



L'Éducation Physique et Sportive à L'École Maternelle et Élémentaire

Les Programmes 2002

Arrêté du 25 Janvier 2002

Sommaire

| | |
|---|----|
| •Les Objectifs de l'EPS..... | 3 |
| •La Programmation des Activités..... | 5 |
| •Les Domaines d'Activités à l'École Maternelle..... | 6 |
| Au Cycle 2 et Cycle 3 | |
| Cycle 3:Les Activités Physiques Pratiquées | |
| •Les Compétences Spécifiques | 9 |
| •Les Compétences Transversales et Générales..... | 23 |
| Maternelles | |
| Cycle 2 | |
| Cycle3 | |
| •Les Connaissances..... | 37 |
| •L'E.P.S. et la Maîtrise de la Langue..... | 38 |

A graphic of a spiral-bound notebook with a brown cover and a light beige page. The spiral binding is on the left side. The page has a horizontal line near the top. The title "Les Objectifs de l'EPS" is centered on the page.

Les Objectifs de l'EPS

Les Objectifs de l'EPS

l'Enseignement de l'Education Physique et Sportive vise :

- le développement des capacités et des ressources nécessaires aux conduites motrices
 - l'accès au patrimoine culturel que représentent les diverses activités physiques, sportives et artistiques, (pratiques sociales de référence)
 - l'acquisition des compétences et connaissances utiles pour mieux connaître son corps, le respecter et le garder en forme.

La Programmation des Activités

- Une véritable éducation physique cohérente, complète et équilibrée nécessite une programmation précise des activités.

Celle-ci est placée sous **la responsabilité de l'équipe de cycle.**

- Dans chacune des années du cycle **les quatre compétences spécifiques sont abordées.** Chaque compétence est traitée au travers d'une ou plusieurs activités

- Il serait souhaitable, pour que les apprentissages soient réels, que les modules d'apprentissage soient de **10 à 15 séances (minimum cinq ou six séances)**

- **Les trois heures hebdomadaires** seront réparties au minimum **sur deux jours distincts** par semaine. La pratique journalière, doit être recherchée.

- La compétence "**S'opposer ou s'affronter individuellement et/ou collectivement**" est **obligatoirement** travaillée **chaque année** grâce à un module d'apprentissage sur les jeux collectifs, traditionnels ou non

- Les activités de **natation : au moins 12 séances chaque année en priorité** pour les élèves **du cycle 2** chaque fois que les équipements le permettront.

- Les compétences générales et les connaissances peuvent être abordées au travers de toutes les activités physiques.

Les Domaines d'Activités à l'École Maternelle

| | | |
|--|---|---|
| S'approprier activement Le langage oral | | Exprimer et communiquer les impressions et les émotions ressenties |
| Vivre ensemble | | Partager avec ses camarades des moments de jeux collectifs, de jeux dansés |
| Agir et s'exprimer avec son corps | <ul style="list-style-type: none"> • Elaborer un répertoire moteur de base composé d'actions fondamentales • Mieux se connaître • Développer ses capacités physiques • Avoir plaisir à évoluer et à jouer au sein d'un groupe | <ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer (marcher, courir, sauter...), • S'équilibrer (se tenir sur un pied...), • Manipuler (saisir, tirer, pousser...), • Lancer, réceptionner, manipuler des objets.... • Agir face aux obstacles • Prendre un risque calculé • Réaliser une performance que l'on peut mesurer, |
| Découvrir le monde | | Explorer et se déplacer dans des espaces pensés et aménagés |
| Développer la sensibilité, l'imagination, la création..... | | ...par des langages d'expression qui mobilisent le corps, le regard et le geste |

Au Cycle 2

Au Cycle 3

Au cours de ce cycle, les actions motrices vont être encore perfectionnées,

- dans leur forme,
- en vitesse d'exécution,
- en précision, en force.

Les enfants deviendront peu à peu capables d'en enchaîner plusieurs.

Il s'agira dans ce cycle, d'enrichir les actions motrices fondamentales, de les diversifier, les perfectionner, les combiner, les enchaîner.

L'EPS contribue au développement des compétences dans le domaine de la langue orale et écrite: parler de sa pratique (nommer, exprimer communiquer...). lire et écrire des textes divers (fiches, règles de jeu, récits...).

L'EPS participe à l'éducation à la santé et à la sécurité et permet, tout en répondant au besoin de bouger et au plaisir d'agir, de donner aux élèves le sens de l'effort et de la persévérance

L'EPS offre l'occasion d'acquérir des notions (relation espace-temps, par exemple), et de construire des compétences utiles dans la vie de tous les jours (se repérer dans un lieu, apprécier une situation de risque...).

