



# La consultation sur les nouveaux programmes de l'école primaire

## Cycle des approfondissements Éducation physique et sportive Document d'application

**Projet proposé par le groupe d'experts**

## I. L'enseignement de l'éducation physique et sportive à l'école élémentaire

### 1. Trois objectifs généraux

L'enseignement de l'éducation physique vise, chez tous les élèves, **le développement de la personne, la transformation de soi**, et plus précisément :

- le développement des capacités et des ressources nécessaires aux conduites motrices.
- l'accès au patrimoine culturel que représentent les diverses activités physiques, sportives et artistiques, pratiques sociales de référence.
- l'acquisition des compétences et connaissances nécessaires à la bonne gestion et à l'entretien de sa vie physique.

### 2. Une notion centrale : l'enrichissement et le perfectionnement des actions motrices élémentaires.

Le développement de la motricité humaine et des formes de sensibilité qu'elle implique s'appuie sur un répertoire moteur de base, construit dès la petite enfance, et composé d'**actions motrices élémentaires** :

- les locomotions (ou déplacements) : marcher, courir, sauter, grimper, rouler, glisser...
- les équilibres (attitudes stabilisées), les manipulations : saisir, agiter, tirer, pousser...
- les projections et réceptions d'objets : lancer, recevoir...

Ces actions sont à la base de tous nos gestes humains, et se retrouvent, seules ou en combinaison avec d'autres, sous des formes variées et avec des significations différentes, dans toutes les activités

physiques, sportives et artistiques. Par exemple, l'action de courir se retrouve dans l'athlétisme, la danse, les jeux collectifs, les jeux de raquettes, les activités d'orientation, etc. mais dans des formes, des combinaisons et avec des intentions différentes.

En maternelle, les enfants ont construit leur « répertoire moteur de base » : les actions, d'abord réalisées de façon isolée, ont été progressivement enrichies et diversifiées dans leurs formes et dans leurs conditions de réalisation (ex : sauter de différentes façons, sur différents supports...). Peu à peu ils sont devenus capables d'en enchaîner, d'en combiner deux, parfois trois... Au cycle 2, ces actions sont encore perfectionnées, dans leur forme mais aussi en vitesse d'exécution, en précision, en force. Les enfants deviennent capables d'en enchaîner plusieurs. Au cycle 3, les enfants vont les complexifier davantage, devenant plus performants à la fois dans le nombre d'actions qu'ils peuvent réaliser, enchaîner, mais aussi dans leurs différentes formes et combinaisons, ainsi que dans la maîtrise de leur exécution.

Bien entendu, ces habiletés **ne seront pas construites pour elles-mêmes**, mais prendront tout leur sens en fonction des buts particuliers poursuivis par l'élève qui les réalise, dans la diversité des situations proposées en éducation physique par les différentes activités physiques, sportives et artistiques.

### 3. Parler, lire et écrire en éducation physique

Si l'éducation physique et sportive vise en priorité l'aspect moteur du développement des élèves de l'école primaire, l'un de ses objectifs est aussi, à

côté des autres disciplines, de contribuer au développement des compétences dans le domaine de la langue orale et écrite.

Cette contribution de l'éducation physique présente un **aspect particulier** : la pratique réelle, avec ses sensations, ses émotions de nature diverse, et souvent profondes, est un **support de verbalisation** extrêmement intéressant pour les élèves. En effet, s'exprimer oralement (et par écrit, voire par le dessin) permet souvent de prendre de la distance avec l'émotion ressentie, mais aussi de mieux comprendre les raisons de la réussite ou de l'échec de ses actions, qu'elles soient individuelles ou collectives.

En éducation physique, la lecture est souvent une activité de « recherche d'une information précise », que ce soit pour compléter par une fiche des consignes données oralement ou pour rechercher des éléments de connaissance.

