

Programme SES Terminale : notions, bac et révisions clés

Programme SES Terminale : thèmes officiels, compétences, épreuves du bac et conseils concrets pour réviser efficacement.

Éducation lycée — méthodes, fi

Mis à jour le 29 avril 2026

Le programme SES Terminale regroupe quatre volets : sciences économiques, sociologie, science politique et regards croisés. Pour le bac, il faut maîtriser les notions du programme officiel, mais aussi savoir exploiter des documents, raisonner avec des données et construire une dissertation ou une épreuve composée.

Tu ouvres ton cahier de SES en septembre et une question arrive vite : qu'est-ce qu'on doit vraiment maîtriser d'ici le bac ? Après plusieurs années à enseigner en lycée et en classes préparatoires, j'ai constaté la même inquiétude chez beaucoup d'élèves : ils voient une liste de chapitres, mais pas toujours le lien avec les exercices attendus. En Terminale, la spécialité SES demande à la fois des connaissances solides, de la méthode et une vraie régularité. Le plus utile est donc de comprendre la logique du programme officiel, ce qu'on attend à l'examen et ce qu'il faut commencer à travailler dès maintenant.

En bref : les réponses rapides

Le programme de SES en Terminale a-t-il changé pour le bac 2026 ? — Le cadre général reste celui du programme officiel publié par l'Éducation nationale, mais certaines modalités d'épreuve ou de périmètre peuvent être précisées chaque année. Il faut donc vérifier la version la plus récente sur Eduscol et dans le Bulletin officiel.

Combien de chapitres faut-il maîtriser pour être prêt au bac SES ? — Il faut maîtriser l'ensemble des grands thèmes du programme, pas seulement quelques chapitres favoris. L'enjeu est de connaître les notions et surtout de savoir les mobiliser dans une argumentation structurée.

Peut-on réussir en SES sans être fort en maths ? — Oui, car la SES demande surtout de comprendre des mécanismes, d'interpréter des données simples et

d'argumenter avec précision. Un minimum d'aisance avec les pourcentages et les tableaux reste toutefois utile.

Quelle différence entre apprendre son cours et être prêt pour l'épreuve de SES ? — Connaître son cours ne suffit pas : il faut aussi savoir lire un document, sélectionner une information pertinente, construire un raisonnement et illustrer avec un exemple juste. C'est cette mise en pratique qui fait gagner des points.

Programme SES Terminale : ce que vous devez vraiment savoir en 2 minutes

Le **programme SES Terminale** en **Terminale générale** regroupe quatre grands ensembles : économie, sociologie, science politique et regards croisés. Pour le **bac SES**, vous devez connaître les notions, mais surtout savoir les utiliser dans une dissertation ou une épreuve composée, avec des documents, des données et un raisonnement clair.

Cette page concerne bien la **spécialité SES Terminale**, c'est-à-dire l'enseignement de **Sciences économiques et sociales** suivi par les élèves de voie générale. Le cadre est national. Il est fixé par le **Ministère de l'Éducation nationale** et précisé par le **programme officiel**, les ressources **Eduscol** et les sujets du **baccalauréat**. Le but n'est pas seulement de finir les **chapitres SES Terminale**. Il faut aussi préparer l'écrit du bac et les attentes de l'enseignement supérieur, où l'on vous demandera d'argumenter, de sélectionner des informations fiables et d'exploiter des chiffres sans vous perdre dans les détails.

Concrètement, le programme se divise en quatre blocs. Les **sciences économiques** traitent de la croissance, du commerce international, du chômage, des politiques économiques et de l'intégration européenne. La **sociologie** étudie la structure sociale, les inégalités, la mobilité et les mutations du travail. La **science politique** porte sur l'engagement politique, l'action publique et les formes de participation. Les **regards croisés** relient plusieurs approches autour de thèmes comme la justice sociale ou la gestion des risques. À cela s'ajoutent des savoir-faire décisifs : lire un tableau, interpréter une courbe, calculer une évolution en pourcentage, distinguer corrélation et causalité, et citer un document sans le paraphraser.

À retenir

Si vous cherchez un **programme SES Terminale PDF**, des cours, des révisions, des annales ou **eduscol ses terminale**, partez toujours des documents officiels les plus récents. Les contenus et les modalités du bac peuvent évoluer selon les sessions. Vérifiez donc chaque année les pages publiées par **Education.gouv.fr**, **Eduscol** et, si besoin, les textes de référence sur **Légifrance**.

