|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | **Cycle de consolidation** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | **CM1** | | | | | | | | | | |  | **CM2** | | | | | | | |  | **6ème** | | | | | | | |  |
|  | | **APSA retenues et niveau exigible** | | | | | | | | | | |  | **APSA retenues et niveau exigible** | | | | | | | |  | **APSA retenues et niveau exigible** | | | | | | | |  |
| **Domaine du socle** | **Compétences à travailler en EPS** | **Champ 1** | | **Champ 2** | | **Champ 3** | | | **Champ 4** | | | |  | **Champ 1** | | **Champ 2** | **Champ 3** | | **Champ 4** | | |  | **Champ 1** | | **Champ 2** | **Champ 3** | | **Champ 4** | | |  |
| **Les langages pour penser et communiquer** | **Développer sa motricité et apprendre à s’exprimer en utilisant son corps** |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | | **☐** |
| \*Adapter sa motricité à des situations variées |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  | Natation | |  | Gym  Cirque | | Hand  Ultimate | | | ☐ |
| \* Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  | ½ fond  Hauteur  Sprint | |  | Gym  Cirque | | Hand – TT  Lutte | | | ☐ |
| \* Mobiliser différentes ressources (physiologique, biomécanique, psychologique, émotionnelle) pour agir de manière efficiente |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  | ½ fond  Hauteur | |  | Gym | | Hand – TT  Lutte | | | ☐ |
| **Les méthodes et outils pour apprendre** | **S’approprier par la pratique physique et sportive, des méthodes et des outils** |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | | **☐** |
| \* Apprendre par l'action, l'observation, l'analyse de son activité et de celle des autres |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  | Hauteur | |  | Gym | | Hand – TT  Lutte | | | ☐ |
| \* Répéter un geste pour le stabiliser et le rendre plus efficace |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  | Natation  Hauteur | |  | Gym | | Hand | | | ☐ |
| \* Utiliser des outils numériques pour observer, évaluer et modifier ses actions |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  | ½ fond  Hauteur | |  | Gym | |  | | | ☐ |
| **La formation de la personne et du citoyen** | **Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités** |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | | **☐** |
| \* Assumer les rôles sociaux spécifiques aux différentes APSA et à la classe (joueur, coach, arbitre, juge, observateur, tuteur, médiateur, organisateur) |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  | ½ fond  Hauteur  Sprint | |  | Gym | | Hand – TT  Lutte | | | ☐ |
| \* Comprendre, respecter et faire respecter règles et règlements |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | | Hand  Lutte | | | ☐ |
| \* Assurer sa sécurité et celle d'autrui dans des situations variées |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  | Natation | |  | Gym | | Lutte | | | ☐ |
| \* S'engager dans les activités sportives et artistiques collectives |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  | Cirque | | Hand | | | ☐ |
| **Les systèmes naturels et les systèmes techniques** | **Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière** |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | | **☐** |
| \* Evaluer la quantité et la qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  | ½ fond  Natation | |  |  | |  | | | ☐ |
| \* Connaître et appliquer des principes d'une bonne hygiène de vie |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  | T | | O | U | | T | | | ☐ |
| \* Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  | ½ fond  Natation | |  | Gym | | Lutte | | | ☐ |
| **Les représentations du monde et  l’activité humaine** | **S’approprier une culture physique sportive et artistique** |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | | **☐** |
