Enseignement Général :
Option Education Physique



Athénée Royal de
Marche-Barvaux-Bomal

Avenue de la Toison d'Or 71
6900 Marche
084/320 460

www.armbb.be

Option Education Physique de la 3e à la 6e

Spécificités de l'option

- L'option « éducation physique » dans la filière de l'enseignement général permet de combiner une formation générale solide avec une préparation physique et motrice supérieure à la moyenne de celles prévues par la formation commune. La grille horaire de l'option compte 4 périodes d'éducation physique (cours pratique) en plus des 3 périodes par semaine de la formation commune.

- Cette option peut préparer à un cursus plus « sportif » mais ne ferme aucune porte dans le choix d'une autre orientation.

- Elle répond à la citation : « *Mens sana in corpore sano* ».



Les cours d'éducation physique de l'option

Les finalités de l'option « éducation physique» reprennent également les finalités et les objectifs du cours d'éducation physique de la formation commune.

Une attention particulière sera accordée à amener les élèves à progresser dans :

- ✓ l'acquisition de techniques et tactiques sportives plus élaborées,
- ✓ la gestion de la santé et de la condition physique,
- ✓ l'esprit d'équipe, la solidarité, la vie en groupe,
- ✓ le dépassement de soi,
- ✓ le respect de l'éthique sportive,
- ✓ l'esprit de compétition dans un contexte de fair-play.

Le cours d'EPS aura pour objectif d'acquérir les compétences des 3 champs suivants :

- ☑ le champ de la condition physique dans une optique de santé,
- ☑ le champ des habiletés gestuelles par la maîtrise de savoir-faire techniques,
- ☑ le champ de la coopération socio-motrice qui développera un objectif de socialisation par la pratique d'activités sportives codifiées.

Toutefois, dans le cadre de l'option, le niveau de maîtrise générale des compétences sera supérieur et les contenus seront également adaptés.

Au même titre que toute option de base simple, la décision de poursuivre une orientation en éducation physique résulte d'un choix positif et nécessite un investissement conséquent.

La participation active à chaque cours, en tenue adéquate, est exigée dans le but d'atteindre les objectifs fixés.
L'investissement de l'élève et sa participation active font partie intégrante du cours et représentent une part importante de l'évaluation continue.

Cette option permettra également à tout élève motivé et capable de fournir des efforts réguliers pour atteindre les objectifs programmés de découvrir et de développer ses compétences spécifiques à différents sports et ses potentialités en termes d'activité physique et de santé.

Organisation de l'option

Recommandations

L'inscription dans une telle option sera déconseillée à l'élève qui rencontre une problématique physique récurrente qui empêcherait la pratique sportive régulière.

Une attestation médicale qui certifie de l'aptitude de l'élève à pratiquer **toutes les disciplines sportives sans contre-indications** (sauf accident ponctuel) pourra être demandée au début de chaque année scolaire.

Outre cela, le prérequis attendu pour l'entrée au 2e et 3e degré en option « éducation physique » est la maîtrise des socles de compétences relevant du degré inférieur.

Stage extra-muros

Un stage sportif extra-muros, organisé au moins une fois par degré, est souhaitable afin de pratiquer les activités non reprises dans la programmation. Dans ce cas, le professeur pourra être secondé par un moniteur compétent tout en maintenant la guidance pédagogique du groupe.

Le stage éventuel est mentionné dans le projet d'établissement. A l'ARMBB, nous avons fait le choix des sports d'hiver.



Journées / compétitions sportives

La logique interne de l'option permettra également l'organisation de journées sportives intra ou extra-muros. Un des aspects constitutifs de l'option sera également la découverte et la participation aux compétitions sportives. L'équipe pédagogique de l'option veillera à promouvoir le sport à travers des compétitions sportives scolaires (FSWBE, rhéto-trophée…) ou autres.

La participation des élèves aux compétitions choisies sera alors requise.

Activités ...

Les compétences à maîtriser le seront notamment au travers de différentes disciplines et activités sportives. Celles-ci sont ventilées par degré. Elles sont présentées en disciplines obligatoires et en disciplines complémentaires.

2e et 3e DEGRÉ

Disciplines sportives obligatoires (abordées chaque année)

- ✓ Athlétisme
- ✓ Gymnastique artistique
- ✓ Natation
- ✓ Basket-ball
- ✓ Volley-ball
- ✓ Handball



Disciplines sportives complémentaires (au choix de l'équipe pédagogique parmi les disciplines proposées), peuvent représenter 1/4 du temps global des heures d'option de l'année (toujours sous forme de séquences organisées de cours).

- Sports de raquettes
- Activités rythmiques
- Course d'orientation
- Football
- Rugby
- Escalade
- Sports de combat
- Acrogym



Activités didactiques ...