Les grands chapitres du programme de SES en Terminale, reliés aux compétences et au bac

Les **chapitres de SES en Terminale** couvrent les **sciences économiques**, la **sociologie**, la **science politique** et les **regards croisés**. La difficulté réelle ne vient pas du volume seul. Elle vient du passage entre cours et bac. Le programme de l'année SES demande d'analyser un document, d'expliquer des mécanismes, puis de construire une réponse claire en **épreuve composée SES** ou en **dissertation SES**.

Si vous vous demandez *quels sont les chapitres de SES en Terminale*, retenez une logique simple. En économie, vous étudiez la croissance, le commerce international, le chômage, les crises et l'action publique. En sociologie et science politique, vous travaillez la structure sociale, la mobilité, l'engagement politique et les liens sociaux. Les **regards croisés** relient économie et société, par exemple autour des inégalités ou de l'environnement. Les **savoirs-faire SES** traversent tout le programme : lire un tableau statistique, distinguer corrélation et causalité, sélectionner une donnée utile, définir une notion sans réciter mécaniquement. C'est exactement ce qui prépare les **révisions bac SES** sérieuses et l'entrée dans l'**enseignement supérieur**.

Bloc du programme officiel	Notions clés	Compétences attendues	Exercice du bac le plus fréquent	Exemples de sujets tombables
Sciences économiques	Croissance, innovation, commerce international, chômage, politiques économiques, finance	Expliquer un mécanisme, mobiliser un schéma causal, interpréter un document chiffré	Dissertation et question de raisonnement appuyée sur dossier documentaire	Comment l'innovation soutient-elle la croissance ? Pourquoi le commerce international produit-il des gains mais aussi des fragilités ?
Sociologie et science politique	Classes sociales, mobilité sociale, socialisation, engagement politique, participation électorale	Utiliser des exemples précis, comparer des données, relier notions et faits sociaux	Épreuve composée SES , surtout exploitation de document et mobilisation des connaissances	Comment expliquer la mobilité sociale ? Pourquoi l'abstention progresse-t-elle dans certains groupes ?

Bloc du programme officiel	Notions clés	Compétences attendues	Exercice du bac le plus fréquent	Exemples de sujets tombables
Regards croisés	Justice sociale, inégalités, action publique, environnement	Articuler plusieurs approches, construire une argumentation nuancée	Dissertation SES	Comment les pouvoirs publics peuvent-ils agir sur les inégalités ? Quelles tensions entre croissance et environnement ?
Savoirs-faire SES	Lecture de graphique, pourcentages, taux de variation, hiérarchisation des idées	Lire juste, sélectionner l'information, rédiger une réponse problématisée	Tous les exercices	Analyser une courbe, éviter le contresens statistique, justifier une idée par une donnée

Les erreurs fréquentes reviennent chaque année. Beaucoup d'élèves confondent **corrélation** et **causalité**. D'autres récitent le cours sans répondre à la question posée. En économie, l'oubli des mécanismes coûte cher : il faut montrer *comment* une hausse des coûts, de la demande ou de la productivité produit un effet. En sociologie, les exemples restent souvent trop vagues. Un bon devoir cite un groupe social, une tendance mesurée, un processus précis. Une mauvaise lecture de document statistique fait aussi perdre des points vite, surtout quand on confond valeur absolue, part en pourcentage et évolution.

Cette cartographie du **chapitre SES Terminale** vers la compétence utile au bac sert aussi après le lycée. En licence d'économie ou d'AES, on attend déjà une lecture rigoureuse des données. En droit, en IEP ou en sciences sociales, on valorise l'argumentation, la nuance et la maîtrise des notions. En classes préparatoires, la différence se fait sur la méthode. Mon conseil est simple : pour vos révisions bac SES, ne révisez pas chapitre par chapitre seulement. Révisez aussi par **objectifs** et par **méthodes** : définir, expliquer, illustrer, interpréter, rédiger.

I

Méthode de l'épreuve composée au bac - SES - Terminale - Les Bons Profs — Les Bons Profs

Le tableau utile : programme officiel -> compétence attendue -> exercice du bac

Voici la **carte la plus utile** du programme de **SES Terminale** : chaque grand thème renvoie à une compétence précise et à un exercice probable au bac. Tu ne révises pas seulement des notions. Tu apprends à *mobiliser* un raisonnement, des données et des exemples attendus par le correcteur.

