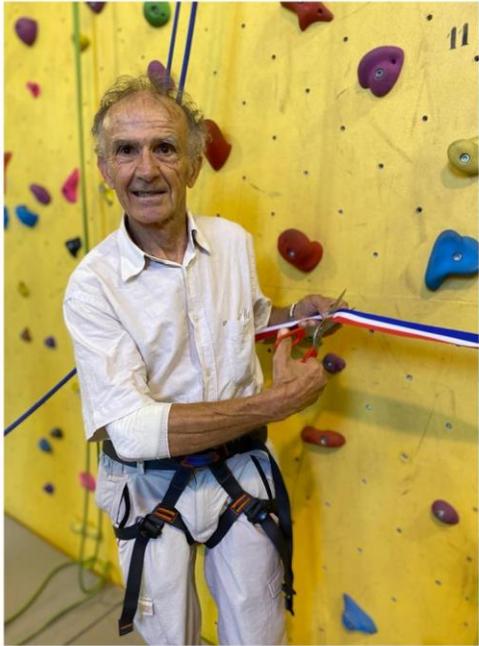
# DES PROJETS SOLIDAIRES

- Running for Népal





# Running For Népal 2022



**MASSILLON**

**Notre mur d'escalade a été  
baptisé :  
Mur Jean Pierre FRACHON  
Grand guide de haute montagne  
auvergnat**