Dans les quelques exemples de situations qui suivent, *les activités possibles à exploiter par l'utilisation des TICE sont mentionnées en italiques. Cette utilisation des TICE est plus particulièrement adaptée au Cycle 3, néanmoins ce type de travail peut être abordé en Cycle 2, si les conditions s'y prêtent.*

- **Parler** : faire l'inventaire des représentations des élèves sur une activité, nommer les actions à réaliser, s'exprimer sur ses émotions, ses sensations, se poser des questions sur les façons de s'y prendre, communiquer avec les autres pour élaborer un jeu, préparer un spectacle, donner son avis sur une prestation physique, arbitrer un jeu de lutte ou un jeu collectif... *Afin de réaliser le compte rendu d'une rencontre sportive pour le site internet de l'école, organiser des interviewes : participants, arbitres, personnalités civiles, sportives ou politiques présentes sur la manifestation.*

- **Lire** : des fiches descriptives d'une situation d'apprentissage, des livres, des documents donnant des informations sur une activité physique, ses caractéristiques, son histoire, des événements sportifs, etc. ; *des règles de jeux traditionnels, de jeux de cour (sur internet), à mettre en œuvre dans l'école ; en direct le compte rendu d'une épopée sportive (Vendée Globe par exemple) sur internet ; des documents (cédéroms, sites internet sélectionnés par l'adulte) donnant des informations sur une activité physique.*

- **Écrire** : remplir une fiche d'évaluation, décrire des actions à faire (fiche individuelle, affiche etc...), raconter son vécu dans un texte, écrire les règles d'un jeu, d'une rencontre inter-classes, etc. ; *à l'occasion d'une rencontre sportive, une équipe d'enfants produit un reportage (photo, déroulement, résultats...) qui est placé par exemple sur le site internet d'une des écoles participantes ou sur un support multimédia ; la règle d'un nouveau jeu ou l'adaptation de la règle d'un jeu existant peut donner*

*aussi matière à une production de document dont le résultat est affiché sur la toile (Web).*

Dans tous les cas, il s'agit de garder à l'éducation physique son objectif premier, c'est à dire l'apprentissage d'actions motrices, et de ne pas la réduire à un simple alibi. Il est important de préciser que ces activités de verbalisation, de lecture et d'écriture doivent se dérouler pour leur plus grande part dans la classe, en amont et en aval de la séance d'éducation physique, dont l'objectif premier reste l'action motrice, même si des moments d'expression orale peuvent trouver leur place au cours de cette séance. Les tableaux « Compétences transversales » présentent, dans la colonne « Exemples et commentaires » des exemples de ce travail possible sur le langage.

---

#### 4. L'éducation physique, la formation globale et la formation du citoyen

L'apport de l'éducation physique et sportive à la **formation globale** est irremplaçable. Elle participe de façon spécifique à l'éducation :

- à la santé, en aidant notamment à mieux connaître son corps en action ;
- à la sécurité, que ce soit la sienne et celle des autres, dans des situations réelles où la prise de risque est contrôlée (au niveau de l'environnement, du matériel, des règles d'action...).

Elle permet, par la réalisation d'actions diverses, dont les effets sont particulièrement visibles et sensibles (positions renversées, trajectoires, sensations physiques de déséquilibre, de vitesse, d'essoufflement...), de répondre au « besoin de bouger » et au « plaisir d'agir », et de donner aux élèves le sens de l'effort, de la persévérance. Elle donne également aux élèves l'occasion d'acquérir des notions et de construire des compétences **utiles dans la vie de tous les jours** : se repérer dans l'espace et le temps, évaluer des distances et des vitesses, contrôler son émotion dans une situation de risque, ou dans ses relations avec les autres...

L'éducation physique et sportive participe de façon fondamentale à la **formation du citoyen**, en éduquant à la responsabilité et à l'autonomie. En effet, dans des situations pédagogiques où l'engagement physique peut être réel, mais contrôlé, les élèves peuvent :

- **jouer avec la règle**, en tester réellement les limites, dans des situations où ils en vérifient l'utilité, la validité, le bien-fondé : pour pouvoir jouer ensemble à des jeux collectifs, il faut, pour conserver l'égalité des chances de tous ceux qui participent et garder son intérêt au jeu, définir des règles qui conviennent à tous, que l'on essaie, que l'on fait évoluer, que l'on adopte définitivement et que l'on respecte ;

- concilier l'envie de « gagner », de « prendre le dessus », avec le respect de conventions et de règles strictes qui permettent justement un réel engagement physique : dans les jeux de lutte, par exemple, il est indispensable que les règles d'or (ne pas faire mal, ne pas se faire mal, ne pas se laisser faire mal : donner un signal clair d'arrêt immédiat de la « prise ») soient connues de tous et respectées ;

- **s'approprier dans l'action** des règles apprises par ailleurs.

