

# **Programmes de l'école maternelle 2021**

## **Repères d'apprentissages**

**pour**

**« Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique »**

Ce document propose, pour chaque objectif visé dans les programmes de 2021, des contenus (« ce qu'il y a à travailler ») par activité support possible.

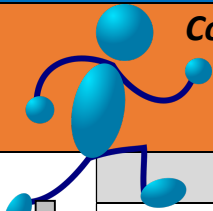
Ces contenus sont déclinés en 3 temps qui s'enchaînent progressivement. Ils ne correspondent pas aux 3 sections de la maternelle, mais aux stades de développement de l'enfant tels qu'ils sont mis en avant dans les ressources d'accompagnement Eduscol « ressources maternelle - agir, s'exprimer et comprendre à travers l'activité physique » :

- Stade 1 autour de 2 ans  $\frac{1}{2}$  - 3 ans
- Stade 2 : autour de 3 - 4 ans
- Stade 3 : autour de 5 ans

La flèche verticale représente dans chaque tableau la continuité entre ces 3 périodes, et le nécessaire chevauchement des contenus.

## Objectif visé 1

## Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets



***Courir, sauter, lancer de différentes façons, dans des espaces et avec des matériels variés, dans un but précis.  
Ajuster et enchaîner ses actions et ses déplacements en fonction d'obstacles à franchir  
ou de la trajectoire d'objets sur lesquels agir.***

### AGIR, S'EXPRIMER

### S'EXPRIMER, COMPRENDRE

- Manipuler des objets variés (cartons, sacs de graines, balles, lattes...) pour les saisir, les transporter, les lancer, les faire tourner...
  - Varier ses modes de déplacement (marcher, courir, sautiller, franchir...), ses trajets (droit courbe, slalom...), ses orientations dans des espaces aménagés
  - Sauter en contrebas et se réceptionner de différentes façons
  - Sauter par-dessus un petit obstacle, une ou plusieurs fois de suite
  - Explorer, varier, combiner des actions
- 
- Lancer différents objets, et adapter son geste à chacun : lancer précis (cible), haut, loin, ... dans des positions différentes
  - Les faire glisser, rebondir, rouler, les conduire sur un parcours
  - Varier ses modes de déplacement, ses vitesses, ses trajets en fonction d'un but : courir vite ou longtemps, ou parmi des obstacles, courir pour échapper à un poursuivant, courir pour attraper...
  - Parcourir des espaces de plus en plus grands
  - Sauter à 2 pieds, à 1 pied, sur différents supports ; enchaîner des sauts ; sauter haut ou loin, et se réceptionner en étant équilibré
- 
- Lancer loin avec un geste adapté à l'engin
  - Lancer à un partenaire, attraper (une balle, un sac de sable, un ballon léger)
  - Tirer sur une cible, frapper pour renvoyer, conduire un objet avec un engin (crosse...)
  - Courir vite d'un point à un autre pour arriver le premier, courir longtemps
  - Courir en franchissant des obstacles, ou en se relayant
  - Courir pour échapper, pour poursuivre, en adoptant des stratégies
  - Sauter le plus loin possible (zones matérialisées), ou le plus haut (toucher un grelot suspendu), après un court élan

Prendre plaisir à s'engager.

Découvrir par l'action des caractéristiques d'objets manipulables et leurs modalités d'utilisation.

Mobiliser son énergie pour parcourir un espace aménagé.

Affiner ses réponses en fonction des problèmes rencontrés.

Expérimenter et choisir des modalités d'action en fonction d'un but précis.

Enchaîner plusieurs actions différentes.

NB : le travail induit par ce premier objectif permettra à l'enfant d'acquérir les habiletés « de base » utiles pour toutes les activités physiques ; il est complémentaire et au service des 3 autres objectifs visés à l'école maternelle.

## Objectif visé 2

# Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements et des contraintes variés.

*Ajuster et enchaîner ses actions et ses déplacements en fonction d'obstacles à franchir.  
Se déplacer avec aisance dans des environnements variés, naturels ou aménagés.*



## Activités de rouler et de glisse (patin, roller, planche à roulettes, tricycle, trottinette, draisienne, bicyclette avec ou sans stabilisateurs ...)