L'EPS contribue, de façon fondamentale, à la formation du citoyen:

- en éduquant à la responsabilité et à l'autonomie.
- en permettant de jouer avec la notion de règle, de la comprendre, de la faire vivre, en accédant aux valeurs sociales et morales.

L'EPS aide également à concrétiser certaines connaissances et notions plus abstraites: elle en facilite la compréhension et l'acquisition, en relation avec les activités scientifiques, les mathématiques, l'histoire et la géographie...

La danse, activité physique et artistique, approchée dans toutes ses formes, permet de faire le lien avec les activités artistiques (arts visuels, éducation musicale...).

CYCLE 3: Les Activités Physiques Pratiquées

(Documents d'Application)

| Ensemble Commun | Ensemble Complémentaire |
|---|--|
| <p>L'enseignement s'appuiera de façon prioritaire sur</p> | <p>Favoriser l'exploitation des Ressources Locales.....</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> - Les activités physiques d'expression: Danse - L'Athlétisme: Courses Sauts Lancers - La Gymnastique Artistique - La Gymnastique Rythmique | <p>par exemple:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les Activités de Cirque - La Bicyclette - L'Équitation - L'Escalade - La Gymnastique Acrobatique (Acrosport) - Le Judo - Le Patinage à Roulettes ou sur glace, |
| <ul style="list-style-type: none"> - Les Jeux Collectifs - Les jeux de Lutte | <p>.....complétées par les Activités Physiques qui correspondent au patrimoine ou à l'environnement régional</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> - Les Jeux de Raquette - La Natation - L'Orientation | <ul style="list-style-type: none"> - Le Canoë-Kayak - Le Golf -La Randonnée -Le Ski -La Voile |

A graphic of a spiral-bound notebook with a brown cover and a light beige page. The spiral binding is on the left side. The page has a horizontal line near the top. The title "Les Compétences Spécifiques" is centered on the page.

Les Compétences Spécifiques

Les Compétences Spécifiques

| Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
|---|--|--|
| Réaliser une action que l'on peut mesurer | Réaliser une performance mesurée | |
| Adapter ses déplacements à différents types d'environnements | Adapter ses déplacements à différents environnements | |
| Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement | S'opposer individuellement et/ou collectivement | S'affronter individuellement ou collectivement |
| Réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive | Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive | |

La Compétence Spécifique:

| | |
|---|---|
| Réaliser une performance que l'on peut mesurer | Réaliser une performance mesurée |
|---|---|

| | | |
|-------------------|----------------|----------------|
| Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
|-------------------|----------------|----------------|

| | | |
|---|--|--|
| - Développer un répertoire moteur de base composé d'actions fondamentales |en mettant en jeu des actions motrices variées, caractérisées par leur force, leur vitesse..... |de différentes façons (en forme, en force, en vitesse...)..... |
| |dans des espaces et avec des matériels variés | |
| - Développer ses capacités physiques |dans des types d'efforts variés (rapport entre vitesse, distance, durée) |dans différents types d'efforts (relation vitesse, distance, durée |
| - Mieux se connaître |de plus en plus régulièrement. |régulièrement et à une échéance donnée (battre son record). |

Activités: Les Compétences attendues

| Activités | Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
|-----------------------|--|--|---|
| Activités athlétiques | <p>- courir vite en ligne droite pendant 4 à 5 secondes</p> | <p>- courses de vitesse : partir vite à un signal, maintenir sa vitesse pendant 6 à 7 secondes, franchir la ligne d'arrivée sans ralentir</p> <p>- courses d'obstacles : courir et franchir trois obstacles bas successifs en ralentissant le moins possible</p> | <p>- courses de vitesse : prendre un départ rapide, maintenir sa vitesse pendant 8 à 9 secondes environ et franchir la ligne d'arrivée sans ralentir</p> <p>- courses en durée : courir à allure régulière sans s'essouffler pendant 8 à 15 minutes (selon les capacités de chacun)</p> |
| | <p>- sauter le plus loin ou le plus haut possible, avec ou sans élan</p> | <p>- sauts : courir sur quelques mètres et sauter le plus loin ou le plus haut possible, avec une impulsion d'un pied dans une zone délimitée</p> | <p>- sauts en longueur : après une dizaine de pas d'élan rapide, sauter (en un ou plusieurs bonds) le plus loin possible</p> |
| | <p>- lancer loin un objet lesté, sans sortir de la zone d'élan</p> | <p>- lancers : courir et lancer des objets légers ou des objets lestés, le plus loin possible, sans sortir de la zone d'élan</p> | <p>- lancers : courir et lancer de façon adaptée une balle lestée ou un engin léger (javelot mousse, cerceau) le plus loin possible, sans sortir de la zone d'élan</p> |

