

LSU

MAITRISE DES COMPOSANTES DU
SOCLEInsuffisante, Fragile,
Satisfaisante ou Très Bonne.

PROGRAMMATION COMMUNE

ECOLE- Collège

5
Compétences
générales
EPSCompétences
propres
EPS

L'éducation physique et sportive permet de donner un sens concret aux données mathématiques en travaillant sur temps, distance et vitesse.
L'éducation physique et sportive apprend aux élèves à s'exprimer en utilisant des codes non verbaux, gestuels et corporels originaux. Ils communiquent aux autres des sentiments ou des émotions par la réalisation d'actions gymniques ou acrobatiques, de représentations à visée expressive, artistique, esthétique. Ils en justifient les choix et les intentions.

Développer sa motricité et construire un langage du corps

Tous les enseignements doivent apprendre aux élèves à organiser leur travail pour améliorer l'efficacité des apprentissages. Elles doivent également contribuer à faire acquérir la capacité de coopérer en développant le travail en groupe et le travail collaboratif à l'aide des outils numériques, ainsi que la capacité de réaliser des projets.

S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre

L'éducation physique et sportive permet tout particulièrement de travailler sur ce respect, sur le refus des discriminations et l'application des principes de l'égalité fille/garçon.

Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités

En éducation physique et sportive, les élèves s'approprient des principes de santé, d'hygiène de vie, de préparation à l'effort (principes physiologiques) et comprennent les phénomènes qui régissent le mouvement (principes biomécaniques).

Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière

En éducation physique et sportive, les élèves se construisent une culture sportive. Ils découvrent le sens et l'intérêt de quelques grandes œuvres du patrimoine national et mondial, notamment dans le domaine de la danse.

S'approprier une culture physique sportive et artistique pour construire progressivement un regard lucide sur le monde contemporain

Adapter sa motricité à des situations variées.

Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité.

Mobiliser différentes ressources (physiologique, biomécanique, psychologique, émotionnelle) pour agir de manière efficiente.

Apprendre par l'action, l'observation, l'analyse de son activité et de celle des autres.

Répéter un geste pour le stabiliser et le rendre plus efficace.

Utiliser des outils numériques pour observer, évaluer et modifier ses actions

Assumer les rôles sociaux spécifiques aux différentes APSA et à la classe (leader, coach, arbitre, juge, observateur, médiateur, organisateur...)

Comprendre, respecter et faire respecter règles et règlements.

Assurer sa sécurité et celle d'autrui dans des situations variées.

S'engager dans les activités sportives et artistiques collectives.

Évaluer la quantité et la qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école.

Connaître et appliquer des principes d'une bonne hygiène de vie.

Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger.

Savoir situer des performances à l'échelle de la performance humaine.

Comprendre et respecter l'environnement des pratiques physiques et sportives.

Champs d'apprentissage complémentaires	Compétences visées pendant le cycle	APSA /classe																
Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée	- 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.	Ex : Course-Saut/lancer (CM1)	X				X										X	
		Ex : Course de durée (CM2)											X	X				
		Ex : Natation (6ème)					X									X	X	
Adapter ses déplacements à des environnements variés	- 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.).nager, - Gérer son effort pour pouvoir revenir au point de départ. - Aider l'autre.	Ex : Course-orientation (CM1)					X											X
		Ex : Natation-ASSN (CM2)	X														X	
S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique	- 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.	Ex : Danse (CM1)				X					X						X	
		Ex : Gymnastique (6ème)	X					X	X								X	
Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel	- 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. - Informer pour agir.	Ex : Tennis de Table (CM2)	X				X				X	X						
		Ex : Bad (6ème)		X			X					X						
		Ex : Rugby (CM1-CM2-6ème)	X								X	X	X	X		X	X	X