

L'EPS aux cycles 2 et 3 - Programmes BO spécial n°11 du 26 novembre 2015

Finalité : former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre-ensemble.

5 compétences générales :

Les compétences		Domaine du socle
développer sa motricité et construire un langage du corps	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	1 les langages pour penser et communiquer
s'appropriier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre	Apprendre par essai-erreur en utilisant les effets de son action. Apprendre à planifier son action avant de la réaliser.	2 les méthodes et outils pour apprendre
Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités pour apprendre à vivre ensemble	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.	3 la formation de la personne et du citoyen
Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière	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.	4 les systèmes naturels et les systèmes techniques
S'appropriier une culture physique sportive et artistique	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.	5 les représentations du monde et de l'activité humaine

CYCLE 2 :

4 champs d'apprentissage complémentaires :

Chacun des 4 champs permet aux élèves de construire des compétences intégrant différentes dimensions (motrice, méthodologique et sociale)

Les élèves doivent vivre au moins une activité de chaque champ à chaque cycle. A l'issue du cycle 2, tous les élèves doivent avoir atteint le niveau attendu de compétence dans au moins une activité physique par champ d'apprentissage

Savoir nager reste une priorité

1. **Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée** : activités athlétiques aménagées et natation.

Compétences travaillées pendant le cycle	Attendus de fin de cycle	Repères de progressivité
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.	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.	Quelle que soit l'activité athlétique, l'enjeu est de confronter les élèves à une performance qu'ils peuvent évaluer. Ils doivent, tout au long du cycle, en mobilisant toutes leurs ressources, agir sur des éléments de leur motricité spontanée pour en améliorer la performance

2. **Adapter ses déplacements à des environnements variés** : Natation, activités de roule et de glisse, activités nautiques, équitation, parcours d'orientation, parcours d'escalade, etc.

Compétences travaillées pendant le cycle	Attendus de fin de cycle	Repères de progressivité
<p>Transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices.</p> <p>S'engager sans appréhension pour se déplacer dans différents environnements.</p> <p>Lire le milieu et adapter ses déplacements à ses contraintes.</p> <p>Respecter les règles essentielles de sécurité.</p> <p>Reconnaitre une situation à risque.</p>	<p>Se déplacer dans l'eau sur une quinzaine de mètres sans appui et après un temps d'immersion.</p> <p>Réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel. L'espace est aménagé et sécurisé.</p> <p>Respecter les règles de sécurité qui s'appliquent.</p>	<p>En natation, les activités proposées permettent de passer de réponses motrices naturelles (découvrir le milieu, y évoluer en confiance) à des formes plus élaborées (flotter, se repérer) et plus techniques (se déplacer). L'objectif est de passer d'un équilibre vertical à un équilibre horizontal de nageur, d'une respiration réflexe à une respiration adaptée, puis passer d'une propulsion essentiellement basée sur les jambes à une propulsion essentiellement basée sur les bras.</p> <p>Tout au long du cycle les activités d'orientation doivent se dérouler dans des espaces de plus en plus vastes et de moins en moins connus ; les déplacements doivent, au fur et à mesure, de l'âge demander l'utilisation de codes de plus en plus symboliques. Au fur et à mesure du cycle, la maîtrise des engins doit amener les élèves à se déplacer dans des milieux de moins en moins protégés et de plus en plus difficiles.</p>

3. **S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique** : Danses collectives, danse de création, activités gymniques, arts du cirque.

Compétences travaillées pendant le cycle	Attendus de fin de cycle	Repères de progressivité
<p>S'exposer aux autres : s'engager avec facilité dans des situations d'expression personnelle sans crainte de se montrer.</p> <p>Exploiter le pouvoir expressif du corps en transformant sa motricité et en construisant un répertoire d'actions nouvelles à visée esthétique.</p> <p>S'engager en sécurité dans des situations acrobatiques en construisant de nouveaux pouvoirs moteurs.</p> <p>Synchroniser ses actions avec celles de partenaires.</p>	<p>Mobiliser le pouvoir expressif du corps, en reproduisant une séquence simple d'actions apprises ou en présentant une action inventée.</p> <p>S'adapter au rythme, mémoriser des pas, des figures, des éléments et des enchaînements pour réaliser des actions individuelles et collectives.</p>	<p>Les activités expressives, artistiques, esthétiques ou acrobatiques proposées présentent une progressivité en termes de longueur, de difficultés d'exécution. Les élèves évoluent au cours du cycle en montrant une pratique de plus en plus élaborée, en passant progressivement de l'exécutant à la composition et à la chorégraphie simple. Lors des activités gymniques, ils réalisent des actions de plus en plus tournées et renversées, de plus en plus aériennes, de plus en plus manuelles, de plus en plus coordonnées. Ils réalisent progressivement des actions « acrobatiques » mettant en jeu l'équilibre (recherche d'exploits) et pouvant revêtir un caractère esthétique.</p>

4. **Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel** : Jeux traditionnels simples (gagne-terrain, bérêt, balle au capitaine, etc .), jeux collectifs avec ou sans ballon (à effectifs réduits), jeux pré-sportifs, jeux de lutte, jeux de raquettes.

