|  |  |
| --- | --- |
|  | **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 |  | GymCirque | HandUltimate | ☐ |
| \* Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ½ fondHauteurSprint |  | GymCirque | Hand – TTLutte | ☐ |
| \* Mobiliser différentes ressources (physiologique, biomécanique, psychologique, émotionnelle) pour agir de manière efficiente |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ½ fondHauteur |  | Gym | Hand – TTLutte | ☐ |
| **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 – TTLutte | ☐ |
| \* Répéter un geste pour le stabiliser et le rendre plus efficace |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | NatationHauteur |  | Gym | Hand | ☐ |
| \* Utiliser des outils numériques pour observer, évaluer et modifier ses actions |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ½ fondHauteur |  | 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 fondHauteurSprint |  | Gym | Hand – TTLutte | ☐ |
| \* Comprendre, respecter et faire respecter règles et règlements |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | HandLutte | ☐ |
| \* 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 fondNatation |  |  |  | ☐ |
| \* 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 fondNatation |  | 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 | SprintJavelot |  | Gym | Rugby-VBBad |  | NatationJavelot |  | GymAcrosport | Hand – TTLutte |  | RelaisHaies |  | GymAcrosport | Rugby-VBBad | ☐ |
| \* Communiquer des intentions et des émotions avec son corps devant un groupe |  |  | Gym |  |  |  |  | Acrosport |  |  |  |  | AcrosportDanse |  | ☐ |
| \* Verbaliser des émotions et sensations ressenties |  |  | Gym |  |  |  |  | Acrosport |  |  |  |  | AcrosportDanse  |  | ☐ |
| \* Utiliser un vocabulaire adapté pour décrire la motricité d'autrui et la sienne | SprintJavelot |  | Gym | Rugby-VBBad |  |  |  | GymAcrosport | LutteHand |  | RelaisHaies |  | GymAcrosport | Rugby-VBBad | ☐ |
| **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 |  |  |  |  | GymAcrosport |  |  |  |  | AcrosportDanse |  | ☐ |
| \* Répéter un geste sportif ou artistique pour le stabiliser et le rendre plus efficace | SprintJavelot |  | Gym | Rugby-VBBad |  | NatationJavelot |  | Gym | Hand – TTLutte |  | RelaisHaies |  | AcrosportDanse | VolleyBad | ☐ |
| \* Construire et mettre en œuvre des projets d'apprentissage individuel ou collectif | Sprint-Relais |  | Gym |  |  | ½ fondNatation |  | Acrospsort |  |  | Relais |  | AcrosportDanse |  | ☐ |
| \* Utiliser des outils numériques pour analyser et évaluer ses actions et celles des autres | Sprint-Relais-Jav |  | Gym |  |  | ½ fond |  | Acrosport | Badminton |  | RelaisHaies |  | AcrosportDanse | VolleyBad | ☐ |
| **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-VBBad |  |  |  |  | Hand – TTLutte |  |  |  |  | Rugby-VBBad | ☐ |
| \* Accepter la défaite et gagner avec modestie et simplicité |  |  |  | Rugby-VBBad |  |  |  |  | Hand – TTLutte |  |  |  |  | Rugby-VBBad | ☐ |
| \* Prendre et assumer des responsabilités au sein d'un collectif pour réaliser un projet ou remplir un contrat |  |  |  | Volley |  |  |  | Acrosport | Hand |  |  |  | AcrosportDanse | Volley | ☐ |
| \* Agir avec et pour les autres, en prenant en compte des différences |  |  | Gym | RugbyVolley |  |  |  | Acrosport |  |  |  |  | Acrosport | Rugby-VBBad | ☐ |
| **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 fondNatation |  |  |  |  |  |  |  |  | ☐ |
| \* 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 fondNatation |  |  |  |  |  |  | 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 | JavelotRelais |  | Gym | BadVolley |  | NatationJavelot |  | Gym |  |  | RelaisHaies |  | Gym |  | ☐ |
| \* Acquérir les bases d'une attitude réflexive et critique vis-à-vis du spectacle sportif |  |  | Gym |  |  |  |  | Acrosport |  |  |  |  | AcrosportDanse |  | ☐ |
| \* Découvrir l'impact des nouvelles technologies appliquées à la pratique physique et sportive | Sprint-Relais-Jav |  | Gym | BadVolley |  | ½ fondNatation |  | GymAcrosport | Badminton |  |  |  | AcrosportDanse | 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 |  |