**PROGAMMATION EPS CYCLE 3** **Année scolaire : 20 / 20**

**Ecole : Circonscription :**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Champs d’apprentissage EPS**  **Compétences travaillées pendant le cycle** | **1ère année du cycle**  **CM1** | **2ème année du cycle**  **CM2** | **3ème année du cycle**  **6ème** | **Attendus de fin de cycle** |
| **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.  - 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. | Exemples de situations, d’activités et de ressources pour l’élève : activités athlétiques (courses, sauts, lancers) et natation. | | | - Réaliser des efforts et enchainer plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, longtemps, haut, 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. |
|  |  |  |
| **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.). * Gérer son effort pour pouvoir revenir au point de départ. * Aider l'autre. | Exemples de situations, d’activités et de ressources pour l’élève : activités de roule et de glisse, activités nautiques, équitation, parcours d'orientation, parcours d'escalade, savoir-nager, etc. | | | - 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)** |
|  |  |  |
| **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 maitrisant les risques et ses émotions.  - Mobiliser son imaginaire pour créer du sens et de l'émotion, dans des prestations collectives. | Exemples de situations, d’activités et de ressources pour l’élève : danses collectives, activités gymniques, arts du cirque, danse de création. | | | - 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. |
|  |  |  |
| **Conduire et maitriser 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 reconnaitre attaquant / défenseur.  - Coopérer pour attaquer et défendre.  - Accepter de tenir des rôles simples d’arbitre et d’observateur.  - S’informer pour agir. | Exemples de situations, d’activités et de ressources pour l’élève : jeux traditionnels plus complexes (thèque, béret, 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). | | | **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. |
|  |  |  |

**PROGAMMATION ANNUELLE EPS CYCLE 3 Année scolaire : 20 / 20**

**ECOLE : Circonscription :**

**Niveau(x) de classe :**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Exemples d’activités par**  **champs d’apprentissage** | **Période 1** | **Période 2** | **Période 3** | **Période 4** | **Période 5** |
| **Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée**  Exemples : activités athlétiques (courses, sauts, lancers) et natation. |  |  |  |  |  |
| **Adapter ses déplacements à des environnements variés**  Exemples : activités de roule et de glisse, activités nautiques, équitation, parcours d'orientation, parcours d'escalade, savoir-nager, etc. |  |  |  |  |  |
| **S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique**  Exemples : danses collectives, activités gymniques, arts du cirque, danse de création. |  |  |  |  |  |
| **Conduire et maitriser un affrontement collectif ou interindividuel**  Exemples : jeux traditionnels (thèque, béret, balle au capitaine, poules- vipères- renards…), jeux collectifs avec ou sans ballon et jeux pré-sportifs (type handball, basket‐ball, football, rugby, volley-ball...), jeux de combats (de préhension), jeux de raquettes (badminton, tennis). |  |  |  |  |  |