Il ne s'agit pas de réprimer les pulsions de l'individu actif, mais de les orienter, de les canaliser, pour une meilleure efficacité individuelle et collective.

En outre, en proposant aux élèves des situations pour se rencontrer, discuter, travailler ensemble à la réalisation de projets communs dans un climat d'écoute, de solidarité et de respect de l'autre, l'éducation physique offre des occasions concrètes d'**accéder aux valeurs sociales et morales**. Elle contribue en ce sens à la lutte contre l'intolérance et la violence, dans la **pratique contrôlée** d'activités physiques pouvant véhiculer par ailleurs des notions de rivalité, d'agressivité, de recherche de la réussite à tout prix.

Cette éducation à la citoyenneté, notamment dans le travail effectué sur la construction et l'intégration de règles de vie, fait partie intégrante de l'éducation civique.

La préparation, l'organisation et la gestion de **rencontres sportives** (ou artistiques), dans le cadre de l'USEP ou plus simplement dans le cadre de rencontres inter-classes dans l'école, constituent un bon moyen de faire vivre aux élèves ces valeurs sociales et morales dans la réalisation d'un projet commun, notamment au cycle 3.

---

## 5. Articulation avec d'autres champs disciplinaires

L'éducation physique à l'école, par la diversité des expériences qu'elle propose, aide, en relation

avec d'autres champs disciplinaires, à concrétiser certaines connaissances et notions abstraites, et à faciliter la compréhension et l'acquisition. Ainsi, les connaissances sur le corps, sur son fonctionnement (mouvement, respiration, circulation...), sur la santé en général, mais aussi sur des notions telles que : relation espace-temps, vitesse, propriété et qualité des matériaux et des éléments (l'eau, la terre, la neige...)... peuvent être abordées en parallèle dans les activités scientifiques. De même, certaines notions mathématiques peuvent trouver un support dans les activités d'orientation (géométrie : repérage, déplacements), d'athlétisme (grandeurs et mesure, calculs divers) ou de jeux collectifs (calculs de résultats, scores)... Des recherches sur l'historique d'une activité, son évolution, peuvent être menées dans le cadre du programme d'histoire. Les activités d'orientation, par le travail sur la notion d'environnement, permettent également un rapprochement avec la géographie.

La relation avec les activités artistiques se fait de plusieurs manières :

- s'agissant des arts visuels, les situations vécues en éducation physique peuvent donner lieu à la réalisation individuelle et/ou collective d'œuvres graphiques : dessins, BD, peintures, fresques...

- la danse, activité physique et artistique, en utilisant le corps comme instrument d'écriture, met en œuvre le « corps poétique », permettant un travail de création, de symbolisation, et la rencontre avec les éléments constitutifs d'œuvres chorégraphiques d'époques différentes. Elle doit être approchée dans toutes ses formes : contemporaine, mais aussi danses folkloriques, danses de rue... En travaillant sur des supports sonores et/ou musicaux divers et variés, elle participe également à l'éducation musicale des élèves.

---

## II. Contenus et compétences au cycle 3

---

### 1. Les compétences spécifiques et les activités : la dimension culturelle de l'éducation physique

L'enseignement de l'éducation physique, en permettant l'accès de tous les élèves aux **pratiques sociales de référence** que sont les différentes activités physiques, sportives et artistiques, comporte une **dimension culturelle** évidente. Ces activités font vivre aux élèves des « expériences corporelles » particulières dont les sensations, les émotions

éprouvées sont différentes selon les types de milieux et d'espaces dans lesquels elles sont vécues (incertitude ou non, interaction des autres ou non). En l'occurrence, il est possible de distinguer **quatre grands types de compétences spécifiques**, significatives de ces expériences corporelles, qui traversent la diversité des différentes activités physiques, sportives et artistiques. Ainsi, il est possible de :

- « **réaliser une performance mesurée** » (la performance est ici comprise au sens général de réalisation) : en athlétisme ; en natation sportive ;