Grand thème	Notions à connaître	Compétence à montrer	Exercice du bac le plus probable	Erreur fréquente	Exemple de sujet
Science économique	croissance, commerce, chômage, politiques économiques	analyser un mécanisme, lire des données, nuancer	dissertation ou EC1/EC2	réciter le cours sans lien logique	« Quels sont les effets du commerce international ? »
Sociologie et science politique	classes sociales, action publique, engagement politique	croiser auteurs, notions et exemples	dissertation	confondre opinion et argument sociologique	« Comment expliquer l'engagement politique ? »
Regards croisés	justice sociale, environnement, organisation du travail	relier plusieurs chapitres dans une réponse construite	EC3 ou dissertation	traiter un seul angle du sujet	« Comment concilier justice sociale et efficacité économique ? »

Comment réviser le programme de SES en Terminale sans s'épuiser

Pour **réviser SES Terminale** efficacement, travaille chaque chapitre en trois temps : comprendre le mécanisme, mémoriser les notions exactes, puis t'entraîner sur un document ou une question de bac. Une organisation *tenable* vaut mieux qu'un planning parfait abandonné au bout de cinq jours. En semaine normale, vise **2 à 3 heures** de SES hors devoirs. Avant le bac, passe à **5 à 7 heures** réparties sur 6 à 8 semaines, sans journées marathon.

Le bon rythme dépend du moment de l'année. Pendant les cours, le travail de fond sert à consolider le **cours SES Terminale** chapitre par chapitre. L'objectif n'est pas de tout

apprendre d'un bloc, mais de revoir vite après chaque séance. Je conseille souvent un cycle simple : 30 minutes pour relire, 20 minutes pour refaire une définition, 20 minutes pour expliquer un mécanisme à l'oral, puis 20 minutes sur un exercice. Avant le bac, le travail change de nature. Tu ne "refais" plus le programme : tu transformes tes connaissances en réflexes pour la **dissertation**, l'**épreuve composée** et l'analyse de **documents statistiques**. C'est là que les **annales du bac**, les sujets de ton professeur, les ressources **Eduscol** et un éventuel **sujet zéro** deviennent prioritaires.

Une vraie **fiche de révision** ne résume pas tout le chapitre. Elle trie l'essentiel. Pour chaque thème, garde cinq blocs : notions exactes, mécanismes à savoir expliquer, auteurs ou références éventuels, exemple d'actualité, pièges fréquents. Ajoute aussi une donnée à interpréter, même simple, car beaucoup d'élèves connaissent le cours mais bloquent dès qu'un graphique apparaît. Tes **fiches de révision SES** doivent tenir en une page lisible, pas en six pages recopiées. Si tu cherches un **programme SES Terminale PDF**, pars du programme officiel et recoupe toujours avec le manuel et le cours du professeur. Les *quiz SES Terminale* peuvent aider à mémoriser, mais ils ne remplacent jamais la formulation personnelle d'un raisonnement.

Pour les **documents statistiques**, adopte une méthode fixe : identifier la nature du document, lire le titre, repérer l'unité, comparer deux valeurs, puis formuler une idée précise sans paraphrase. Si une évolution est demandée, calcule mentalement le sens avant d'écrire. Pour la **dissertation**, fais plus simple que beaucoup d'élèves : analyse les mots du sujet, note deux ou trois mécanismes du cours, choisis des exemples solides, puis construis un plan qui répond vraiment à la question. Mini-diagnostic utile : si tu comprends mais ne mémorises pas, refais les définitions à voix haute chaque soir ; si tu apprends mais n'argumentes pas, entraîne-toi sur une réponse rédigée de 10 lignes ; si tu paniques devant les documents, prends un graphique par semaine et suis toujours la même grille de lecture. C'est la meilleure **méthode SES Terminale** pour progresser dès cette semaine.

À retenir

Une révision efficace combine **cours**, **annales**, fiches courtes et entraînement régulier sur documents. Mieux vaut trois séances stables par semaine qu'un gros rattrapage épuisant le dimanche.

Le plan de révision réaliste sur 7 jours avant un contrôle ou un devoir type bac

Sur 7 jours, vise simple et régulier : **2 blocs courts** par jour, un de cours, un d'entraînement. Tu relis, tu mémorises activement, tu t'exerces sur un document, puis tu corriges vraiment. Le dernier objectif est clair : repérer *tes erreurs récurrentes* et les retravailler avant le contrôle.

