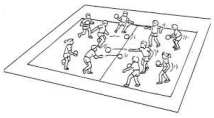
Programmation de Sport

CM

E créations

Période 01 7 semaines	Période 02 7 semaines	Période 03 7 semaines	Période 04 6 semaines	Période 05 9 semaines
❑ **Athlétisme** Course de durée ➡ Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée ❑ **Les jeux de course** ➡ Le jeu des familles ➡ Les 3 tapes	❑ **Jeux traditionnels** ➡ Recherche le gain de l'affrontement par des choix tactiques simples Thèque Béret Balle au capitaine Poules renard vipère Epervier 	❑ **Jeux de combats** ➡ Conduire et Maîtriser un affrontement collectif et interindividuel 	❑ **Danse - Création** La danse à travers le temps ?	❑ **Jeux d'orientation** (en extérieur) ➡ Se fier à ses sens pour se déplacer dans un environnement proche et connu

Activités physiques quotidiennes

❑ **Courir**	❑ **Danser**	❑ **Lancer**	❑ **Sauter**
★ Mise en place de parcours éphèmères ★ Suivez le rythme ★ Les trois tapes et autres jeux ★ Courir avec un cerceau ★ Le béret en anglais ★ Dictée sportive	★ les lettres de mon prénom ★ les pauses actives ★	★ Le cerceau cible ★ Le touche ballon ★ Le repousse ballon	★ Jeux d'élastique ★ Les coupelles ★ Les cordes à sauter ★ Les cerceaux ★ Le parcours d'animaux ★ Pierre feuille ciseaux

Relaxation en classe

❑ **Jeux d'expression**
❑ **Jeux de voix**
❑ **Jeux d'écoute**
❑ **Jeux d'attention**

➡ Les exercices proposés ont pour objectifs de permettre à l'élève d'accroître sa concentration, de se relaxer naturellement, à apprendre à mieux s'écouter