Compétences travaillées pendant le cycle	Attendus de fin de cycle	Repères de progressivité
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.	Dans des situations aménagées et très variées : 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.	Tout au long du cycle, la pratique d'activités collectives doit amener les élèves à se reconnaître comme attaquant ou défenseur, développer des stratégies, identifier et remplir des rôles et des statuts différents dans les jeux vécus et respecter les règles . Au cours du cycle les élèves affrontent seuls un adversaire afin d'obtenir le gain du jeu, de développer des stratégies comme attaquant ou comme défenseur et de comprendre qu'il faut attaquer tout en se défendant (réversibilité des situations vécues).

Croisements entre enseignements

L'éducation physique et sportive offre de nombreuses situations permettant aux élèves de pratiquer le langage oral. Ils sont ainsi amenés à utiliser un vocabulaire adapté, spécifique pour décrire les actions réalisées par un camarade, pour raconter ce qu'ils ont fait ou vu et pour se faire comprendre des autres.

En lien avec l'enseignement « Questionner le monde », l'éducation physique participe à l'éducation à la santé et à la sécurité. Elle contribue pleinement à l'acquisition des notions relatives à l'espace et au temps introduites en mathématiques et dans l'enseignement « Questionner le monde ». Toujours en mathématiques, les élèves peuvent utiliser différents modes de représentation (chiffres, graphiques, tableaux) pour rendre compte des performances réalisées et de leur évolution (exemple : graphique pour rendre compte de l'évolution de ses performances au cours du cycle, tableau ou graphique pour comparer les performances de plusieurs élèves).

En articulation avec l'enseignement moral et civique, les activités de cet enseignement créent les conditions d'apprentissage de comportements citoyens pour organiser un groupe, respecter les règles et autrui, accepter l'autre avec ses différences, développer l'estime de soi et regarder avec bienveillance la prestation de camarades.

Une langue vivante étrangère ou régionale peut être utilisée par exemple, pour donner les consignes de jeu ou de travail.

La danse, activité physique et artistique, approchée dans toutes ses formes, permet de faire le lien avec les activités artistiques.

CYCLE 3 :

Chacun permet aux élèves de construire des compétences intégrant différentes dimensions (motrice, méthodologique et sociale)

Les élèves doivent vivre au moins une activité de chaque champ à chaque cycle. A l'issue du cycle 3, tous les élèves doivent avoir atteint le niveau attendu de compétence dans au moins une activité physique par champ d'apprentissage

Savoir nager reste une priorité

1. **Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée** : activités athlétiques (courses, sauts, lancers) et natation.

Compétences travaillées pendant le cycle	Attendus de fin de cycle	Repères de progressivité
<ul style="list-style-type: none">- Combiner des actions simples : courir-lancer ; courir-sauter.- Mobiliser ses ressources pour réaliser la meilleure performance possible dans des activités athlétiques variées (courses, sauts, lancers).- Appliquer des principes simples pour améliorer la performance dans des activités athlétiques et/ou nautiques.- Utiliser sa vitesse pour aller plus loin, ou plus haut.- Rester horizontalement et sans appui en équilibre dans l'eau.- Pendant la pratique, prendre des repères extérieurs et des repères sur son corps pour contrôler son déplacement et son effort.- Utiliser des outils de mesures simples pour évaluer sa performance.- Respecter les règles des activités.- Passer par les différents rôles sociaux.	<p>Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus longtemps, plus haut, plus loin.</p> <p>Combiner une course un saut un lancer pour faire la meilleure performance cumulée.</p> <p>Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer, les traduire en représentations graphiques.</p> <p>Assumer les rôles de chronométreur et d'observateur.</p>	<p>Des aménagements sont envisageables pour permettre aux élèves d'exploiter au mieux leurs ressources pour produire une performance maximale, source de plaisir.</p> <p>Privilégier la variété des situations qui permettent d'exploiter différents types de ressources dans un temps d'engagement moteur conséquent.</p> <p>Les retours sur leurs actions permettent aux élèves de progresser.</p>

2. **Adapter ses déplacements à des environnements variés** : activité de roule et de glisse, activités nautiques, équitation, parcours d'orientation, parcours d'escalade, savoir nager, etc.

Compétences travaillées pendant le cycle	Attendus de fin de cycle	Repères de progressivité
<ul style="list-style-type: none"> - Conduire un déplacement sans appréhension et en toute sécurité. - Adapter son déplacement aux différents milieux. - Tenir compte du milieu et de ses évolutions (vent, eau, végétation etc.). - Gérer son effort pour pouvoir revenir au point de départ. - Aider l'autre. 	<p>Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.</p> <p>Connaitre et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement.</p> <p>Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème.</p> <p>Valider l'attestation scolaire du savoir nager (ASSN), conformément à l'arrêté du 9 juillet 2015.</p>	<p>La natation fera l'objet, dans la mesure du possible, d'un enseignement sur chaque année du cycle.</p> <p>Les activités d'orientation peuvent être programmées, quel que soit le lieu d'implantation de l'établissement. Les autres activités physiques de pleine nature seront abordées si les ressources locales ou l'organisation d'un séjour avec nuitées le permettent.</p>

3. **S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique** : danses collectives, activités gymniques, arts du cirque, danse de création.

