

PROGRAMMES EPS CYCLES 2,3 ET 4

1 finalité

Former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre ensemble

5 domaines du socle commun / 5 compétences générales

Les langages pour penser
et communiquer

Développer sa motricité
et apprendre à
s'exprimer en utilisant
son corps

Les méthodes et outils
pour apprendre

S'approprier par la
pratique physique et
sportive, des méthodes
et des outils

La formation de la
personne et du citoyen

Partager des règles,
assumer des rôles et des
responsabilités

L'observation et la
compréhension du
monde

Apprendre à entretenir
sa santé par une activité
physique régulière

Les représentations du
monde et l'activité
humaine

S'approprier une culture
physique sportive et
artistique

4 champs d'apprentissage complémentaires

Produire une performance
optimale, mesurable à une
échéance donnée

Attendus de fin de cycle

Compétences visées

Adapter ses déplacements à
des environnements variés

Attendus de fin de cycle

Compétences visées

S'exprimer devant les autres
par une prestation artistique
et/ou acrobatique

Attendus de fin de cycle

Compétences visées

Conduire et maîtriser un
affrontement collectif ou
interindividuel

Attendus de fin de cycle

Compétences visées

Enseignements Pratiques Interdisciplinaires

Accompagnement personnalisé

5 compétences générales : Progressivité des compétences travaillées

Compétences Générales :	Cycle 2	Cycle 3	Cycle 4
Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps	<ul style="list-style-type: none"> - Prendre conscience des différentes ressources à mobiliser pour agir avec son corps. - Adapter sa motricité à des environnements variés. - S'exprimer par son corps et accepter de se montrer à autrui 	<ul style="list-style-type: none"> - Mobiliser différentes ressources (physiologique, biomécanique, psychologique, émotionnelle) pour agir de manière efficiente - Adapter sa motricité à des situations variées - Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité 	<ul style="list-style-type: none"> - Verbaliser les émotions et sensations ressenties - Utiliser un vocabulaire adapté pour décrire la motricité d'autrui et la sienne. - Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité - Communiquer des intentions et des émotions avec son corps devant un groupe
	De la prise de conscience à la mobilisation des ressources/ De l'acquisition de techniques efficaces à des techniques efficientes / Communiquer avec son corps....		
S'approprier par la pratique physique et sportive, des méthodes et des outils	<ul style="list-style-type: none"> - Apprendre par essai-erreur en utilisant les effets de son action. - Apprendre à planifier son action avant de la réaliser. 	<ul style="list-style-type: none"> - Apprendre par l'action, l'observation, l'analyse de son activité et de celle des autres - Répéter un geste pour le stabiliser et le rendre plus efficace - Utiliser des outils numériques pour observer, évaluer et modifier ses actions 	<ul style="list-style-type: none"> - Construire et mettre en œuvre des projets d'apprentissage individuel ou collectif - Préparer-planifier-se représenter une action avant de la réaliser - Répéter un geste sportif ou artistique pour le stabiliser et le rendre plus efficace - Utiliser des outils numériques pour analyser et évaluer ses actions et celles des autres
	De l'apprentissage par essai-erreur à la mise en œuvre de projet / De l'observation à l'analyse de ses actions ou de celles des autres....		
Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités	<ul style="list-style-type: none"> - Assumer les rôles spécifiques aux différentes APSA (joueur, coach, arbitre, juge, médiateur, organisateur,...). - Élaborer, respecter et faire respecter règles et règlements. - Accepter et prendre en considération toutes les différences interindividuelles au sein d'un groupe. 	<ul style="list-style-type: none"> - Assumer les rôles sociaux spécifiques aux différentes APSA et à la classe (joueur, coach, arbitre, juge, observateur, tuteur, médiateur, organisateur, ...) - Comprendre, respecter et faire respecter règles et règlements - Assurer sa sécurité et celle d'autrui dans des situations variées - S'engager dans les activités sportives et artistiques collectives 	<ul style="list-style-type: none"> - Prendre et assumer des responsabilités au sein d'un collectif pour réaliser un projet ou remplir un contrat - Respecter, construire et faire respecter règles et règlements - Agir avec et pour les autres, en prenant en compte les différences - Accepter la défaite et gagner avec modestie et simplicité
	Assumer des rôles de plus en plus complexes / Construire et respecter la règle / De la prise en compte de l'autre à l'acceptation des différences / axe principal du vivre ensemble		
Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière	<ul style="list-style-type: none"> - Découvrir les principes d'une bonne hygiène de vie, à des fins de santé et de bien-être. - Ne pas se mettre en danger par un engagement physique dont l'intensité excède ses qualités physiques. 	<ul style="list-style-type: none"> - Connaître et appliquer des principes d'une bonne hygiène de vie - Évaluer la quantité et la qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école - Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger 	<ul style="list-style-type: none"> - Connaître les effets d'une pratique physique régulière sur son état de bien-être et de santé - Connaître et utiliser des indicateurs objectifs pour caractériser l'effort physique - Evaluer la quantité et qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école - Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger
	De l'engagement spontané à raisonné / Affiner la connaissance de soi, de son corps dans une logique d'épanouissement et de santé / Vers une pratique réflexive pour un ailleurs et plus tard		
S'approprier une culture physique sportive et artistique	<ul style="list-style-type: none"> - Exprimer des intentions et des émotions par son corps dans un projet artistique individuel ou collectif - Découvrir la variété des activités et des spectacles sportifs. 	<ul style="list-style-type: none"> - Savoir situer des performances à l'échelle de la performance humaine - Comprendre et respecter l'environnement des pratiques physiques et sportives 	<ul style="list-style-type: none"> - S'approprier, exploiter et savoir expliquer les principes d'efficacité d'un geste technique - Découvrir l'impact des nouvelles technologies appliquées à la pratique physique et sportive - Acquérir les bases d'une attitude réflexive et critique vis-à-vis du spectacle sportif - Connaître des éléments essentiels de l'histoire des pratiques corporelles éclairant les activités physiques contemporaines
	De la découverte à la compréhension de la culture sportive et artistique par la pratique des APSA et l'appropriation de techniques		