### AGIR, S'EXPRIMER

### S'EXPRIMER, COMPRENDRE

- Se familiariser avec des supports ou des engins qui déstabilisent des équilibres habituels
- Savoir s'arrêter en urgence
- Contrôler sa vitesse
- Rouler, glisser en adoptant une position semi fléchie (roller et patin)
- Evoluer en courbe et sur des parcours variés
- Transformer son pas marché en pas glissé ou roulé (roller et patin)
- Gérer sa vitesse et son effort
- Prendre des repères visuels pour adapter sa trajectoire
- Glisser et rouler en s'appuyant entièrement sur un seul pied (roller et patin)
- Gérer des trajectoires variées (roller et patin)

Oser s'engager dans l'activité.

Connaître et respecter le matériel utilisé.

Connaître le vocabulaire lié à l'activité.

Connaître les règles de sécurité, veiller à la sienne et à celle des autres.

Accepter de glisser/rouler en participant à des jeux adaptés.

Rechercher l'exploit pour le montrer aux autres.

Voir le document « apprendre à rouler en vélo à la maternelle » équipe EPS 68



## Activités gymniques et escalade : ramper, sauter, rouler, glisser, grimper, s'équilibrer, tourner

### AGIR, S'EXPRIMER

### S'EXPRIMER, COMPRENDRE

- Se déplacer dans un espace d'évolution en tenant compte du matériel, des consignes, des autres...
- Rouler longitudinalement
- Sauter (en contre bas, à niveau) et effectuer une réception équilibrée
- Se déplacer de façon variée en quadrupédie
- Réaliser des équilibres en variant les appuis (1, 2 ou 3 appuis)

Oser s'engager dans l'activité.

- Rouler en avant (sur un plan incliné en contrebas)
- Rouler en arrière en gardant le dos rond (culbut)
- Effectuer une ruade
- Effectuer des franchissements en appuis manuels
- Grimper, traverser, désescalader

Connaître et respecter le matériel utilisé.

Connaître le vocabulaire lié à l'activité.

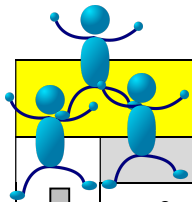
Connaître les règles de sécurité, veiller à la sienne et à celle des autres.

- Rouler en avant à niveau
- Rouler en arrière sur un plan incliné
- Se suspendre
- Coordonner 2 ou 3 actions différentes et les enchaîner
- Mémoriser un projet simple
- Créer un projet d'action en libérant son regard des points d'appuis
- Utiliser des appuis et des prises variés pour grimper, traverser ou désescalader en **privilégiant les appuis pédestres**

Apprendre à prendre des risques mesurés, à les évaluer.

Rechercher l'exploit pour le montrer aux autres.

Voir le document « la gymnastique en maternelle » équipe EPS 68



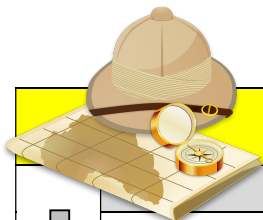
## Acrosport

### AGIR, S'EXPRIMER

- Reproduire des figures simples à partir d'images
- Construire seul puis à 2 ou + des positions d'équilibre et les maintenir
- Maintenir solidement une posture pour permettre l'appui ou le porter
- S'appuyer en confiance sur un camarade ou donner son poids (porter simple) sans lui faire de mal, et garder la position deux secondes
- Mémoriser des figures à 2 ou + en appui ou porter simple et les reproduire
- Enchaîner déplacements et équilibres sur un parcours défini

### S'EXPRIMER, COMPRENDRE

Oser s'engager dans l'activité.  
 Connaître le vocabulaire lié à l'activité.  
 Connaître les règles de sécurité, veiller à la sienne et à celle des autres.  
 Apprendre à prendre des risques mesurés, à les évaluer.  
 Rechercher l'exploit pour le montrer aux autres.