| \* Savoir situer des performances à l'échelle de la performance humaine |  | | |  | |  | | |  | | |  |  | |  |  | |  | | |  | VIDEO - Numérique | | | | | | | | ☐ |
| \* Comprendre et respecter l'environnement des pratiques physiques et sportives |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  | T | | O | U | | T | | | ☐ |
|  |  |  | |  | |  | | |  | | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | |  |
|  | CHAMPS D’APPRENTISSAGE | 1 ☐ | | 2 ☐ | | 3 ☐ | | | 4 ☐ | | | |  | 1 ☐ | | 2 ☐ | 3 ☐ | | 4 ☐ | | |  | 1 ☐ | | 2 ☐ | 3 ☐ | | 4 ☐ | | |  |
|  | GROUPES D’ACTIVITES | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | | ☐ | ☐ |  | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |  | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |  |
|  | ATHLETIQUES | DE NATATION SPORTIVE | DE PLEINE NATURE | | GYMNIQUES | | ARTISTIQUES | SPORTS COLLECTIFS | | SPORTS DE RAQUETTES | COMBAT |  | ATHLETIQUES | DE NATATION SPORTIVE | DE PLEINE NATURE | GYMNIQUES | ARTISTIQUES | SPORTS COLLECTIFS | SPORTS DE RAQUETTES | COMBAT |  | ATHLETIQUES | DE NATATION SPORTIVE | DE PLEINE NATURE | GYMNIQUES | ARTISTIQUES | SPORTS COLLECTIFS | SPORTS DE RAQUETTES | COMBAT |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | **Cycle des approfondissements** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | **5ème** | | | | | | | |  | **4ème** | | | | | | | |  | **3ème** | | | | | | | |  |
|  | | **APSA retenues et niveau exigible** | | | | | | | |  | **APSA retenues et niveau exigible** | | | | | | | |  | **APSA retenues et niveau exigible** | | | | | | | |  |
| **Domaine du socle** | **Compétences à travailler en EPS** | **Champ 1** | | **Champ 2** | **Champ 3** | | **Champ 4** | | |  | **Champ 1** | | **Champ 2** | **Champ 3** | | **Champ 4** | | |  | **Champ 1** | | **Champ 2** | **Champ 3** | | **Champ 4** | | |  |
| **Les langages pour penser et communiquer** | **Développer sa motricité et apprendre à s’exprimer en utilisant son corps** |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | | **☐** |
| \* Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficience | Sprint  Javelot | |  | Gym | | Rugby-VB  Bad | | |  | Natation  Javelot | |  | Gym  Acrosport | | Hand – TT  Lutte | | |  | Relais  Haies | |  | Gym  Acrosport | | Rugby-VB  Bad | | | ☐ |
| \* Communiquer des intentions et des émotions avec son corps devant un groupe |  | |  | Gym | |  | | |  |  | |  | Acrosport | |  | | |  |  | |  | Acrosport  Danse | |  | | | ☐ |
| \* Verbaliser des émotions et sensations ressenties |  | |  | Gym | |  | | |  |  | |  | Acrosport | |  | | |  |  | |  | Acrosport  Danse | |  | | | ☐ |
| \* Utiliser un vocabulaire adapté pour décrire la motricité d'autrui et la sienne | Sprint  Javelot | |  | Gym | | Rugby-VB  Bad | | |  |  | |  | Gym  Acrosport | | Lutte  Hand | | |  | Relais  Haies | |  | Gym  Acrosport | | Rugby-VB  Bad | | | ☐ |
| **Les méthodes et outils pour apprendre** | **S’approprier par la pratique physique et sportive, des méthodes et des outils** |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | | **☐** |
| \* Préparer-planifier-se représenter une action avant de la réaliser |  | |  | Gym | |  | | |  |  | |  | Gym  Acrosport | |  | | |  |  | |  | Acrosport  Danse | |  | | | ☐ |
| \* Répéter un geste sportif ou artistique pour le stabiliser et le rendre plus efficace | Sprint  Javelot | |  | Gym | | Rugby-VB  Bad | | |  | Natation  Javelot | |  | Gym | | Hand – TT  Lutte | | |  | Relais  Haies | |  | Acrosport  Danse | | Volley  Bad | | | ☐ |
| \* Construire et mettre en œuvre des projets d'apprentissage individuel ou collectif | Sprint-Relais | |  | Gym | |  | | |  | ½ fond  Natation | |  | Acrospsort | |  | | |  | Relais | |  | Acrosport  Danse | |  | | | ☐ |
| \* Utiliser des outils numériques pour analyser et évaluer ses actions et celles des autres | Sprint-Relais-Jav | |  | Gym | |  | | |  | ½ fond | |  | Acrosport | | Badminton | | |  | Relais  Haies | |  | Acrosport  Danse | | Volley  Bad | | | ☐ |