Jour 1 et 2 : reprends le **cours**, chapitre par chapitre, et refais une fiche minimale avec notions, mécanismes, exemples. Jour 3 : teste-toi sans regarder, avec définitions, schémas et liens entre notions. Jour 4 : fais un **entraînement** sur document, en temps limité. Jour 5 : corrige ligne par ligne, puis note trois erreurs précises : hors-sujet, notion floue, argument mal justifié. Jour 6 : refais un exercice proche, mais sans aide. Jour 7 : relis seulement l'essentiel et récite à voix haute. En SES Terminale, mieux vaut *30 minutes efficaces* qu'une soirée passive. C'est ce rythme qui fait progresser.

Pourquoi choisir la spécialité SES en Terminale et pour quelles études après le bac

Choisir la **spécialité SES** en Terminale a du sens si vous aimez comprendre l'**actualité**, les inégalités, l'économie et la politique. Cette matière ouvre des études variées. Elle mène vers la **licence d'économie**, le droit, l'**AES**, la sociologie, un **Institut d'études politiques**, certains BUT et plusieurs **CPGE**.

Si vous vous demandez **pourquoi choisir SES en terminale**, la meilleure réponse tient en une idée simple : on y apprend à relier des faits, des notions et des données. **Qu'est-ce qu'on apprend en SES** exactement ? Pas seulement des définitions. Vous étudiez la croissance, le chômage, la justice sociale, la mobilité sociale, l'action publique, l'intégration européenne, le vote ou encore les classes sociales. C'est concret. C'est aussi exigeant. **Quelle est la matière SES** ? Une discipline à la croisée de l'économie, de la sociologie et de la science politique. Elle n'est ni purement mathématique, ni fondée sur de simples opinions. On y argumente avec des notions précises, des mécanismes et des documents statistiques. Il faut donc aimer lire un graphique, comparer des chiffres, rédiger clairement et discuter une idée sans improviser.

Pourquoi choisir la spécialité SES plutôt qu'une autre ? Parce qu'elle convient bien aux élèves curieux, réguliers et attentifs au monde social. Pas besoin d'être "fort en maths" au sens d'une ancienne **Terminale S**. Le niveau quantitatif reste raisonnable, même si la lecture de pourcentages, d'indices ou d'évolutions est indispensable. À l'inverse, ce n'est pas une matière "facile" où chacun donne son avis. Les copies attendent des raisonnements rigoureux. Cette spécialité aide aussi à préparer l'après-bac avec cohérence. Les chapitres d'économie nourrissent la **licence d'économie**, la gestion ou certaines écoles de commerce via prépa. Les thèmes de science politique servent pour un **Institut d'études politiques**, le droit ou l'histoire politique. Les approches sociologiques sont utiles en **AES**, en sociologie, en travail social, en BUT carrières sociales, mais aussi en **khâgne** ou dans certaines **CPGE** littéraires avec sciences sociales.

L'**orientation après SES terminale** est donc large, à condition d'assumer votre profil. Si vous aimez analyser, rédiger et relier les savoirs, la spécialité est cohérente. Si vous cherchez une matière uniquement calculatoire, elle l'est moins. Mon conseil est simple :

regardez les attendus sur **Onisep**, comparez-les à votre méthode de travail, puis vérifiez si vous tenez un rythme régulier de lecture, de fichage et d'entraînement écrit. C'est souvent là que tout se joue.

Les erreurs fréquentes en SES Terminale et les bons réflexes pour gagner des points au bac

En **SES Terminale**, les pertes de points viennent souvent moins d'un manque de cours que d'une **méthode bac SES** fragile. Les **erreurs fréquentes SES Terminale** sont connues : notions récitées sans mécanisme, documents survolés, exemples vagues, raisonnement peu démontré. Les corriger tôt aide vite à **gagner des points au bac SES**, dès la prochaine copie.

La faute la plus classique consiste à apprendre une définition sans savoir *comment* elle fonctionne. Écrire qu'un taux de chômage mesure une part de la population active ne suffit pas si vous n'expliquez pas le mécanisme économique ou social lié à la question. Même piège avec l'exemple : un cas précis illustre une idée, mais ne prouve rien sans argumentation. Dans l'**épreuve SES Terminale**, une bonne copie d'examen pose une **problématique** claire, puis enchaîne idée, explication, exemple. Si vous oubliez cette chaîne, le correcteur lit une suite d'informations, pas un raisonnement. Autre défaut fréquent : traiter la sociologie comme une opinion personnelle. Or au **bac 2025** comme au **bac 2026**, on attend des notions, des auteurs, des mécanismes, pas un simple avis.

