

Programme d'éducation physique et sportive des classes préparatoires aux grandes écoles.

Arrêté du 26 février 1998
Programme d'EPS commun à toutes les classes

Article premier.

- Le programme d'éducation physique et sportive des classes préparatoires économiques et commerciales, littéraires et scientifiques aux grandes écoles est fixé en annexe du présent arrêté..

Art. 2 (modifié par l'arrêté du 17 mars 1999).

- Les dispositions du présent arrêté sont applicables en première année à compter de la rentrée de l'année scolaire 1998-1999, et en seconde année à compter de la rentrée de l'année scolaire 1999-2000.

S'agissant de la classe préparatoire aux écoles nationales vétérinaires et de la classe préparatoire de technologie industrielle pour techniciens supérieurs (ATS), les dispositions du présent arrêté sont applicables à compter de la rentrée de l'année scolaire 1998-1999.

(JO des 6 mars 1998 et 3 avril 1999, BO nos 14 du 2 avril 1998 et 16 du 22 avril 1999 et BO hors série no 2 du 9 avril 1998.)

Annexe

L'EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE DANS LES CLASSES PREPARATOIRES AUX GRANDES ECOLES

L'éducation physique et sportive contribue à la formation générale de tous les étudiants des classes préparatoires.

Appelés à exercer des responsabilités, ces derniers doivent saisir l'intérêt d'un bon équilibre corporel et l'avantage, reconnu par les milieux professionnels, qu'ils retirent des expériences vécues dans les pratiques physiques et sportives.

Cet enseignement vise trois finalités :

- Préserver un équilibre et une hygiène de vie,
- Contribuer au développement et à l'épanouissement de la personnalité,
- Renforcer la solidarité au sein de chaque classe pour installer une véritable émulation

I - OBJECTIFS DE FORMATION

La formation en éducation physique et sportive poursuit trois objectifs majeurs :

- Préparer aux épreuves d'éducation physique et sportive des concours d'entrée aux grandes écoles,
- Développer les ressources personnelles qui permettent l'acquisition de compétences dans les pratiques physiques d'entretien et de loisir,
- Permettre l'accès à la pratique compétitive dans le cadre du mouvement sportif associatif universitaire et être capable de programmer et de gérer un projet de formation personnelle.

II - PROGRAMME

Durant les deux années de préparation, l'enseignement s'inscrit dans le cadre des huit groupes

d'activités physiques sportives et artistiques (APSA), auxquels s'associent les activités physiques d'entretien et de développement de la personne.
Les compétences attendues dans chacun de ces groupes sont présentées en fonction des trois objectifs cités.

Objectif no 1 :

Préparer aux épreuves d'EPS des concours d'entrée aux grandes écoles

Les compétences sont à définir en fonction des épreuves d'éducation physique et sportive des concours d'accès aux grandes écoles, tout particulièrement celles qui sont impliquées dans la production de la performance.

Pour l'École polytechnique et les écoles militaires, il convient de se référer aux programmes spécifiques des concours concernés.

Objectif no 2 :

Développer les ressources personnelles qui permettent l'acquisition de compétences dans les pratiques physiques d'entretien et de loisir