Compétences travaillées pendant le cycle	Attendus de fin de cycle	Repères de progressivité
<ul style="list-style-type: none"> - Utiliser le pouvoir expressif du corps de différentes façons. - Enrichir son répertoire d'actions afin de communiquer une intention ou une émotion. - S'engager dans des actions artistiques ou acrobatiques destinées à être présentées aux autres en maîtrisant les risques et ses émotions. - Mobiliser son imaginaire pour créer du sens et de l'émotion, dans des prestations collectives. 	<p>Réaliser en petits groupes deux séquences : une à visée acrobatique destinée à être jugée, une autre à visée artistique destinée à être appréciée et à émouvoir.</p> <p><u>Savoir filmer</u> une prestation pour la revoir et la faire évoluer.</p> <p>Respecter les prestations des autres et accepter de se produire devant les autres.</p>	<p>Les activités artistiques et acrobatiques peuvent être organisées sur chacune des 3 années du cycle, en exploitant les ressources et les manifestations sportives locales.</p>

4. **Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel** : Jeux traditionnels plus complexes (thèque, bérét, balle au capitaine, poules- vipères- renards, etc.), jeux collectifs avec ou sans ballon et jeux pré-sportifs collectifs (type handball, basket-ball, football, rugby, volley-ball...), jeux de combats (de préhension), jeux de raquettes (badminton, tennis).

Compétences travaillées pendant le cycle	Attendus de fin de cycle	Repères de progressivité
<ul style="list-style-type: none"> - Rechercher le gain de l'affrontement par des choix tactiques simples. - Adapter son jeu et ses actions aux adversaires et à ses partenaires. - Coordonner des actions motrices simples. - Se reconnaître attaquant / défenseur. - Coopérer pour attaquer et défendre. - Accepter de tenir des rôles simples d'arbitre et d'observateur. - S'informer pour agir. 	<p>En situation aménagée ou à effectif réduit,</p> <p>S'organiser tactiquement pour gagner le duel ou le match en identifiant les situations favorables de marque.</p> <p>Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu.</p> <p>Respecter les partenaires, les adversaires et l'arbitre.</p> <p>Assurer différents rôles sociaux (joueur, arbitre, observateur) inhérents à l'activité et à l'organisation de la classe.</p> <p>Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter.</p>	<p>Tout au long du cycle, la pratique d'activités collectives doit amener l'élève à se reconnaître comme attaquant ou défenseur, développer des stratégies, identifier et remplir des rôles et des statuts différents dans les jeux vécus et respecter les règles. Au cours du cycle, l'élève affronte seul un adversaire afin d'obtenir le gain du jeu, de développer des stratégies comme attaquant ou comme défenseur et de comprendre qu'il faut attaquer tout en se défendant (réversibilité des situations vécues).</p>

Croisements entre enseignements

L'éducation physique et sportive offre de nombreuses situations permettant aux élèves de pratiquer le langage oral. Ils sont ainsi amenés à utiliser un vocabulaire adapté, spécifique pour décrire les actions réalisées par un camarade et eux-mêmes, pour organiser leur activité ou celle d'un camarade et pour exprimer les émotions ressenties. Ils développent aussi des compétences de communication en pratiquant un langage dans un genre codifié (par exemple, restituer une observation faite à partir de critères précis face à un collectif ou un individu).

En articulant le concret et l'abstrait, les activités physiques et sportives donnent du sens à des notions mathématiques (échelle, distance...). Les élèves peuvent aussi utiliser différents modes de représentation (chiffres, graphiques, tableaux) pour rendre compte des performances réalisées, de leur évolution et les comparer (exemples : graphique pour rendre compte de l'évolution de ses performances au cours du cycle, tableau ou graphique pour comparer les performances de plusieurs élèves).

Les parcours ou courses d'orientation sont l'occasion de mettre en pratique les activités de repérage ou de déplacement (sur un plan, une carte) travaillées en mathématiques et en géographie.

En lien avec l'enseignement de sciences, l'éducation physique et sportive participe à l'éducation à la santé (besoins en énergie, fonctionnement des muscles et des articulations...) et à la sécurité (connaissance des gestes de premiers secours, des règles élémentaires de sécurité routière...).

En articulation avec l'enseignement moral et civique, les activités de cet enseignement créent les conditions d'apprentissage de comportements citoyens pour respecter les autres, refuser les discriminations, regarder avec bienveillance la prestation de camarades, développer de l'empathie, exprimer et reconnaître les émotions, reconnaître et accepter les différences et participer à l'organisation de rencontres sportives.