- « **se déplacer dans différents types d'environnements** » (environnements naturels, mais aussi urbains aménagés où l'on peut se déplacer à pied ou à l'aide d'un engin, souvent instable) : avec l'escalade, les activités d'orientation, la randonnée pédestre, le ski, le canoë-kayak, la voile, le VTT mais aussi la bicyclette, le roller, le patin à glace...
- « **conduire un affrontement individuel et/ou collectif** » : avec tous les jeux d'opposition duelle (jeux de lutte, judo mais aussi jeux de raquettes) ainsi que tous les jeux collectifs (jeux de tradition et jeux sportifs type basket-ball, hand-ball, football, rugby, volley-ball...);
- « **concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique et/ou expressive** » : en danse (dans toutes ses formes), dans le mime, en gymnastique artistique, dans les activités « cirque », en gymnastique rythmique, en natation synchronisée... Cette dernière compétence est indissociable de la notion de « regard de l'autre », donc des notions d'acteur et de spectateur. Dans ce type de compétence, la danse joue un rôle particulier. En effet, par sa dimension poétique et son rapport aux œuvres, elle est partie intégrante de l'éducation artistique (voir point I.5), mais sa dimension corporelle la rattache également à l'éducation physique. Elle trouve donc sa place dans les contenus d'enseignements en éducation physique, mais également dans les projets d'action culturelle.

## 2. Quelles activités choisir au cycle 3 et comment les programmer ?

### 2.1. Les activités possibles

En fonction des caractéristiques régionales et locales, des choix de l'enseignant et/ou de l'équipe pédagogique de l'école, les activités physiques qu'il est possible de programmer sont très diverses. Afin d'**assurer une homogénéité nationale** et de **respecter les particularités locales**, deux ensembles d'activités sont proposés : un ensemble commun et un ensemble complémentaire.

#### Ensemble commun

Il est constitué des activités les plus fréquemment enseignées dans les établissements scolaires. L'enseignement s'appuiera de **façon prioritaire** sur ces activités : activités physiques d'expression (danse), athlétisme (courses, sauts, lancers), gymnastique artistique, gymnastique rythmique, jeux collectifs (jeux avec ou sans ballon, traditionnels ou non), jeux de lutte, jeux de raquettes (badminton, tennis, tennis de table), natation, activités d'orientation.

#### Ensemble complémentaire

S'il est souhaitable de tendre vers une harmonisation des activités physiques enseignées, il est aussi nécessaire de **favoriser l'exploitation des ressources locales**. C'est pourquoi d'autres activités

peuvent être proposées : activités de cirque, bicyclette, équitation, escalade, gymnastique acrobatique (acrosport), judo, patinage à roulettes ou sur glace...

Les activités de cet ensemble complémentaire constituent des exemples. Les équipes pédagogiques le compléteront par les activités physiques qui correspondent au patrimoine ou l'environnement régional (canoë-kayak, golf, randonnée, ski, voile...)

### 2.2. Les critères de choix

Dans l'objectif d'une véritable **éducation physique cohérente, complète et équilibrée**, et pour éviter l'accumulation de séances disparates, les recommandations sont les suivantes :

- **dans chacune des trois années de ce cycle, l'enseignant abordera les quatre compétences spécifiques ;**
- **chaque compétence sera traitée au travers d'une ou plusieurs activités** (exemple : « réaliser une performance mesurée » par la natation sportive et/ou l'athlétisme) ;
- **chaque activité se déroulera sur un module d'apprentissage de 5 ou 6 séances minimum ;**
- **la compétence « conduire un affrontement individuel et/ou collectif » sera obligatoirement travaillée chaque année au travers d'un module d'apprentissage sur les jeux ou sports collectifs** (avec la possibilité d'y ajouter un module de jeux de lutte ou de jeux de raquettes).

#### Exemple :

- au CE2, athlétisme, roller (ou ski/classe de neige), cirque, jeux de lutte, jeux collectifs (mini-hand) ;
- au CM1, athlétisme, escalade, danse, badminton, jeux collectifs (jeux traditionnels et basket-ball) ;
- au CM2, natation, kayak (éventuellement, classe d'environnement), activités d'orientation, gymnastique artistique, jeux de lutte, jeux collectifs (hand et foot) ;

Au demeurant, chaque activité présente un certain nombre de contraintes spécifiques (environnement, matériels...) qui doivent être prises en compte par l'enseignant ou l'équipe d'enseignants pour organiser leur enseignement dans l'établissement et tout au long de l'année scolaire.

