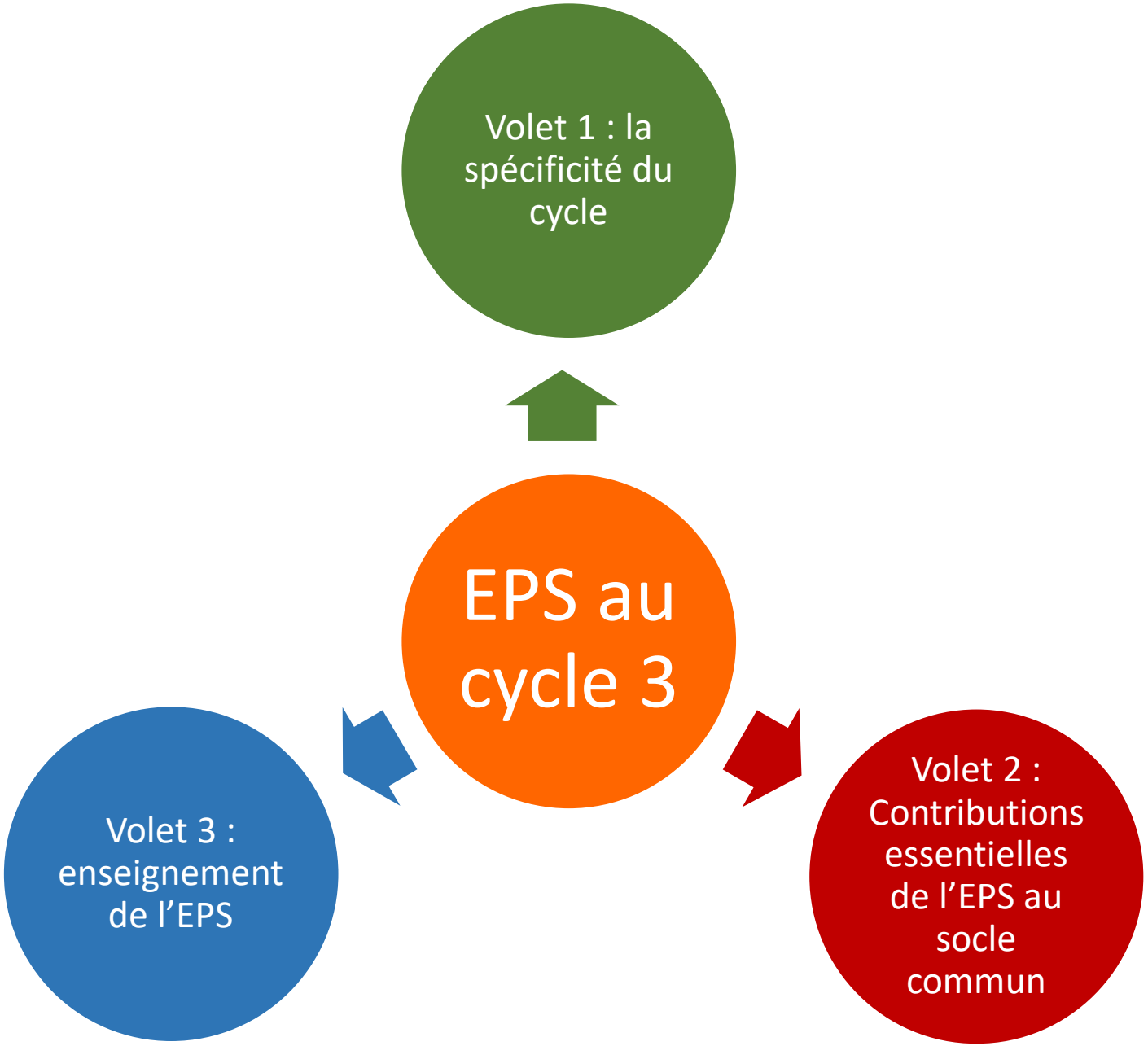

Document de synthèse des programmes d'enseignements en E.P.S. réalisé par la commission départementale EPS 55

Volet 1 : La spécificité du cycle 3

Consolider les apprentissages fondamentaux engagés au cycle 2.

Permettre une meilleure transition entre l'école primaire et le collège (continuité et progressivité entre les 3 années du cycle).

Les objectifs d'apprentissage

L'EPS occupe une place originale où le corps, la motricité, l'action et l'engagement de soi sont au cœur des apprentissages et assure une contribution essentielle à l'éducation à la santé

Par la confrontation à des problèmes moteurs variés et la rencontre avec les autres, dans différents jeux et activités physiques et sportives, les élèves poursuivent au cycle 3 l'exploration de leurs possibilités motrices et renforcent leurs premières compétences.

Le cycle 3 garantit l'acquisition d'une culture commune, physique, sportive et artistique contribuant, avec les autres enseignements, à la formation du citoyen.

Accueil

Volet 2 : Les contributions essentielles de l’EPS au socle commun

Domaine 1 : Les langages pour penser et communiquer

Domaine 2 : Les méthodes et outils pour apprendre

Domaine 3 : La formation de la personne et du citoyen

Domaine 4 : Les systèmes naturels et les systèmes techniques

Domaine 5 : Les représentations du monde et l’activité humaine

Accueil

Volet 2 : Les contributions essentielles de l'EPS au socle commun

Domaine 1 : Les langages pour penser et communiquer

L'EPS permet de donner un sens concret aux données mathématiques en travaillant sur temps, distance, vitesse.
L'EPS 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.