Activités: Les Compétences attendues

| Activités | Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
|----------------------|---|--|---|
| Activités aquatiques | Se déplacer sur quelques mètres, en grand bain, par l'action des bras et des jambes, avec ou sans support (frite ou planche). | Se déplacer en surface et en profondeur dans des formes d'actions inhabituelles mettant en cause l'équilibre (sauter dans l'eau, aller chercher un objet au fond -grand bain-, passer dans un cerceau immergé, remonter, se laisser flotter 5 secondes et revenir au bord) | Nager longtemps (se déplacer sur une quinzaine de mètres sans support). |

La Compétence Spécifique

| | |
|---|---|
| Adapter ses déplacements à différents types d'environnements | Adapter ses déplacements à différents environnements |
|---|---|

| | | |
|-------------------|----------------|----------------|
| Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
|-------------------|----------------|----------------|

| | | |
|--|--|--|
| - Explorer et se déplacer dans des espaces pensés et aménagés | dans des formes d'actions inhabituelles mettant en cause l'équilibre | |
| | dans des milieux ou sur des engins instables variés | dans des milieux ou sur des engins instables de plus en plus diversifiés |
| | dans des environnements progressivement éloignés et chargés d'incertitude | - dans des environnements de plus en plus éloignés et chargés d'incertitude |
| | | - en fournissant des efforts de types variés |

Activités: Les Compétences attendues

| Activités | Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
|-------------------------|--|--|--|
| Activités d'orientation | dans un parc public, à vue de l'enseignant, par groupes de 2, retrouver les objets que l'on a déposés juste avant, au cours de la promenade de découverte faite avec l'enseignant | dans un milieu connu (parc public), par deux, retrouver 5 balises sur les indications données par le groupe qui les a placées. | -- réaliser le plus rapidement possible un parcours de 5 balises en étoile à partir de la lecture d'une carte où figurent des indices. |
| Activités d'escalade | Grimper sans matériel spécifique en parcourant des chemins différents pour atteindre un point précis | Sur 3 parcours proposés, choisir celui que l'on se sent capable de réussir , et l'exécuter sans chuter | - réaliser un parcours annoncé sur une traversée d'un parcours horizontal de 5 m de largeur, sans assurage, en utilisant différents types de prises, dont les prises inversées |
| Activités aquatiques | se déplacer sur quelques mètres , en grand bain, par l'action des bras et des jambes, avec ou sans support (frite ou planche). | se déplacer en surface et en profondeur dans des formes d'actions inhabituelles mettant en cause l'équilibre (sauter dans l'eau, aller chercher un objet au fond - grand bain-, passer dans un cerceau immergé, remonter, se laisser flotter 5 secondes et revenir au bord) | nager longtemps (se déplacer sur une quinzaine de mètres sans support). |

Activités: Les Compétences attendues

| Activités | Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
|---|--|--|---|
| Activités de roule et de glisse (bicyclette, roller, ski, patins à glace) | <p>Activités de pilotage :</p> <p>Bicyclette : rouler en ligne droite, accélérer, ralentir, faire un virage, monter et descendre une petite pente, s'arrêter sur une zone de 4 mètres</p> <p>Roller: Glisser sur un plan incliné et s'arrêter sur une zone de 3 mètres</p> | <p>Réaliser le parcours suivant:</p> <p>- slalomer entre les plots, monter et descendre une courte pente, s'arrêter dans une zone de 2 mètres</p> | <p>Cyclisme:</p> <p>Réaliser un parcours : type «sécurité routière, Prévention MAIF» ou</p> <ol style="list-style-type: none"> 1-Franchir un obstacle 2-Libérer les appuis 3-Prévoir les changements de direction en utilisant les bras 4-Varié les allures 5-S'adapter à l'allure du groupe |
| Activités nautiques | | | |
| Activités d'équitation | | | |

La Compétence Spécifique

| Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement | S'opposer individuellement et/ou collectivement | S'affronter individuellement ou collectivement |
|---|---|--|
| Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
| - partager avec ses camarades des moments de jeux collectifs, de jeux dansés | - rencontrer un adversaire dans des jeux d'opposition duelle | - affronter un adversaire dans des jeux d'opposition duelle |
| - avoir plaisir à évoluer et à jouer au sein d'un groupe | - coopérer avec des partenaires pour s'opposer collectivement à un ou plusieurs adversaires dans un jeu collectif, comme attaquant et comme défenseur | - coopérer avec des partenaires pour s'opposer collectivement à un ou plusieurs adversaires dans un jeu collectif |