## 3. Les compétences et les connaissances attendues en fin de cycle

Les contenus à enseigner en éducation physique se structurent autour de compétences de deux sortes : spécifiques (ou disciplinaires), mais également **transversales** (d'ordre méthodologique). Un certain nombre de connaissances (exposées au point c) s'articulent autour des compétences.

## 4. Les compétences spécifiques

Elles sont significatives de la diversité des expériences corporelles que proposent les différentes activités physiques, sportives et artistiques. Elles ont été présentées au point II.1. Les tableaux ci-après, présentant le détail des compétences (colonne de gauche), les commentaires et donnent des **exemples d'activités** et de **niveaux à atteindre en fin de cycle**

pour chacune de ces compétences (colonne de droite). Dans ces quatre types de compétences, il s'agit de **réaliser et enchaîner des actions** (locomotions, équilibres, manipulations, projections et réceptions d'objets) **de plus en plus complexes et variées**.

Ces compétences seront détaillées de façon plus complète, par activité, en intégrant les compétences transversales, dans des fiches d'accompagnement.

### Réaliser une performance mesurée

|   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>– dans des types d'efforts variés</li><li>– de différentes façons : forme, vitesse, force, précision...</li><li>– dans des espaces et avec des matériels variés</li><li>– à une échéance donnée</li></ul> | <b>Athlétisme :</b><br>* Courses : <ul style="list-style-type: none"><li>– <i>de vitesse</i> : prendre un départ rapide et maintenir sa vitesse pendant 7 s environ</li><li>– <i>en durée</i> : courir à allure régulière sans s'essouffler pendant 5 à 12 min (selon les capacités de chacun)</li></ul> * Lancers : courir et lancer de façon adaptée un poids ou un engin léger (javelot mousse, cerceau) le plus loin possible. |
|---|--|

### Se déplacer dans différents types d'environnements

|  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>– dans des formes inhabituelles mettant en cause l'équilibre en fournissant des efforts de types variés</li><li>– dans des milieux et/ou sur des engins instables de plus en plus diversifiés.</li><li>– dans des environnements de plus en plus éloignés et chargés d'incertitude .</li></ul> | <b>Escalade :</b><br>Réaliser un parcours annoncé sur une traversée d'un parcours horizontal de 5m de largeur, en utilisant différents types de prises, dont les prises inversées.<br><b>Autres activités :</b><br>Les actions peuvent également être dans des formes habituelles, mais dans des environnements avec incertitude ou avec des matériels présentant un caractère d'instabilité, par ex : <ul style="list-style-type: none"><li>– marcher, courir dans un espace naturel (sentier boisé de plaine ou de montagne, prairie etc...)</li><li>– faire avancer droit un kayak sur une rivière calme.</li></ul> |
|--|--|

### Conduire un affrontement individuel et/ou collectif

|  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>– Affronter un adversaire dans des jeux d'opposition duelle</li><li>– Coopérer avec des partenaires et s'opposer collectivement à un ou plusieurs adversaires dans un jeu collectif.</li></ul> | <b>Jeux de raquettes :</b><br>Dans un tournoi à 2, choisir le geste de renvoi le mieux adapté, et maîtriser la direction du renvoi pour jouer dans les espaces libres afin de marquer le point.<br><b>Jeux collectifs :</b><br>Comme attaquant : se démarquer dans un espace libre, recevoir une balle, progresser vers l'avant et la passer, ou tirer en position favorable.<br>Comme défenseur : courir pour gêner le porteur de balle, et/ou courir et s'interposer entre les attaquants et le but. |
|--|--|

### Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique et/ou expressive

|  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>– pour exprimer corporellement seul ou en groupe, des images, des états, des sentiments...</li><li>– pour communiquer aux autres des sentiments ou des émotions</li><li>– de façon libre ou en suivant différents types de rythmes, sur des supports variés (musicaux ou non).</li></ul> | <b>Danse :</b><br>Construire dans une phrase dansée (directions, durées, rythmes précis) jusqu'à cinq mouvements combinés et liés, pour faire naître des intentions personnelles ou collectives, choisies ou imposées.<br>Au cycle 3, aux rôles d'acteur et de spectateur peut s'ajouter le rôle de « chorégraphe ».<br>Toutes sortes de musiques ou éléments sonores peuvent être utilisés pour dynamiser l'action. |
|--|--|

## 5. Les compétences transversales et les connaissances

### 5.1. Compétences transversales

Ces compétences ne sont pas construites indépendamment de la pratique d'activités physiques, sportives et artistiques. En effet, la confrontation directe et étroite à la pratique des activités physiques implique **l'acquisition d'attitudes, de méthodes, de démarches** favorables aux apprentissages. Ces compétences peuvent également être abordées au travers d'autres disciplines scolaires et caractérisent le volet méthodologique des contenus d'apprentissage. Chaque activité physique, sportive et artistique permet de construire à des degrés divers les quatre compétences transversales :

- « **s'engager lucidement dans la pratique de l'activité** » : agir pour mieux se connaître et mieux contrôler son action ;
- « **construire de façon de plus en plus autonome un projet d'action** » : un enchaînement d'actions, un jeu, une prouesse, un rôle...
- « **mesurer et apprécier les effets de l'activité** » : identifier des actions, lire des indices, situer son niveau de pratique...
- « **se confronter à l'application et à la construction de règles de vie et de fonctionnement**

**collectif** » : coopérer, échanger, construire et/ou respecter des règles...

**Ces quatre compétences transversales seront abordées au travers de chaque activité choisie.**

### 5.2. Connaissances

En construisant les compétences, par la pratique des différentes activités, les élèves acquièrent des **connaissances** diverses :

- « **les connaissances sur soi** » : les sensations, émotions ressenties au cours de la pratique ; elles constituent un répertoire qui s'enrichit au fur et à mesure des expériences dans les différentes activités ;
- « **les moyens et façons de s'y prendre** » : les actions spécifiques, techniques et tactiques, principes de jeu, stratégies...
- « **les savoir-faire sociaux** » : les façons de se conduire dans un groupe ;
- « **les informations** » : elles apportent aux élèves des éléments sur l'activité physique (règles de jeu, espaces, matériels, rôles à tenir, « histoire » de l'activité, etc.), sur le pratiquant, sur les relations avec d'autres activités physiques et d'autres disciplines scolaires.

**Les compétences transversales** sont détaillées, **en intégrant les connaissances**, dans les tableaux suivants (colonne de gauche), avec des exemples de traitement et des commentaires (colonne de droite).

#### S'engager lucidement dans la pratique de l'activité

|   |   |
|---|---|
| <p>* S'engager dans les activités :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– en choisissant les stratégies d'action les plus efficaces, ou les plus adaptées en fonction du milieu dans laquelle elle se déroule.</li> <li>– en anticipant sur les actions à réaliser</li> <li>– en contrôlant ses émotions et leurs effets dans des situations de risque ou de difficulté de plus en plus diversifiées.</li> <li>– en gérant ses efforts avec efficacité et sécurité</li> <li>– en connaissant le matériel de sécurité et l'usage qu'il faut en faire.</li> </ul> <p>* Enrichir son répertoire de sensations motrices inhabituelles et leurs combinaisons : vitesse et déséquilibre, accélérations, rotations dans plusieurs axes...</p> | <p>Il s'agit de rendre les enfants de plus en plus conscients :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– des caractéristiques de la situation qu'ils sont en train de vivre</li> <li>– des ressources (affectives, cognitives, motrices) qu'ils peuvent utiliser pour mener à bien ces actions.</li> </ul> <p>Exemples de situations de risque ou de difficulté :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– se confronter avec les autres</li> <li>– se produire seul en public</li> <li>– affronter un adversaire</li> <li>– se déplacer vite avec un engin roulant</li> <li>– diriger un bateau qui « gîte »</li> </ul> <p>Ces compétences doivent pouvoir faire l'objet d'un travail d'expression (oralement et/ou par écrit), sous la forme de fiches techniques, de récits, de textes « libres » et/ou de dessins, peintures, fresques...</p> |
|---|---|