Relation entre les disciplines obligatoires et les champs de compétences		
Champs de compétences	**Domaines à envisager**	**Disciplines sportives abordées**
CONDITION PHYSIQUE	**Endurance**	Natation Athlétisme
	Souplesse	Gymnastique Athlétisme
	Vélocité	Athlétisme Natation Gymnastique
	Force	Athlétisme Gymnastique Natation
	Puissance alactique	Athlétisme Gymnastique
HABILETÉS GESTUELLES	**Intensité, rythme et dynamique du mouvement**	Athlétisme Gymnastique Basket-ball Volley-ball Handball Natation Sports de raquettes
	Régularité et fluidité du mouvement	
	Correction et précision du mouvement	
	Adaptation du mouvement	
	Expression par le mouvement	
COOPÉRATION SOCIOMOTRICE	**Partenaires**	Volley-ball Basket-ball Handball Sports de raquettes
	Adversaires	
	Buts	
	Règles	Toutes



Evaluation

Dans tous les cas, c'est la progression qui sera exigée de la part des élèves.
Il y a bien lieu de comprendre ici qu'il s'agit de la progression dans la maîtrise des compétences !

« Dans l'option, les niveaux requis seront supérieurs à ceux demandés en formation commune ».

L'évaluation est tantôt formative, tantôt sommative.

L'évaluation formative

Effectuée en cours d'activité et visant à apprécier les progrès accomplis de l'élève.
C'est une évaluation individuelle qui permet d'informer l'élève sur son évolution propre, sur sa progression. Il s'agit d'une évaluation immédiate suite à l'observation en cours d'activité. Elle est indissociable de l'apprentissage. Elle permet d'améliorer, corriger, réajuster.
C'est un indicateur à usage de l'élève et du professeur.

L'évaluation sommative

Chaque épreuve à caractère sommatif a lieu au terme d'une ou de plusieurs séquences d'apprentissage pour en faire le bilan. Elle indique à l'élève et à ses parents le degré d'acquisition des connaissances et de maîtrise des compétences.
Elle permet au conseil de classe de les certifier, de prendre et de motiver ses décisions en fin d'année.
Les compétences terminales pour les 2e et 3e degrés constituent les références à prendre en considération.

Au sein de l'ARMBB, une évaluation sommative terminale englobant plusieurs compétences sera organisée lors de la session d'examens de fin d'année. Cette évaluation peut se présenter de différentes façons et/ou en plusieurs épreuves (triathlon, biathlon, etc…) .





Grille horaire optionnelle

Il y a possibilité de cumuler l'option « Education physique » avec d'autres d'options :

En 3e et 4e années :
La formation commune est de 23 h

P3 3e et 4e: Education physique 4h
Biologie 1h - Chimie 1h
Physique 1 h
LM1 4h - LM2 4h
Informatique 1h

P5 3e: Education physique 4h
Biologie 2h - Chimie 1h
Physique 2 h
LM1 4h - LM2 4h

P5 4e: Education physique 4h
Biologie 1h - Chimie 2h
Physique 2 h
LM1 4h - LM2 4h

En 5e et 6e années :
La formation commune est de 14 h

P632: Education physique 4h
Math 6h
Biologie 1h - Chimie 1h
Physique 1 h
LM1 4h - LM2 4h

P432: Education physique 4h
Math 4h
Biologie 1h - Chimie 1h
Physique 1 h
LM1 4h - LM2 4h

P460: Education physique 4h
Math 4h
Biologie 2h - Chimie 2h
Physique 3 h
LM1 4h

P462: Education physique 4h
Math 6h
Biologie 2h - Chimie 2h
Physique 3 h
LM1 4h - LM2 4h

LE FAIR-PLAY EST UN SPORT

Après ...

L'étudiant de cette option aura des atouts pour poursuivre des études supérieures dans un secteur qui exige une forme et une condition physique supérieures à la moyenne (armée, police, pompier, bachelier et master en éducation physique…) et sera tout aussi capable de poursuivre vers des études supérieures à d'autres finalités.
Les études dans le domaine des Sciences, du paramédical ou autres sont également envisageables.

WALLONIE-BRUXELLES
ENSEIGNEMENT

Par mon inscription au sein de l'Athénée Royal Marche - Barvaux - Bomal, j'ai pris connaissance des objectifs de l'option « Education Physique » dans l'enseignement général.

Je confirme n'avoir aucun problème de santé contradictoire à la pratique du sport et de la natation.

Une attestation médicale pourrait être demandée si l'établissement scolaire le souhaite.

www.armbb.be

Athénée Royal de Marche-Barvaux-Bomal

Avenue de la Toison d'Or 71
6900 Marche
084/320 460