Activités: Les Compétences Attendues

| Activités | Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
|-------------------|---|---|---|
| Jeux de lutte | - jeux de lutte : s'investir dans une activité de corps à corps pour priver l'adversaire de sa liberté d'action | Dans un combat à 2, agir sur l'adversaire au sol pour le contrôler, l'obliger à se retourner sur le dos et l'immobiliser. | Amener son adversaire au sol en le contrôlant et le maintenir immobilisé sur le dos durant 5 secondes |
| Jeux de raquettes | Pratique individuelle de manipulation de Raquette/Balle légère , pour se familiariser avec la production et l'appréciation des trajectoires (face au mur par ex....) | se déplacer et frapper vers une cible réaliser des trajectoires (de balle, de volant) de longueurs différentes | dans un tournoi à 2: - choisir le geste de renvoi le mieux adapté, - maîtriser la direction du renvoi -- jouer dans les espaces libres - marquer le point |

Activités: Les Compétences Attendues

| Activités | Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
|---|---|--|---|
| <p>Jeux collectifs</p> <p>Jeux traditionnels avec et sans ballon</p> <p>Jeux sportifs</p> | <p>jeux collectifs : avec son équipe, transporter en courant des objets d'un point à un autre sans se faire toucher par un enfant défenseur</p> | <p>enchaîner des actions simples relatives aux différents rôles:</p> <p>-attaquant (courir et transporter un objet ou passer une balle, recevoir et passer, recevoir et courir vers le but pour aller marquer, (tirer, passer la balle à un partenaire, poser la balle ou un objet dans l'espace de marque)</p> <p>- défenseur (courir et toucher les porteurs de balle ou d'objets, essayer d'intercepter la balle, courir et s'interposer...)</p> | <p>-attaquant (se démarquer dans un espace libre, recevoir une balle, progresser vers l'avant et la passer ou tirer - marquer-en position favorable)</p> <p>- défenseur (courir pour gêner le porteur de balle, ou courir pour récupérer la balle ou s'interposer entre les attaquants et le but)</p> |

La Compétence Spécifique

| | |
|---|--|
| Réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive | Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive |
|---|--|

| | | |
|------------|---------|---------|
| Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
|------------|---------|---------|

| | | |
|---|---|--|
| - Utiliser des langages d'expression qui mobilisent le corps, le regard et le geste | - exprimer corporellement des personnages, des images, des états, des sentiments | - exprimer corporellement, seul ou en groupe , des images, des états, des sentiments... |
| | - communiquer aux autres des sentiments ou des émotions | |
| | - réaliser des actions acrobatiques mettant en jeu l'équilibre (recherche d'exploits) | |
| | - s'exprimer de façon libre ou en suivant différents rythmes , sur des supports sonores divers, avec ou sans engins | - s'exprimer librement ou en suivant différents types de rythmes , sur des supports variés |

Activités: Les Compétences Attendues

| Activités | Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
|--|---|---|---|
| Danse (dans toutes ses formes) | <p>rondes et jeux dansés : danser (se déplacer, faire les gestes) en concordance avec la musique, le chant, et les autres enfants</p> <p>- danse : construire une courte séquence dansée associant deux ou trois mouvements simples, phrase répétée et apprise par mémorisation corporelle des élans, vitesses, directions.</p> | <p>- Composer une phrase dansée à partir de 3 mouvements liés, inscrits dans une direction, une durée, un rythme précis, exprimant des univers personnels ou collectifs</p> | <p>- construire dans une phrase dansée (directions, durées, rythmes précis) jusqu'à cinq mouvements combinés et liés, pour faire naître des intentions personnelles ou collectives, choisies ou imposées</p> |
| <p>Activités gymniques</p> <p>Gymnastique artistique</p> | <p>vers les activités gymniques se déplacer d'un point à un autre de différentes façons (rouler, franchir, sauter...) en prenant des risques mesurés, et en essayant d'arriver sur ses pieds</p> | <p>sur deux engins de son choix</p> <p>- réaliser un enchaînement de trois actions acrobatiques au minimum une des actions est identique dans les deux cas (par exemple : rouler) ; l'enchaînement comporte un début et une fin.</p> | |

Activités: Les Compétences Attendues

| Activités | Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
|---------------------|------------|---------|--|
| Activités de cirque | | | Pouvoir présenter , seul ou à plusieurs, un numéro formé d'un enchaînement de 5 actions minimum choisies parmi 2 des 4 familles (acrobaties, activités d'équilibre, manipulation/jonglerie, expression/communication), et comportant une entrée, un milieu, une fin. |



Les Compétences Transversales (Maternelle)
ou Générales (Cycle2, Cycle3)