| **La formation de la personne et du citoyen** | **Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités** |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | | **☐** |
| \* Respecter, construire et faire respecter règles et règlements |  | |  |  | | Rugby-VB  Bad | | |  |  | |  |  | | Hand – TT  Lutte | | |  |  | |  |  | | Rugby-VB  Bad | | | ☐ |
| \* Accepter la défaite et gagner avec modestie et simplicité |  | |  |  | | Rugby-VB  Bad | | |  |  | |  |  | | Hand – TT  Lutte | | |  |  | |  |  | | Rugby-VB  Bad | | | ☐ |
| \* Prendre et assumer des responsabilités au sein d'un collectif pour réaliser un projet ou remplir un contrat |  | |  |  | | Volley | | |  |  | |  | Acrosport | | Hand | | |  |  | |  | Acrosport  Danse | | Volley | | | ☐ |
| \* Agir avec et pour les autres, en prenant en compte des différences |  | |  | Gym | | Rugby  Volley | | |  |  | |  | Acrosport | |  | | |  |  | |  | Acrosport | | Rugby-VB  Bad | | | ☐ |
| **Les systèmes naturels et les systèmes techniques** | **Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière** |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | | **☐** |
| \* Connaître les effets d'une pratique physique régulière sur son état de bien-être et de santé |  | |  |  | |  | | |  | ½ fond  Natation | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | | ☐ |
| \* Connaître et utiliser des indicateurs objectifs pour caractériser l'effort physique |  | |  |  | |  | | |  | ½ fond | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | | ☐ |
| \* Evaluer la quantité et qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école |  | |  |  | |  | | |  | ½ fond  Natation | |  |  | |  | | |  |  | |  | Acrosport | |  | | | ☐ |
| \* Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger |  | |  | Gym | | Rugby | | |  |  | |  | Acrosport | |  | | |  |  | |  | Acrosport | | Rugby | | | ☐ |
| **Les représentations du monde et  l’activité humaine** | **S’approprier une culture physique sportive et artistique** |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | | **☐** |
| \* S'approprier, exploiter et savoir expliquer les principes d'efficacité d'un geste technique | Javelot  Relais | |  | Gym | | Bad  Volley | | |  | Natation  Javelot | |  | Gym | |  | | |  | Relais  Haies | |  | Gym | |  | | | ☐ |
| \* Acquérir les bases d'une attitude réflexive et critique vis-à-vis du spectacle sportif |  | |  | Gym | |  | | |  |  | |  | Acrosport | |  | | |  |  | |  | Acrosport  Danse | |  | | | ☐ |
| \* Découvrir l'impact des nouvelles technologies appliquées à la pratique physique et sportive | Sprint-Relais-Jav | |  | Gym | | Bad  Volley | | |  | ½ fond  Natation | |  | Gym  Acrosport | | Badminton | | |  |  | |  | Acrosport  Danse | | Bad | | | ☐ |
| \* Connaître des éléments essentiels de l'histoire des pratiques corporelles éclairant les activités physiques contemporaines | T | | O | U | | T | | |  | T | | O | U | | T | | |  | T | | O | U | | T | | | ☐ |
|  |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | |  |  | |  |  | |  | | |  |
|  | CHAMPS D’APPRENTISSAGE | 1 ☐ | | 2 ☐ | 3 ☐ | | 4 ☐ | | |  | 1 ☐ | | 2 ☐ | 3 ☐ | | 4 ☐ | | |  | 1 ☐ | | 2 ☐ | 3 ☐ | | 4 ☐ | | |  |
|  | GROUPES D’ACTIVITES | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |  | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |  | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |  |
|  | ATHLETIQUES | DE NATATION SPORTIVE | DE PLEINE NATURE | GYMNIQUES | ARTISTIQUES | SPORTS COLLECTIFS | SPORTS DE RAQUETTES | COMBAT |  | ATHLETIQUES | DE NATATION SPORTIVE | DE PLEINE NATURE | GYMNIQUES | ARTISTIQUES | SPORTS COLLECTIFS | SPORTS DE RAQUETTES | COMBAT |  | ATHLETIQUES | DE NATATION SPORTIVE | DE PLEINE NATURE | GYMNIQUES | ARTISTIQUES | SPORTS COLLECTIFS | SPORTS DE RAQUETTES | COMBAT |  |