## Activités d'orientation

### AGIR, S'EXPRIMER

- Retrouver un objet dans un espace proche et connu
- Situer l'origine d'un signal sonore par rapport à soi et se situer par rapport à des signaux sonores émis
- Situer un objet par rapport à soi et se situer par rapport aux objets (élaboration des concepts langagiers de base en structuration spatiale)
- Prendre des indices spatiaux
- Utiliser des repères spatiaux pour suivre un itinéraire dans un espace connu élargi
- Effectuer un parcours fléché simple
- Décrire ou représenter un parcours simple
- Effectuer un parcours simple dans un environnement inconnu (forêt, parc...)
- Effectuer un parcours simple à l'aide d'un plan
- Se repérer dans un milieu inconnu à l'aide de photos, plans, maquettes...
- Mémoriser un parcours

Voir le document « Orientation en maternelle » équipe EPS 68

### S'EXPRIMER, COMPRENDRE

Oser s'engager dans l'activité.  
 Connaître et respecter le matériel utilisé.  
 Connaître le vocabulaire lié à l'activité.  
 Connaître les règles de sécurité, veiller à la sienne et à celle des autres.  
 Savoir coder et décoder des représentations schématiques.



## Activités aquatiques

### AGIR, S'EXPRIMER

### S'EXPRIMER, COMPRENDRE

- Entrer dans l'eau sans appréhension, se faire plaisir
  - Cheminer le long du bord ou d'éléments fixes dans le grand bain, sans aide à la flottaison
  - Immerger la tête, rester sous l'eau quelques secondes, dans le petit et le grand bain
  - Ouvrir les yeux sous l'eau
  - Ouvrir la bouche sous l'eau
- 
- Descendre au fond du grand bain (2m maximum) en se servant d'appuis solides
  - Se laisser remonter passivement du fond du grand bain (en apnée)
  - Sauter dans le grand bain
  - S'allonger sur l'eau et se laisser flotter sur le ventre et sur le dos
- 
- Réaliser une glissée ventrale
  - Réaliser une glissée dorsale
  - Adapter ses solutions respiratoires (bloquer sa respiration ou souffler dans l'eau)
  - Prolonger la glissée en nageant sur quelques mètres sans appui ni aide matérielle

Oser s'engager dans l'activité.

Connaître et respecter le matériel utilisé.

Connaître le vocabulaire lié à l'activité.

Connaître les règles de sécurité, veiller à la sienne et à celle des autres.

Savoir que l'eau me porte.

Accepter de perdre ses repères terriens.

Voir le document « Tous en nage » équipe EPS 68

## Objectif visé 3

## Communiquer avec les autres au travers d'actions à visée esthétique ou artistique.



**Construire et conserver une séquence d'actions et de déplacements en relation avec d'autres partenaires, avec ou sans support musical.**

### Danse de création

#### AGIR, S'EXPRIMER

#### S'EXPRIMER, COMPRENDRE

- Danser et improviser avec des objets de tailles et de formes différentes (gros cartons, chaises, ballons, doudous...)
  - Explorer des mouvements et des déplacements pour agir sur et avec ces objets (les faire tourner, voler, laisser tomber, tourner avec, glisser avec, ramper avec...)
  - Explorer différents modes de déplacements (marcher, sautiller, sauter, courir, galoper...)
  - Danser en mobilisant différentes parties du corps (bras, jambe, tête...)
  - Faire l'expérience des contrastes de temps (courir, s'immobiliser, marcher à pas feutrés...)
  - Choisir des mouvements et les répéter
- 
- Rechercher différentes façons de danser avec les objets ou de « les faire danser »
  - Chercher à donner à un objet des effets multiples (le faire glisser sur le sol, contre son corps ; le faire rouler sur le sol, sur soi ; le faire tourner devant soi, autour de soi, au-dessus de sa tête, sur le sol...)
  - Manipuler et déplacer un objet avec différentes parties du corps (sur la tête, le bras, l'épaule, le pied...)
  - Enchaîner plusieurs déplacements et mouvements dans l'espace (marcher, s'arrêter, danser avec le haut du corps, se relever...)
  - Explorer des mouvements à partir de verbes d'action (fondre, exploser, caresser, frotter)
  - Rechercher et expérimenter des déplacements et des mouvements contrastés dans le temps (continus et saccadés...)
  - Explorer l'espace : se déplacer en suivant des trajectoires, tracés variés et en explorant les différents niveaux de l'espace corporel (déplacements au sol, accroupi, à 4 pattes, se déplacer sur la pointe des pieds...)
  - Entrer dans la relation à l'autre, en agissant sur lui (le sculpteur), en dansant comme lui (le miroir)