Les Compétences Transversales (Maternelle) ou Générales (Cycle2, Cycle3)

| Maternelle | Cycle 2 | Cycle 3 |
|--|--|--|
| S'engager dans l'action | S'engager lucidement dans l'action | S'engager lucidement dans la pratique de l'activité |
| Faire un projet d'action | Construire un projet d'action | Construire de façon de plus en plus autonome un projet d'action |
| Identifier et apprécier les effets de l'activité | Mesurer et apprécier les effets de l'activité | |
| Se conduire dans le groupe en fonction des règles | Appliquer des règles de vie collective | Appliquer et construire des règles de vie collective |

Maternelle: La Compétence Transversale

S'engager dans l'action

- Oser s'engager dans différentes actions

- dans des environnements proches et aménagés
- dans des milieux et avec des matériels, objets et accessoires variés
- dans le respect de règles de jeu et de sécurité définies

- Éprouver, ressentir, accepter

- des sensations motrices inhabituelles : rotation, renversement, vitesse, déséquilibre, ...
- des émotions : plaisir, satisfaction, déplaisir, peur, tristesse, joie, colère, ...

La mise en œuvre

Exemples d'actions :

- § se déplacer sur une poutre haute
- § grimper sur un module d'escalade
- § rentrer dans un jeu de lutte à plusieurs, à deux
- § rentrer dans un jeu de poursuite : accepter le rôle du poursuivi (mouton...), du poursuivant (loup...)
- § danser devant les autres

- § rouler sur un gros tapis
- § glisser sur un toboggan
- § sauter dans l'eau et s'immerger quelques secondes
- § descendre une petite pente en rollers
- § éprouver une petite « peur » à être poursuivi
- § réussir à sauter la plus grande « rivière » ...

Maternelle: La Compétence Transversale

Faire un projet d'action

- **Imaginer, proposer des actions à faire** (jeux, ateliers, petit spectacle, ...) avec l'aide de l'enseignant (et éventuellement d'autres enfants)

- **Exprimer un projet individuel d'action** et le mettre en œuvre

- **Découvrir, connaître, nommer des éléments** relatifs aux différentes activités : espaces, objets, matériels, accessoires, différents rôles à tenir, caractéristiques du monde sonore...

La mise en œuvre

Par exemple

§ choisir les éléments d'un parcours à faire en activités gymniques, en activités athlétiques, en rollers ...

§ participer à l'élaboration d'épreuves à passer pour obtenir un brevet de nageur, un « permis-vélo », etc..

§ aujourd'hui, je veux nager sur le ventre seulement avec une planche

§ je veux apprendre à marquer un but au pied

Exemples d'éléments :

§ objets à lancer (balles légères, lestées)

§ équipements pour faire du roller

§ limites des terrains dans les jeux

§ paroles, musiques...

Maternelle: La Compétence Transversale

Identifier et apprécier les effets de l'activité

- **Prendre des indices simples** (peu nombreux et peu complexes)
- **Prendre des repères** dans l'espace et le temps pour être plus efficace

- **Prendre en compte le résultat** de son action en comparant les effets recherchés et les effets obtenus

- **Ajuster ses actions** en fonction des buts visés

- **Mesurer les risques pris** (ou à prendre)
- **Moduler son énergie**
- **Savoir apprécier l'action des autres** comme spectateur, juge ou arbitre

La mise en œuvre

Exemples d'indices et/ou de repères :

- § zones de couleur (activités athlétiques)
- § lignes de démarcation des terrains en jeux collectifs (pays des loups...)
- § photos d'endroits « remarquables » (activités d'orientation)

Comparaisons d'effets :

- § dire si on a atteint la zone de couleur que l'on désire (lancer ou sauter loin)
- § compter le nombre d'objets transportés ou d'enfants transformés en statue...

Ajustement des actions :

- § je vais essayer de sauter avec un élan...

Mesurer les risques :

- § choisir un trajet à grimper qu'on est sûr de réussir

L'appréciation de l'action des autres peut consister à dire qui a respecté les règles, qui a gagné ou non, qui a fait le plus joli saut, etc....

Maternelle: La Compétence Transversale

Se conduire dans le groupe en fonction des règles

- **Adapter ses comportements** dans des situations où l'on n'est pas seul
- **Participer activement** à des actions collectives en coopérant, en établissant des relations de plus en plus nombreuses avec les autres
- **Comprendre et respecter le rythme** et les règles de la vie collective
- **Comprendre et respecter des règles simples** de jeu, de sécurité (y compris la sécurité routière), de respect de l'environnement, d'hygiène, de prise en compte de sa santé et de celle des autres
- **Connaître et assurer des rôles différents** dans les activités

La mise en œuvre

Exemples d'actions collectives :

- § un atelier de lancers de balles
- § un jeu de « déménageurs »
- § une danse collective (ronde ou autre)

Exemples de règles :

- § de vie collective : ne pas se disputer pour un objet ou un matériel
- § de jeu : le loup n'a pas le droit de sortir avant « minuit »
- § de sécurité : on ne saute pas là où se trouve encore un autre enfant
- § de respect de l'environnement : on ne cueille pas les fleurs du parc...
- § d'hygiène : on se douche avant et après la séance d'activités aquatiques
- § de maintien de sa santé : il faut enlever son pull quand on a trop chaud, le remettre à la fin de la séance

Exemples de rôles : arbitre, juge, poursuivant, poursuivi, danseur, spectateur...