L'exploitation des documents fait aussi perdre beaucoup de points. Citer un **document statistique** sans analyse ne sert presque à rien. Il faut donner la valeur, l'unité, la date, puis comparer et interpréter. Une donnée isolée reste muette ; une donnée comparée devient un argument. Évitez aussi les phrases sans connecteurs logiques : *donc, cependant, ainsi, en effet* structurent l'argumentation et rendent la copie plus convaincante. En dissertation, l'introduction doit définir les notions du sujet, formuler la problématique et annoncer la démarche. Dans le développement, mobilisez le cours avant le document, puis montrez ce que le document confirme, nuance ou limite. La conclusion répond nettement à la question posée, sans ouvrir artificiellement.

Bonus du prof

Dès cette semaine, prenez trois habitudes simples : rédigez chaque jour une définition suivie d'un mécanisme en deux phrases ; analysez un document statistique en notant valeur, unité, date et comparaison ; relisez chaque devoir en surlignant la problématique et les connecteurs logiques. C'est concret, rapide, et très rentable pour gagner des points au bac SES.

Quelle est la matière SES ?

Les SES, ou sciences économiques et sociales, sont une matière du lycée qui croise économie, sociologie et science politique. On y étudie le fonctionnement des marchés, les inégalités, la socialisation, l'emploi, l'action publique ou encore le vote. En Seconde, c'est un enseignement d'exploration ; en Première et Terminale, cela devient une spécialité choisie pour le bac.

Quel est le programme de terminale ?

En terminale SES, le programme officiel porte sur trois grands champs : science économique, sociologie et science politique, et regards croisés. Les élèves travaillent notamment la croissance, le commerce international, le chômage, la structure sociale, l'engagement politique, la justice sociale et la mobilité sociale. J'ajoute toujours un entraînement méthodique à la dissertation et à l'épreuve composée.

Quels chapitres bac SES 2022 ?

Pour le bac SES 2022, les chapitres évalués dépendaient du programme de terminale et des aménagements officiels publiés cette année-là. En pratique, il fallait réviser les thèmes de science économique, de sociologie et science politique, ainsi que les regards croisés retenus au programme. Le plus sûr reste de vérifier les limitations exactes sur Eduscol ou dans les annales officielles.

Pourquoi choisir SES en terminale ?

Choisir les SES en terminale permet de mieux comprendre le monde contemporain : inflation, chômage, inégalités, opinion publique, politiques économiques. C'est une spécialité très utile pour les études en droit, économie, AES, sciences politiques, classes préparatoires ou écoles de commerce. Je la conseille aux élèves curieux de l'actualité et à l'aise avec l'argumentation écrite.

quiz ses terminale

Un quiz SES terminale sert surtout à vérifier les notions clés : croissance endogène, classes sociales, justice sociale, chômage, commerce international ou participation politique. C'est un bon outil pour mémoriser définitions, mécanismes et auteurs. À mon sens, le quiz est utile en révision rapide, mais il doit être complété par des exercices de dissertation et d'épreuve composée.

pourquoi choisir la spécialité ses

La spécialité SES développe des compétences très recherchées : analyser des documents, construire un raisonnement, mobiliser des données chiffrées et argumenter clairement. Elle aide à comprendre les enjeux économiques, sociaux et politiques actuels. Je la

recommande aux élèves qui aiment relier théorie et actualité, et qui envisagent des études supérieures où la réflexion critique compte vraiment.

ses seconde c'est quoi

En Seconde, les SES sont un enseignement commun qui initie les élèves à l'économie, à la sociologie et à la science politique. On y découvre comment se forment les prix, comment les individus se socialisent, ou encore comment se structurent les groupes sociaux. C'est une matière de découverte, idéale pour savoir si l'on veut poursuivre la spécialité ensuite.

Qu'est-ce qu'on apprend en SES ?

En SES, on apprend à comprendre les mécanismes économiques et les faits sociaux. Les élèves étudient par exemple la production, le marché, la monnaie, les inégalités, la déviance, la mobilité sociale ou l'engagement politique. On apprend aussi à lire des statistiques, exploiter des documents et rédiger une argumentation rigoureuse, ce qui est très utile au bac comme après.

Le programme SES Terminale ne se résume pas à une succession de chapitres à apprendre par cœur. Il faut relier chaque thème aux compétences du bac : définir, expliquer, argumenter, lire des données et mobiliser des exemples précis. Le bon réflexe est simple : vérifie le programme officiel le plus récent, repère tes points forts et choisis dès cette semaine un axe de révision prioritaire. Avec une méthode régulière, la spécialité devient beaucoup plus lisible et nettement plus abordable.

[Continue sur lycee-condorcet.fr](https://lycee-condorcet.fr)

Lycée Condorcet - Document pédagogique