Le code couleur permet d'identifier la progressivité des compétences sur les 3 cycles

Progressivité des attendus de fin de cycle sur les 4 champs d'apprentissage

4 Champs d'apprentissage	Cycle 2	Cycle 3	Cycle 4
Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée	<ul style="list-style-type: none"> - Courir, sauter, lancer à des intensités et des durées variables dans des contextes adaptés. - Savoir différencier : courir vite et courir longtemps / lancer loin et lancer précis / sauter haut et sauter loin. - Accepter de viser une performance mesurée et de se confronter aux autres. - Remplir quelques rôles spécifiques. 	<ul style="list-style-type: none"> - Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus longtemps, plus haut, plus loin. - Combiner une course un saut un lancer pour faire la meilleure performance cumulée. - Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer, les traduire en représentations graphiques. - Assumer les rôles de chronométreur et d'observateur. 	<ul style="list-style-type: none"> - Gérer son effort, faire des choix pour réaliser la meilleure performance dans au moins deux familles athlétiques et/ou au moins de deux styles de nages. - S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif. - Planifier et réaliser une épreuve combinée - S'échauffer avant un effort. - Aider ses camarades et assumer différents rôles sociaux (juge d'appel et de déroulement, chronométreur, juge de mesure, organisateur, collecteur des résultats, ...)
	Choix des compétences visées laissé à l'initiative des équipes		
Adapter ses déplacements à des environnements variés	<ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer dans l'eau sur une quinzaine de mètres sans appui et après un temps d'immersion. - Réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel. L'espace est aménagé et sécurisé. - Respecter les règles de sécurité qui s'appliquent 	<ul style="list-style-type: none"> - Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou structure artificielle connus. - Connaître et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement - Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème - Valider l'attestation scolaire du savoir nager (ASSN), conformément à l'arrêté du 9 juillet 2015 	<ul style="list-style-type: none"> - Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recréé plus ou moins connu - Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé - Assurer la sécurité de son camarade - Respecter et faire respecter les règles de sécurité
	Choix des compétences visées laissé à l'initiative des équipes		
S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique	<ul style="list-style-type: none"> - Mobiliser le pouvoir expressif du corps, en reproduisant une séquence simple d'actions apprises ou en présentant une action qu'il a inventée. - S'adapter au rythme, mémoriser des pas, des figures, des éléments et des enchaînements pour réaliser des actions individuelles et collectives. 	<ul style="list-style-type: none"> - Réaliser en petits groupes 2 séquences : une à visée acrobatique destinée à être jugée, une autre à visée artistique destinée à être appréciée et à émuover. - Savoir filmer une prestation pour la revoir et la faire évoluer - Respecter les prestations des autres et accepter de se produire devant les autres 	<ul style="list-style-type: none"> - Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique - Participer activement au sein d'un groupe, à l'élaboration et à la formalisation d'un projet artistique - Apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse.
	Choix des compétences visées laissé à l'initiative des équipes		
Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel	<p>Dans des situations aménagées et très variées :</p> <ul style="list-style-type: none"> - S'engager dans un affrontement individuel ou collectif en respectant les règles du jeu ; - Contrôler son engagement moteur et affectif pour réussir des actions simples - Connaître le but du jeu - Reconnaître ses partenaires et ses adversaires 	<p>En situation aménagée ou à effectif réduit,</p> <ul style="list-style-type: none"> - S'organiser tactiquement pour gagner le duel ou le match en identifiant les situations favorables de marque. - Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu. - Respecter les partenaires, les adversaires et l'arbitre. - Assurer différents rôles sociaux (joueur, arbitre, observateur) inhérents à l'activité et à l'organisation de la classe. - Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter. 	<p>En situation d'opposition réelle et équilibrée</p> <ul style="list-style-type: none"> - Réaliser des actions décisives en situation favorable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur ou en faveur de son équipe. - Adapter son engagement moteur en fonction de son état physique et du rapport de force - Être solidaire de ses partenaires et respectueux de son (ses) adversaire(s) et de l'arbitre. - Observer et co arbitrer. - Accepter le résultat de la rencontre et savoir l'analyser avec objectivité
	Choix des compétences visées laissé à l'initiative des équipes		

Le code couleur permet d'identifier les différentes dimensions (motrice, sociale, affective) et leur progressivité sur les 3 cycles.