Cycle 2: La Compétence Générale

S'engager lucidement dans l'action

- **Oser s'engager dans des actions progressivement plus complexes :**
 - en prenant un risque mesuré
 - en étant conscient de la difficulté de la tâche et/ou de l'effort qu'elle implique
 - en anticipant sur le résultat de son action

- **Éprouver et contrôler ses émotions** et leurs effets dans des situations diversifiées

- **Enrichir son répertoire de sensations motrices inhabituelles**

La mise en œuvre

Risque :

§ **Bicyclette** ; rouler à bicyclette sur un sentier forestier

§ **Danse** : se produire devant un public

Difficulté

§ **Jeux de lutte** : lors d'un tournoi, accepter de rencontrer un adversaire estimé un peu plus fort que soi

Anticipation

§ **Activités athlétiques** : en course de durée, annoncer un nombre de tours et les réaliser

§ **Activités aquatiques** : aller en grande profondeur et y rester assez longtemps pour ramasser des objets immergés et les remonter à la surface.

§ **Escalade** : dominer son appréhension pour grimper plus haut que sa propre taille sur un mur équipé (sans assurage)

§ **Vitesse et déséquilibre** : roller, ski, bicyclette

§ **Renversements, rotations** : activités gymniques, danse, natation

Cycle 2: La Compétence Générale

Construire un projet d'action

- **Formuler, mettre en œuvre un projet d'action** ou d'apprentissage individuel ou collectif, adapté à ses possibilités (ou celles du groupe)

§ pour viser une nouvelle performance

§ pour mettre en œuvre, pour inventer des formes d'action variées

§ pour acquérir de nouvelles connaissances sur les activités physiques, sportives et artistiques pratiquées

La mise en œuvre

Meilleure performance :

§ **Activités athlétiques** : je choisis de sauter la zone la plus longue

Formes d'action variées :

§ **Activités gymniques** : je vais enchaîner un saut et une roulade

§ **Danse** : inventer et construire un mouvement dansé

Projets collectifs :

§ organiser un jeu avec comptage de points

§ proposer des épreuves à passer pour obtenir un « diplôme » : brevet de nageur ou autre

Exemples de connaissances sur les activités :

actions à faire, espaces, objets, matériels, rôles, règles de jeu et d'arbitrage, principes d'action, caractéristiques du monde sonore..

Cycle 2: La Compétence Générale

Mesurer et apprécier les effets de l'activité

Apprécier, lire des indices de plus en plus variés en hauteur, en distance, en mobilité...

- **Appréhender**, dans la réalisation de ses actions, les notions relatives à l'espace et au temps : vitesse, trajectoire, déplacement...
- **Établir des relations** entre ses manières de faire et le résultat de son action
- **Prendre conscience de ses capacités** et ressources corporelles et affectives pour réaliser différentes actions, dans différents types d'efforts, dans des situations de risque identifiées, etc..
- **Donner son avis, évaluer** une performance, une production, selon des critères simples (y compris des valeurs expressives et/ou esthétiques)
- **Reconnaître et nommer** différentes actions, différents types d'efforts

La mise en œuvre

Activités d'orientation : repérer les points remarquables (gros arbre, maison...), les éléments fixes bordant les « lignes de déplacement » (ruisseaux, barrières...) mais aussi des éléments plus lointains du paysage (pont, route, montagne, etc..)

Activités athlétiques : réaliser dans le temps imparti la distance de course prévue

Activités gymniques : essayer une autre figure pour franchir un obstacle

Activités athlétiques Je vais sauter loin sans m'arrêter après mon élan. Je cours vite sans ralentir pendant 7 secondes

Bicyclette : je peux monter, descendre et m'arrêter en bas d'une petite pente sans poser le pied à terre

Les critères d'évaluation (longueur d'un saut, difficulté d'un enchaînement, gain du jeu, etc..) peuvent être utilisés dans des rôles différents : arbitre, juge, spectateur...

Actions mettant le corps et ses segments dans différentes positions : rotations, renversements, équilibres, etc..