Groupe d'APSA	Compétences	Commentaires
ACTIVITÉS ATHLÉTIQUES	*Courir longtemps en optimisant l'intensité et la durée de l'effort en fonction de sa condition physique du moment.*Lancer loin, sauter haut et loin, courir vite, en exploitant au mieux ses potentiels physiques.	La pratique de ces activités permet soit de récupérer, soit de conserver ou de développer sa condition physique et d'y trouver du plaisir sans accroître la fatigue.
ACTIVITÉS AQUATIQUES	*Gérer ses ressources et développer les savoirs-faire pour nager longtemps ou nager vite en toute sécurité.*Se dégager de situations difficiles et imprévues, sur et sous l'eau.*Réaliser différents modes d'entrée dans l'eau à des hauteurs variables.	La pratique de ces activités permet de répondre aux trois intentions d'utilité, de sécurité et de plaisir. L'acquisition de ces compétences est indispensable pour aborder en toute sécurité d'autres activités aquatiques en milieu naturel.
ACTIVITÉS GYMNiques	*Oser s'engager dans la réalisation d'actions acrobatiques en toute sécurité.*Composer un enchaînement et le réaliser devant un groupe, avec l'intention de lier efficacité et esthétique.	La pratique de cette activité permet de surmonter l'émotion provoquée par une prise de risque physique, en sécurité, et d'assumer sa silhouette dans la réalisation d'une composition appréciée dans sa forme.
ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET SPORTIVES	*Accepter le regard critique d'autrui sur sa prestation corporelle. *S'approprier, choisir et utiliser des éléments d'une technique corporelle artistique en vue de créer et conduire un projet expressif.	La pratique de ces activités permet de communiquer, d'affirmer sa présence et de favoriser la créativité.
ACTIVITÉS PHYSIQUES DE COMBAT	*Combattre en opposition raisonnée lors de situation d'affrontement duel.*Enchaîner des actions de combat en situation de coopération.	La pratique de ces activités permet le contrôle du niveau d'engagement afin de préserver l'intégrité physique tout en gérant le rapport de force dans le duel.
ACTIVITÉS D'OPPOSITION DUELLE : SPORTS DE	*Utiliser les techniques gestuelles spécifiques nécessaires à une pratique actuelle et	La pratique de ces activités permet de préserver le plaisir du jeu, son intérêt

RAQUETTES	ultérieure.*Jouer dans une relation d'opposition en assurant la continuité ou la rupture de l'échange.	dans les relations sociales, tout en imposant la gestion d'un rapport de force entre les joueurs.
ACTIVITÉS DE COOPÉRATION ET D'OPPOSITION : SPORTS COLLECTIFS	*Apporter sa contribution personnelle à l'efficacité de l'action collective dans le jeu.*Prendre des décisions personnelles dans le rapport d'opposition collective.	La pratique de ces activités, par analogie au monde professionnel, permet le travail en équipe autour d'un projet collectif nécessitant l'adaptation à des rapports de force fluctuants.
ACTIVITES PHYSIQUES DE PLEINE NATURE	*Acquérir des savoir-faire et des connaissances sur les risques spécifiques des milieux naturels pour organiser une activité en sécurité optimale.*Identifier et apprécier les caractéristiques et les contraintes de l'environnement.*Choisir un itinéraire compatible avec ses compétences disponibles.	La pratique de ces activités permet de savoir prendre des risques calculés dans un environnement instable. Pratiquées en groupe, ces activités supposent entraide et solidarité.
ACTIVITÉS PHYSIQUES D'ENTRETIEN ET DE DÉVELOPPEMENT DE LA PERSONNE	*Savoir reconstituer l'ensemble de ses potentialités.*Réguler ses émotions et gérer son stress.*Adopter des postures compensatoires de nature à restaurer l'équilibre et la tonicité générale.	La pratique de ces activités permet d'équilibrer le mode de vie des étudiants, de favoriser la connaissance de soi et de se préparer à des engagements professionnels ultérieurs.

Objectif no 3 :

Permettre l'accès à la pratique compétitive dans le cadre du mouvement sportif associatif universitaire et être capable de programmer et de gérer un projet de formation personnelle

Produire une performance dans une pratique sportive implique pour les étudiants une préparation spécifique.

L'éventail très large des pratiques sportives ne permet pas d'établir dans ce programme la liste des compétences pour chacune d'elles. Seules quelques indications de portée générale peuvent être mentionnées :

- Développer ses capacités à un niveau compatible avec ses possibilités actuelles,
- Garder disponibles et améliorer les habiletés spécifiques propres à chacune des activités,
- Résister au stress inhérent à la situation compétitive.

RECOMMANDATIONS PEDAGOGIQUES

L'adaptation de cet enseignement au rythme de travail particulier des étudiants implique :

- La mise en place d'une démarche de projet avec l'étudiant qui contractualise ses objectifs, ses choix d'activités, sa participation,
- La gestion du volume horaire de pratique avec suffisamment de souplesse pour permettre des initiatives : annualisation de ce volume horaire, organisation de stages, etc. Les stages de pleine nature en sont une illustration.
- L'établissement d'une priorité des objectifs de formation répartis sur les deux années d'études.