Volet 2 : Les contributions essentielles de l’EPS au socle commun

Domaine 2 : Les méthodes et outils pour apprendre

Tous les enseignements doivent apprendre aux élèves à organiser leur travail pour améliorer l'efficacité des apprentissages. Ils 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.

Des projets interdisciplinaires sont réalisés chaque année du cycle, dont un en lien avec le parcours d'éducation artistique et culturelle.

Volet 2 : Les contributions essentielles de l'EPS au socle commun

Domaine 3 : La formation de la personne et du citoyen

L'ensemble des enseignements doit contribuer à développer la confiance en soi et le respect des autres.

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.

Volet 2 : Les contributions essentielles de l'EPS au socle commun

Domaine 4 : Les systèmes naturels et les systèmes techniques

En éducation physique et sportive, par la pratique physique, 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).

Volet 2 : Les contributions essentielles de l’EPS au socle commun

Domaine 5 : Les représentations du monde et l’activité humaine

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.

Volet 3 : L'enseignement de l'EPS

Construction de 5 compétences générales travaillées en continuité.

1. Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps.
2. S'approprier, par la pratique physique et sportive, des méthodes et des outils.
3. Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités.
4. Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière.
5. S'approprier une culture physique sportive et artistique.

Parcours de formation constitué de 4 champs d'apprentissage complémentaires

1. Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée.
2. Adapter ses déplacements à des environnements variés.
3. S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et / ou acrobatique.
4. Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel.

Accueil

Volet 3 : L'enseignement de l'EPS

Compétences travaillées	Domaines du socle
Développer sa motricité et construire un langage du corps • 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.	1
S'approprier seul ou à plusieurs, par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre • 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.	2
Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités pour apprendre à vivre ensemble • Assumer les rôles sociaux spécifiques aux différentes APSA et à la classe (joueur, coach, arbitre, juge, observateur, tuteur, 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.	3

Volet 3 : L’enseignement de l’EPS

Compétences travaillées	Domaines du socle
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. • Connaitre et appliquer des principes d’une bonne hygiène de vie. • Adapter l’intensité de son engagement physique a ses possibilités pour ne pas se mettre en danger.	4
S’approprier une culture physique sportive et artistique • Savoir situer des performances à l’échelle de la performance humaine. • Comprendre et respecter l’environnement des pratiques physiques et sportives.	5

Volet 3 : L’enseignement de l’EPS

1. Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée.

Activités athlétiques (courses, sauts, lancers) et natation.

Volet 3
Accueil
Suivant

Attendus de fin de cycle

- Réaliser des efforts et enchainer plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus longtemps, plus haut, plus loin.
- Combiner une course un saut un lancer pour faire la meilleure performance cumulée.
- Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer, les traduire en représentations graphiques.
- Assumer les rôles de chronométreur et d’observateur.

Compétences travaillées pendant le cycle

- 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.

Repères de progressivité

Des aménagements sont envisageables pour permettre aux élèves d’exploiter au mieux leurs ressources pour produire une performance maximale, source de plaisir.
Privilégier la variété des situations qui permettent d’exploiter différents types de ressources dans un temps d’engagement moteur conséquent.
Les retours sur leurs actions permettent aux élèves de progresser.

Volet 3 : L'enseignement de l'EPS

2.
Adapter ses déplacements à des environnements variés.

Activités de roule et de glisse, activités nautiques, équitation, parcours d'orientation, parcours d'escalade, savoir nager etc.

Attendus de fin de cycle

- Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.
- Connaitre et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement.
- Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème.
- Valider l'attestation scolaire du savoir nager (ASSN), conformément à l'arrêté du 9 juillet 2015.

Compétences travaillées pendant le cycle

- 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.

Repères de progressivité

La natation fera l'objet, dans la mesure du possible, d'un enseignement sur chaque année du cycle. 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.

Volet 3 : L’enseignement de l’EPS

3. S’exprimer devant les autres par une prestation artistique et / ou acrobatique.

Danses collectives, activités gymniques, arts du cirque, danse de création.

Attendus de fin de cycle
- 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. - Savoir filmer une prestation pour la revoir et la faire évoluer. - Respecter les prestations des autres et accepter de se produire devant les autres.
Compétences travaillées pendant le cycle
- 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 maitrisant les risques et ses émotions. - Mobiliser son imaginaire pour créer du sens et de l’émotion, dans des prestations collectives.
Repères de progressivité
Les activités artistiques et acrobatiques peuvent être organisées sur chacune des 3 années du cycle, en exploitant les ressources et les manifestations sportives locales.

Volet 3 : L’enseignement de l’EPS

4.
Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel.

Jeux traditionnels, jeux collectifs avec ou sans ballon et jeux pré-sportifs collectifs, jeux de combats (de préhension), jeux de raquettes.

Attendus de fin de cycle

En situation aménagée ou à effectif réduit,

- S’organiser tactiquement pour gagner le duel ou le match en identifiant les situations favorables de marque.
- Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu.
- Respecter les partenaires, les adversaires et l’arbitre.
- Assurer différents rôles sociaux (joueur, arbitre, observateur) inhérents à l’activité et à l’organisation de la classe.
- Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter.

Compétences travaillées pendant le cycle

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 reconnaitre attaquant / défenseur. - Coopérer pour attaquer et défendre. - Accepter de tenir des rôles simples d’arbitre et d’observateur. - S’informer pour agir.

Repères de progressivité

Tout au long du cycle, la pratique d’activités collectives doit amener l’élève à se reconnaitre 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).