

Socle et Programmes des cycles 2,3 et 4 en EPS - 26 novembre 2015

UNE FINALITE			
<i>L'EPS a pour finalité de former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre-ensemble. Elle amène les enfants et adolescents à rechercher le bien-être et à se soucier de leur santé. Elle assure l'inclusion dans la classe des élèves à besoins éducatifs particuliers ou en situation de handicap. L'EPS initie au plaisir de la pratique sportive.</i>			
Les 5 domaines du socle commun de connaissances, de compétences et de culture		5 compétences générales à travailler pour construire les domaines du socle en EPS	4 champs d'apprentissage complémentaires pour développer les compétences générales
1. Les langages pour penser et communiquer 2. Les méthodes et outils pour apprendre 3. La formation de la personne et du citoyen 4. Les systèmes naturels et les systèmes techniques 5. Les représentations du monde et l'activité humaine		1. Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps 2. S'approprier, par la pratique physique et sportive, des méthodes et des outils 3. Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités 4. Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière 5. S'approprier une culture physique sportive et artistique	1. Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée 2. Adapter ses déplacements à des environnements variés 3. S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique 4. Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel.
Compétences à travailler en EPS pour chaque cycle, en référence au socle commun de connaissances, de compétences et de culture			
Cycle des apprentissages fondamentaux CP/CE1/CE2		1. Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée	
Socle Domaine 1	Développer sa motricité et construire un langage du corps * 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	Attendus fin de cycle <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. 	Compétences travaillées <ul style="list-style-type: none"> ▪ Transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices ; courir, sauter, lancer. ▪ Utiliser sa main d'adresse et son pied d'appel et construire une adresse gestuelle et corporelle bilatérale. ▪ Mobiliser de façon optimale ses ressources pour produire des efforts à des intensités variables. ▪ Pendant l'action, prendre des repères extérieurs à son corps pour percevoir : espace, temps, durée et effort ▪ Respecter les règles de sécurité édictées par le professeur.
		Socle Domaine 2	S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre * Apprendre par essai-erreur en utilisant les effets de son action * Apprendre à planifier son action avant de la réaliser
Socle Domaine 3	Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités pour apprendre à vivre ensemble * Assumer les rôles spécifiques aux différentes APSA (joueur, coach, arbitre, juge, médiateur, organisateur...) * Elaborer, respecter et faire respecter règles et règlements * Accepter et prendre en considération toutes les différences interindividuelles au sein d'un groupe		
		Socle Domaine 4	Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière * Découvrir les principes d'une bonne hygiène de vie, à des fins de santé, de bien-être * Ne pas se mettre en danger par un engagement physique dont l'intensité excède ses qualités physiques
Socle Domaine 5	S'approprier une culture physique sportive et artistique * Découvrir la variété des activités et des spectacles sportifs * Exprimez des intentions et des émotions par son corps dans un projet artistique individuel ou collectif		

Compétences à travailler en EPS pour chaque cycle, en référence au socle commun de connaissances, de compétences et de culture

Cycle de consolidation CM1/CM26ème		1. Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée		
		Attendus fin de cycle	Compétences travaillées	Activités support
Socle Domaine 1	<p>Développer sa motricité et construire un langage du corps</p> <ul style="list-style-type: none"> * Adapter sa motricité à des situations variées * Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité * Mobiliser différentes ressources (physiologique, biomécanique, psychologique, émotionnelle) pour agir de manière efficiente <p>S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre</p> <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"> ▪ 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 chronométrateur et d'observateur 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Combiner des actions simples : courir-lancer ; courir-sauter. ▪ Mobiliser ses ressources pour réaliser la meilleure performance possible dans des activités athlétiques variées (courses, sauts, lancers). ▪ Appliquer des principes simples pour améliorer la performance dans des activités athlétiques et/ou nautiques. ▪ Utiliser sa vitesse pour aller plus loin, ou plus haut. ▪ Rester horizontalement et sans appui en équilibre dans l'eau. ▪ Pendant la pratique, prendre des repères extérieurs et des repères sur son corps pour contrôler son déplacement et son effort. ▪ Utiliser des outils de mesures simples pour évaluer sa performance. ▪ Respecter les règles des activités. ▪ Passer par les différents rôles sociaux. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Activités athlétiques (courses, sauts, lancers) et natation
Socle Domaine 2	<p>Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités</p> <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 <p>Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière</p> <ul style="list-style-type: none"> * Evaluer la quantité et la qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école * Connaître et appliquer des principes d'une bonne hygiène de vie * Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel. ▪ 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 	<p>2. Adapter ses déplacements à des environnements variés</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conduire un déplacement sans appréhension et en toute sécurité. ▪ Adapter son déplacement aux différents milieux. ▪ Tenir compte du milieu et de ses évolutions (vent, eau, végétation, etc.). ▪ Gérer son effort pour pouvoir revenir au point de départ. ▪ Aider l'autre. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Activité de roule et de glisse, ▪ Activités nautiques, ▪ Equitation, ▪ Parcours d'orientation, ▪ Parcours d'escalade, ▪ Natation (savoir nager) ▪ Etc
Socle Domaine 3	<p>S'approprier une culture physique sportive et artistique</p> <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 <p>Développer sa motricité et construire un langage du corps</p> <ul style="list-style-type: none"> * Adapter sa motricité à des situations variées * Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité * Mobiliser différentes ressources (physiologique, biomécanique, psychologique, émotionnelle) pour agir de manière efficiente 	<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 émouvoir. ▪ Savoir filmer une prestation pour la revoir et la faire évoluer ▪ Respecter les prestations des autres et accepter de se produire devant les autres 	<p>3. S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Utiliser le pouvoir expressif du corps de différentes façons. ▪ Enrichir son répertoire d'actions afin de communiquer une intention ou une émotion. ▪ S'engager dans des actions artistiques ou acrobatiques destinées à être présentées aux autres en maîtrisant les risques et ses émotions. ▪ Respecter les prestations des autres et accepter de se produire devant les autres 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Danses collectives, ▪ Activités gymniques, ▪ Arts du cirque, ▪ Danse de création.
Socle Domaine 4	<p>S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre</p> <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 <p>Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités</p> <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 <p>Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière</p> <ul style="list-style-type: none"> * Evaluer la quantité et la qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école * Connaître et appliquer des principes d'une bonne hygiène de vie * Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger 	<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. <p>Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter.</p>	<p>4. Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Rechercher le gain de l'affrontement par des choix tactiques simples. ▪ Adapter son jeu et ses actions aux adversaires et à ses partenaires. ▪ Coordonner des actions motrices simples. ▪ Se reconnaître attaquant / défenseur. ▪ Coopérer pour attaquer et défendre. ▪ Accepter de tenir des rôles simples d'arbitre et d'observateur. ▪ S'informer pour agir. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Jeux traditionnels plus complexes (thèque, béret, balle au capitaine, poules- vipères- renards, etc.), ▪ Jeux collectifs avec ou sans ballon ▪ Jeux pré sportifs collectives (type handball, basket-ball, football, rugby, volley-ball...), ▪ Jeux de combats (de préhension), Jeux de raquettes (badminton, tennis...)
Socle Domaine	<p>S'approprier une culture physique sportive et artistique</p> <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 			