Référentiels bac EPS 2015 : série générale et technologique

Vous trouverez dans cet article les référentiels bac EPS 2015 pour les « bac » généraux et les technologiques.

Référentiels bac EPS 2015 pour les bac généraux et technologiques

CP1 Réaliser une performance mesurée à une échéance donnée

Cette compétence regroupe les activités athlétiques et aquatiques. Ici on joue contre le temps avec un barème pour chiffrer la performance.

Activités athlétiques

Course de haies, Course de relais-vitesse ,Course de ½ fond,

Lancer du disque, Lancer de javelot,

Saut en hauteur, Pentabond,

Activités aquatiques

Natation de vitesse, Natation de distance

CP2 Adapter ses déplacements à des environnements multiples variés, nouveaux

Face aux développement accru des activités de pleine nature l’EPS d’aujourd’hui se doit de préparer nos chères têtes blondes à ces pratiques.

Activités physiques de pleine nature

Escalade, course d’orientation, natation sauvetage

Activité aquatique

Sauvetage

CP3 Réaliser des actions à visée artistique ou esthétique

Ne négligeons pas la création , la virtuosité avec les activités d’expression.

Activités gymniques

Acrosport, Aérobic, Gymnastique (sol, parallèles, asymétriques, fixe, poutre), Gymnastique rythmique

Activités physiques artistiques

Arts du cirque, Danse

CP4 Conduire ou maîtriser un affrontement individuel ou collectif

Apprendre à communiquer, à échanger ,à avancer avec un but commun .Pourquoi pas avec les activités de coopération mais aussi pourquoi ne pas s’affirmer dans les activités d’opposition .

Activités de coopération et d’opposition : sports collectifs

Basket-ball, football, handball, rugby, volley-ball, ,

Activités physiques de sport de combat

Boxe française, Judo

Activités d’opposition duelle :sports de raquette

Badminton, Tennis de table

CP5 Orienter et développer les effets de l’activité physique en vue de l’entretien de soi

Certainement une compétence qui tendra à encore plus se développer dans l’avenir . Etre capable de gérer sa vie physique pour vivre mieux et vivre vieux .

Préparation physique et entretien

Course en durée, Musculation, Natation en durée, step

Pour qu’un protocole soit **validé** (c’est dire un choix de 3 activités) il faut que les activités soient de compétences différentes.Ces activités seront ensuite **évaluées en contrôle continu**.

Jean Philippe