Prendre plaisir à danser avec les autres, comme les autres.

Explorer, expérimenter.

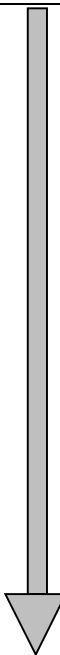
Construire une séquence seul ou à plusieurs.

Etre un spectateur attentif et respectueux de la danse des autres : observer, commenter (exprimer son ressenti et son émotion) et faire des propositions pour la transformer.

Rencontrer, fréquenter des œuvres ou extraits et des artistes (en garder des traces dans un carnet culturel).

Acquérir le lexique relatif au domaine des arts du spectacle :

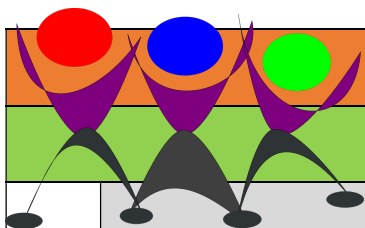
- le lieu (scène, coulisses...)
- la topologie (devant, arrière...)
- les styles de danse (contemporaine, traditionnelle, africaine, hip-hop, classique...)
- qualifier les mouvements (lent, rapide, saccadé, ralenti, ample...).



- Expérimenter des mouvements induits par les objets manipulés ou imaginés (retirer progressivement les objets) et des aménagements de l'espace
- Varier les appuis au sol (1 appui, 2 appuis, 3 appuis au sol... avec pied, main, coude, genoux...)
- Enchaîner différentes actions
- Reproduire ou transformer un même mouvement en jouant sur la variable temps (très lent, très rapide) ou sur la variable énergie (continu, discontinu, fluide, saccadé...)
- Explorer l'espace : enchaîner et anticiper différentes trajectoires dans l'espace scénique (lignes courbes, zigzag, spirales...)
- Varier l'amplitude du mouvement (danser grand, étiré, petit, serré...)
- Danser avec l'autre en variant les modes de relation (en miroir, en parallèle, en contact, en prenant appui sur lui, en entourant des parties de son corps, en question réponse...) et en variant les modes regroupement (par 2, en demi-groupe, en groupe classe... en même temps, en décalé, par accumulation...)
- Construire à 2 ou à plusieurs une courte phrase dansée et la mémoriser pour la montrer

\*Voir dossier « danse et création à l'école » équipe EPS 68





## Coordonner ses gestes et ses déplacements avec ceux des autres lors de rondes et jeux chantés.

### Rondes et jeux chantés

#### AGIR, S'EXPRIMER

#### S'EXPRIMER, COMPRENDRE

- Reproduire des gestes simples et répétitifs
- Danser seul, puis en groupe (juxtaposition d'enfants)
- Prendre plaisir à danser avec les autres

Accepter de danser avec les autres et y prendre plaisir.

- Identifier, saisir et respecter la pulsation et le rythme d'un support sonore (voix, instrument, musique...) en réalisant des mouvements simples : pas, gestes, relations à plusieurs (moulin, petits ponts, ...)
- Réaliser, en concordance avec les autres et avec le support sonore, des évolutions dans un espace défini (par exemple danser en ronde)

Accepter d'imiter, de répéter, de suivre un trajet, de donner la main aux autres...

Mémoriser pour reproduire.

