



Année A

Période 1

Réaliser une performance mesurée (en distance, en temps)

- Activités athlétiques : courir vite, courir longtemps, courir en franchissant des obstacles, courir en relais, sauter loin, sauter haut, lancer loin.

Période 2

Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

- Activités de rouler et glisse : réaliser des parcours d'actions diverses en roller

Période 3

Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement

- Jeux de lutte : amener son adversaire au sol pour l'immobiliser.

Période 4

Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement

- Rugby : Coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires, en respectant des règles, en assurant des rôles différents (attaquant, défenseur, arbitre)

Période 5

Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique

- Danse : construire à plusieurs une phrase dansée (chorégraphie de 5 éléments au moins) pour exprimer corporellement des personnages, des images, des sentiments et pour communiquer des émotions, sur des supports sonores divers.