



Objectifs du programme d'enseignement du cycle des apprentissages fondamentaux

☞ Références institutionnelles : B.O. spécial n°11 du 26 novembre 2015

Education Physique et Sportive

Compétences communes à tous les cycles

| Développer sa motricité et construire un langage du corps | S'approprier seul ou à plusieurs, par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre | Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités pour apprendre à vivre ensemble | Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière | S'approprier une culture physique sportive et artistique |
|--|--|---|--|---|
| <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">- 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">- 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">- 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">- Découvrir la variété des activités et des spectacles sportifs.- Exprimer des intentions et des émotions par son corps dans un projet artistique individuel ou collectif. |
| Domaine 1 | Domaine 2 | Domaine 3 | Domaine 4 | Domaine 5 |



Objectifs du programme d'enseignement du cycle des apprentissages fondamentaux

☞ Références institutionnelles : B.O. spécial n°11 du 26 novembre 2015

Education physique et sportive

Compétences du cycle 2

| Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée | Adapter ses déplacements à des environnements variés | S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique | Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel |
|---|---|--|--|
| <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. | <ul style="list-style-type: none"> - Transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices. - S'engager sans appréhension pour se déplacer dans différents environnements. - Lire le milieu et adapter ses déplacements à ses contraintes. - Respecter les règles essentielles de sécurité. - Reconnaître une situation à risque. | <ul style="list-style-type: none"> - S'exposer aux autres : s'engager avec facilité dans des situations d'expression personnelle sans crainte de se montrer. - Exploiter le pouvoir expressif du corps en transformant sa motricité et en construisant un répertoire d'actions nouvelles à visée esthétique. - S'engager en sécurité dans des situations acrobatiques en construisant de nouveaux pouvoirs moteurs. - Synchroniser ses actions avec celles de partenaires. | <ul style="list-style-type: none"> - Rechercher le gain du jeu, de la rencontre. - Comprendre le but du jeu et orienter ses actions vers la cible. - Accepter l'opposition et la coopération. - S'adapter aux actions d'un adversaire. - Coordonner des actions motrices simples. - S'informer, prendre des repères pour agir seul ou avec les autres. - Respecter les règles essentielles de jeu et de sécurité. |

Attendus de fin de cycle

- ⊕ 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.

- ⊕ 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.

- ⊕ Mobiliser le pouvoir expressif du corps, en reproduisant une séquence simple d'actions apprise ou en présentant une action inventée.
- ⊕ S'adapter au rythme, mémoriser des pas, des figures, des éléments et des enchaînements

- ⊕ 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.