






## EPS/SPORT/30 min APQ: quelles différences ?

	EPS	SPORT	Activité Physique Quotidienne
<b>Définitions</b>	<p>« Discipline d'enseignement, l'EPS, permet l'acquisition de connaissances et la construction et savoir permettant la gestion de la vie physique aux différents âges de son existence, ainsi que l'accès au domaine de la culture que constituent les pratiques sportives » C. PINEAU (Introduction à une didactique de l'EP Dossier EPS n°8)</p>	<p>L'Organisation mondiale de la santé (OMS) définit le sport comme une « activité revêtant la forme d'exercices et/ou de compétitions, facilitées par les organisations sportives ».</p>	<p>L'activité physique est définie comme « tout mouvement corporel produit par contraction des muscles squelettiques entraînant une augmentation de la dépense énergétique [1] » (Caspersen C. J., Powell K. E., Christenson G. M. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. Public health reports, mars 1985, vol. 100.). Ainsi, chaque fois qu'une personne bouge (se déplace, fait le ménage, la cuisine, bricole, jardine, etc.), elle pratique une activité physique.</p>
<b>Finalités</b>	<p><u>Programme :</u> Former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans un souci de vivre ensemble.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	<p><u>La Charte européenne du sport</u> le définit comme :</p> <p>« Toutes formes d'activités physiques et sportives qui, à travers une participation organisée ou non, ont pour objectif l'expression ou l'amélioration de la condition physique et psychique, le développement des relations sociales ou l'obtention de résultats en compétition de tous niveaux ».</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>Développer une activité physique quotidienne pour répondre avant tout à des enjeux importants de santé publique et de bien-être.</p> <p>Ce projet est ainsi complémentaire de l'enseignement de l'EPS qui contribue aussi à l'éducation à la santé.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>La pratique d'activité physique se déroule au quotidien <b>dans de nombreux lieux, en dehors de tout encadrement ou d'infrastructure.</b></p>

<b>Comment /où</b>	Développer 5 compétences générales en s'appuyant sur 4 champs d'apprentissage, se référant aux APSA  Lieu : dans un <b>établissement scolaire</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un <b>cadre structuré, institutionnalisé</b> de la pratique sportive ;</li> <li>• Et Licencié dans un club, une association sportive</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La récréation</li> <li>- Ecoles labellisées « Génération 2024 »</li> <li>- Cités éducatives</li> <li>- Sport scolaire</li> <li>- Comité d'éducation à la santé et à la citoyenneté au niveau départemental (CDESC)</li> <li>- Pause active en classe</li> </ul>
<b>Apprentissage</b>	Développer des compétences motrices, méthodologiques et sociales	Un but récréatif, hygiénique ou compétitif, développé dans un cadre réglementaire minimal.	Développer le bien-être des élèves ; les éduquer à la santé au bénéfice de leurs apprentissages
<b>Le temps de l'enfant</b>	<b>L'élève</b> doit pratiquer au sein d'un cycle et au cours de sa scolarité des APSA, inscrits dans un parcours de formation équilibré et progressif, adapté aux caractéristiques des élèves. Pratique <b>obligatoire</b> : 3h/ semaine	<b>L'enfant-ado</b> pratique le sport dans lequel il est licencié, encadré par un éducateur spécialisé.  Pratique Extra-scolaire : <b>facultative</b>	<b>L'élève-enfant</b> bouge son corps tout seul, avec ses pairs, en famille  Pratique <b>encouragée</b> sur tous les temps de l'enfant (synergie entre l'EPS, l'activité extra-scolaire, des déplacements actifs)
<b>Les acteurs</b>	Equipe enseignante au sein de l'établissement : programmation cohérente et équilibrée au sein des cycles	Les éducateurs sportifs	Travailler en concertation avec les collectivités territoriales, les partenaires et l'école
Ces formes de pratiques ne se substituent pas les unes aux autres mais sont complémentaires dans le but de lutter contre la sédentarité et ses conséquences.			