Cycle 2: La Compétence Générale

Appliquer des règles de vie collective

- **Se conduire dans le groupe** en fonction de règles, de codes, que l'on connaît, que l'on comprend et que l'on respecte et que l'on fait respecter

- **Coopérer, adopter des attitudes d'écoute, d'aide, de tolérance et de respect des autres** pour agir ensemble ou élaborer en commun des projets

Connaître et assurer plusieurs rôles dans les différentes activités

La mise en œuvre

Règles de jeu :

§ l'adversaire doit toujours être respecté (pas de paroles ou d'actes agressifs), par exemple : règles d'or en jeux de lutte

Règles de vie collective :

§ tout le monde a le droit d'exprimer ses idées ou de proposer des solutions...

Règles simples de sécurité (y compris la sécurité routière, dans des activités de pilotage, par exemple), de respect de l'environnement, d'hygiène, de prise en compte de sa santé et de celle des autres...

Les projets communs peuvent amener les enfants à s'aider mutuellement, par exemple

§ aider un camarade à réaliser son projet personnel en lui donnant des idées, des conseils

§ se mettre à plusieurs pour aider un autre enfant à réaliser une action difficile

§ encourager verbalement ses partenaires... et ses adversaires !

Exemples de rôles différents : joueur, danseur, spectateur, arbitre, juge, etc....

Cycle 3: La Compétence Générale

S'engager lucidement dans la pratique de l'activité

- *S'engager dans les activités* :

- en choisissant les stratégies d'action les plus efficaces, ou les plus adaptées en fonction du milieu dans laquelle elle se déroule
- en anticipant sur les actions à réaliser
- en contrôlant ses émotions et leurs effets dans des situations de risque ou de difficulté de plus en plus diversifiées
- en gérant ses efforts avec efficacité et sécurité
- en connaissant le matériel sa sécurité et l'usage qu'il faut en faire

- *Enrichir son répertoire* de sensations motrices inhabituelles et leurs combinaisons : vitesse et déséquilibre, accélérations rotations dans plusieurs axes

La mise en œuvre

Il s'agit de rendre les enfants de plus en plus conscients:

- § des caractéristiques de la situation qu'ils sont en train de vivre
- § des ressources (affectives, cognitives, motrices) qu'ils peuvent utiliser pour mener à bien ces actions

Exemples de situations de risque ou de difficulté :

- § se confronter avec les autres
- § se produire seul en public
- § affronter un adversaire
- § se déplacer vite avec un engin roulant
- § diriger un bateau qui « gîte »

Ces compétences doivent pouvoir faire l'objet d'un travail d'expression (oralement et/ou par écrit), sous la forme de fiches techniques, de récits, de textes « libres » et/ou de dessins, peintures, fresques...

Cycle 3: La Compétence Générale

Construire de façon de plus en plus autonome un projet d'action

| | |
|--|--|
| <p>-Formuler, mettre en œuvre des projets et s'engager contractuellement, individuellement ou collectivement, en utilisant ses ressources et ses connaissances de manière adaptée :</p> <ul style="list-style-type: none">§ pour viser une meilleure performance§ pour inventer des formes d'action diversifiées§ pour acquérir des savoirs nouveaux sur et autour de l'activité§ pour organiser sa vie physique | <p style="text-align: center;"><i>La mise en œuvre</i></p> <p>Par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none">§ faire un projet d'action en fonction de ses capacités : je vais courir pendant x tours... je vais grimper sur cette voie..§ composer un enchaînement de danse ou de gymnastique§ inventer et construire une chorégraphie§ inventer et organiser un jeu avec comptage de points§ proposer des épreuves à passer pour obtenir un « diplôme » : brevet de cycliste, de skieur, de navigateur ou autre... |
|--|--|

Cycle 3: La Compétence Générale

Mesurer et apprécier les effets de l'activité

- **Apprécier, lire** des indices de plus en plus nombreux et de plus en plus complexes
- **Mettre en relation** des notions d'espace et de temps: vitesse, accélération, durée, trajectoires, déplacements, ...
- **Identifier, sélectionner et appliquer** des principes pour agir méthodiquement (faire des hypothèses d'action, identifier des constantes, anticiper...)
- **Situer son niveau** de capacités motrices, ses ressources, ses possibilités de performance :
 - § pour réaliser des actions précises
 - § pour s'engager dans un type d'effort particulier
 - § pour s'engager dans une situation de risque mesuré
- **Évaluer, juger** ses actions, **mesurer** ses performances et celles des autres avec des critères objectifs (y compris des valeurs expressives et/ou esthétiques)
- **Identifier et décrire** :
 - § différentes actions, en spécifiant la position du corps et de ses segments : rotations, renversements, équilibres, figures...
 - § des principes d'action
 - § différents types d'effort et leurs effets sur l'organisme et la santé

La mise en œuvre

Ces compétences peuvent faire l'objet d'un **travail de questionnement, individuel et collectif**, pouvant aboutir à la production d'écrits divers (fiches techniques, récits, conseils, fiches d'évaluation...)

