**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). |  |  |  |  |  |