- Affiner les mouvements en fonction des caractéristiques du support sonore (pulsation, structure rythmique, phrasé...)
- Mémoriser les mouvements, les trajets, les formes de groupement, pour tenir sa place dans une production collective
- Réaliser une danse complète sans aide
- Enrichir son répertoire de rondes et jeux chantés

Prendre des repères de temps (sur la musique, la chanson) et d'espace (avec des repères placés au sol, puis sans)

Observer la danse des autres pour donner son avis, apprécier, transformer, améliorer...

## Objectif visé 4

## Collaborer, coopérer, s'opposer.

*Coopérer, exercer des rôles différents complémentaires, s'opposer, élaborer des stratégies pour viser un but ou un effet commun.*

*Courir, sauter, lancer de différentes façons, dans des espaces et avec des matériels variés, dans un but précis.*



### Jeux collectifs

#### AGIR, S'EXPRIMER

#### S'EXPRIMER, COMPRENDRE

- Réaliser et enchaîner des actions individuelles (lancer, courir, transporter...) dans le cadre de jeux simples sans opposition directe  
*Ex : déménageurs, balles brûlantes \**
- Participer activement à des jeux de poursuite en comprenant son rôle (courir vite pour poursuivre, pour éviter, ...)  
*Ex : Minuit dans la bergerie, chat perché\**
- Participer activement à des jeux de transport d'objets au sein d'une équipe et agir individuellement pour la faire gagner
  - avec des obstacles
  - avec des défenseurs*ex : Les souris passent et tirent\**
- Participer activement à des jeux de ballon avec opposition directe (et un seul rôle) en anticipant et en enchaînant les actions  
*Ex : souris lanceuses et renards affamés\**
- Participer activement à des jeux de poursuite avec stratégies collectives  
*Ex : le loup glacé*
- Participer activement à des jeux de transport d'objet  
*Ex : épervier déménageur*

**Espace**  
Evoluer dans un espace simple, non orienté, puis orienté.  
Repérer des espaces différenciés (zones distinctes selon les rôles).  
Percevoir des espaces libres pour agir.

**But du jeu**  
Connaître le but du jeu et le résultat de son action.  
Participer à la recherche de différentes solutions ou stratégies.

**Rôles**  
Connaître et assumer des rôles différents (attaquant ou défenseur – poursuivant ou poursuivi – arbitre - observateur – responsable du rangement du matériel...)

**Règles**  
Respecter les règles de sécurité (se maîtriser pour ne pas faire mal).  
Respecter une règle de départ simple qui évolue au fil des séances.  
Connaître le résultat de chaque équipe pour déterminer le gain du jeu.  
Connaître et accepter des règles, les faire évoluer.  
Accepter de gagner ou de perdre.  
Connaître plusieurs verbes d'action spécifiques à l'activité.

\* Voir dossier jeux collectifs maternelle 68



## Jeux d'opposition

### AGIR, S'EXPRIMER

- Coopérer avec d'autres dans un but commun avec objet médiateur
- Coopérer avec d'autres dans un but commun sans objet médiateur
- S'opposer collectivement avec objet médiateur
- S'opposer collectivement sans objet médiateur
- S'opposer individuellement avec objet médiateur
- S'opposer individuellement sans objet médiateur
- Utiliser des éléments simples d'attaque (saisir, tirer, pousser, déplacer), pour plaquer, retourner, immobiliser
- Utiliser des éléments simples de défense (repousser, esquiver, être mobile, répartir ses appuis)

Voir dossier « jeux d'opposition » équipe EPS 68

### S'EXPRIMER, COMPRENDRE

#### Espace

Evaluer dans un espace libre puis contraint.

#### But du jeu

Connaître le but du jeu et le résultat de son action.

Rechercher différentes solutions.

#### Rôles

Connaître et assumer des rôles différents (attaquant ou défenseur – poursuivant ou poursuivi – arbitre - observateur – responsable du rangement du matériel...).

#### Règles

Respecter les règles d'or (règles de sécurité).

Connaître et accepter des règles, les faire évoluer.

Accepter le contact et la mixité lors d'oppositions duelles.

Accepter de gagner ou de perdre.

Connaître plusieurs verbes d'action spécifiques à l'activité.