#### Construire de façon de plus en plus autonome un projet d'action

|  |  |
|--|--|
| <p>* Formuler, mettre en œuvre des projets et s'engager contractuellement, individuellement ou collectivement, en utilisant ses ressources et ses connaissances de manière adaptée :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– pour viser une meilleure performance</li> <li>– pour inventer des formes d'action diversifiées</li> <li>– pour acquérir des savoirs nouveaux sur et autour de l'activité.</li> <li>– pour organiser sa vie physique</li> </ul> | <p>Par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Faire un projet d'action en fonction de ses capacités : je vais courir pendant X tours...je vais grimper sur cette voie...</li> <li>– Composer un enchaînement de danse ou de gymnastique</li> <li>– Inventer et construire une chorégraphie</li> <li>– Inventer et organiser un jeu avec comptage de points</li> <li>– Proposer des épreuves à passer pour obtenir un « diplôme » : brevet de cycliste, de skieur, de navigateur ou autre...</li> </ul> |
|--|--|

## Mesurer et apprécier les effets de l'activité

\* Apprécier, lire des indices de plus en plus nombreux et de plus en plus complexes

\* Mettre en relation des notions d'espace et de temps : vitesse, accélération, durée, trajectoires, déplacements...

\* Identifier, sélectionner et appliquer des principes pour agir méthodiquement (faire des hypothèses d'action, identifier des constantes, anticiper...)

\* Situer son niveau de capacités motrices, ses ressources, ses possibilités de performance :

- pour réaliser des actions précises
- pour s'engager dans un type d'effort particulier
- pour s'engager dans une situation de risque mesuré.

\* Évaluer, juger ses actions, mesurer ses performances et celles des autres avec des critères objectifs (y compris des valeurs expressives et/ou esthétiques)

\* Identifier et décrire:  
différentes actions, en spécifiant la position du corps et de ses segments : rotations, renversements, équilibres, figures...  
des principes d'action  
différents types d'effort et leurs effets sur l'organisme et la santé.

Ces compétences peuvent faire l'objet d'un travail de questionnement, individuel et collectif, pouvant aboutir à la production d'écrits divers (fiches techniques, récits, conseils, fiches d'évaluation...)

Types de questionnements :

- Comment battre le record du monde du 1500m à plusieurs ? (en relais-vitesse, toute la classe participe)
- Comment faire pour lancer à la fois loin et précis ?
- Quels repères prendre pour dire comment le bateau avance ?

« Situer son niveau »...exemples :

- Je vais enchaîner un saut et une roulade avant.
- Je vais courir pendant X minutes.
- Avec mes rollers, je vais slalomer sans m'arrêter entre ces 10 plots.

Les critères d'appréciation peuvent être utilisés dans des rôles différents : spectateur, arbitre, juge, etc.

## Se confronter à l'application et à la construction des règles de vie et de fonctionnement collectif

\* Se conduire dans le groupe en fonction de règles, de codes, que l'on connaît, que l'on comprend, que l'on respecte et que l'on peut expliquer aux autres :

- règles de vie collective
- règles de jeu ou d'action
- règles simples de sécurité (y compris la sécurité routière), de respect de l'environnement, d'hygiène, de prise en compte de sa santé et de celle des autres...

\* Coopérer, adopter des attitudes d'écoute, d'aide, de tolérance et de respect des autres pour agir ensemble ou élaborer en commun des projets.

\* Connaître et assurer plusieurs rôles dans les différentes activités.

C'est la notion de citoyenneté en actes qu'il s'agit de faire construire aux enfants, en les confrontant à des situations où l'on n'agit pas seul, mais dans un groupe et une société ayant ses règles et ses valeurs.

Ces projets peuvent être de nature diverse (actions à faire, stratégie à élaborer, sortie à préparer, spectacle..) et peuvent amener les enfants à s'aider mutuellement, par exemple :

- aider un camarade à réaliser son projet en lui donnant des idées, des conseils
- assurer une « parade » lors d'une action difficile ou risquée.

Exemples de rôles différents : danseur, joueur, spectateur, arbitre, juge etc...