Types de questionnements :

§ comment battre le record du monde du 1500m à plusieurs ? (en relais-vitesse, toute la classe participe)

§ comment faire pour lancer à la fois loin et précis ?

§ quels repères prendre pour dire comment le bateau avance ?

« Situer son niveau ».....

Exemples :

§ je vais enchaîner un saut et une roulade avant

§ je vais courir pendant X minutes

§ avec mes rollers, je vais slalomer sans m'arrêter entre ces 10 plots

Les critères d'appréciation peuvent être utilisés dans des rôles différents : arbitre, juge, etc..

Cycle 3: La Compétence Générale

Appliquer et construire des règles de vie collective

- **Se conduire dans le groupe** en fonction de règles, de codes, que l'on connaît, que l'on comprend et que l'on respecte et que l'on peut expliquer aux autres :

§ règles de vie collective

§ règles de jeu ou d'action

§ règles simples de sécurité (y compris la sécurité routière), de respect de l'environnement, d'hygiène, de prise en compte de sa santé et de celle des autres...

Coopérer, adopter des attitudes d'écoute, d'aide, de tolérance et de respect des autres pour agir ensemble ou élaborer en commun des projets

- **Connaître et assurer plusieurs rôles** dans les différentes activités

La mise en œuvre

C'est la **notion de citoyenneté** en actes qu'il s'agit de faire construire aux enfants, en les confrontant à des situations où l'on n'agit pas seul, mais dans un groupe et une société ayant ses règles et ses valeurs.

Ces projets peuvent être de nature diverse (actions à faire, stratégie à élaborer, sortie à préparer, spectacle..) et peuvent amener les enfants à **s'aider mutuellement**, par exemple :

§ aider un camarade à réaliser son projet en lui donnant des idées, des conseils

§ assurer une « parade » lors d'une action difficile ou risquée

Exemples de rôles différents :

Danseur, joueur, spectateur, arbitre, juge, etc..

Les Connaissances

Maternelle

Cycle 2

Cycle 3

Ce sont :

§ **des connaissances sur soi**

§ **des savoirs pratiques** portant :

ù sur la manière de réaliser différentes actions

ù sur les façons de se conduire dans le groupe

§ **des connaissances :**

ù sur les activités elles-mêmes

ù sur les instruments utilisés

ù sur les règles qu'elles impliquent

Avoir compris et retenu :

§ que l'on peut acquérir des connaissances spécifiques dans l'activité physique et sportive (sensations, émotions, savoirs sur les techniques de réalisation d'actions spécifiques...)

§ des savoirs précis sur les différentes activités physiques et sportives rencontrées.

L'E.P.S. : support privilégié pour parler de sa pratique et pour lire et écrire en classe

PARLER

§ *Utiliser le lexique spécifique* de l'éducation physique et sportive dans les différentes situations didactiques mises en jeu

§ *Participer à l'élaboration d'un projet d'activité*

§ *Expliciter les difficultés* que l'on rencontre dans une activité

LIRE

§ *Lire une règle de jeu*, une fiche technique et les mettre en œuvre

§ *Trouver sur la toile* des informations concernant les activités sportives de référence des activités pratiquées

ÉCRIRE

§ *Rédiger une fiche technique* permettant de réaliser un jeu (matériel nécessaire, durée, lieu...)

§ *Noter les performances* réalisées et les présenter de manière à réutiliser l'information dans les prochaines séances

§ *Rendre compte* d'un événement sportif auquel la classe a participé (dans le cadre de l'USEP par exemple)

A graphic of a spiral-bound notebook with a brown cover and a white page. The spiral binding is on the left side. The page contains two main text blocks and a footer. A horizontal line is drawn across the page, separating the top and bottom text blocks.

Ø Dans tous les cas, il s'agit de garder à l'E.P.S son objectif premier:
l'apprentissage d'actions motrices

Ø Les activités de verbalisation, de lecture et d'écriture
doivent se dérouler pour leur plus grande part
*dans la classe, en amont et en aval de la
séance d'E.P.S.*



Document réalisé par

**Catherine HAUSER
Patrick TOUSSAINT
Jean-Marie TRANCHANT**

**Conseillers Pédagogiques Départementaux EPS
Inspection Académique du Nord**

Arrêté fixant les programmes d'enseignement de l'école primaire
A. du 25-1-2002. JO du 10-2-2002

Documents d'application
Projet proposé par le groupe d'experts

EPS-IA59-Septembre 2003