

Programmes du cycle 2 : EPS (éducation physique et sportive)

L'EPS développe l'accès à un riche champ de pratiques, à forte implication culturelle et sociale, importantes dans le développement de la vie personnelle et collective de l'individu. Tout au long de la scolarité, l'EPS a pour finalité de **former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué**, dans le souci du vivre ensemble. Elle amène les élèves à rechercher le bien-être et à se soucier de leur santé. Elle assure l'inclusion dans la classe des élèves à besoins éducatifs particuliers ou en situation de handicap. L'EPS initie au plaisir de la pratique sportive.

L'EPS répond aux enjeux de **formation du socle commun** en permettant à tous les élèves, filles et garçons ensemble et à égalité, a fortiori les plus éloignés de la pratique physique et sportive, de construire **cing compétences travaillées en continuité durant les différents cycles** :

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

Pour développer ces compétences générales, l'EPS propose à tous les élèves, de l'école au collège, un **parcours de formation** constitué de **quatre champs d'apprentissage complémentaires** :

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

Chaque champ d'apprentissage permet aux élèves de construire des compétences intégrant **différentes dimensions** (motrice, méthodologique, sociale), en s'appuyant sur des **activités physiques sportives et artistiques (APSA) diversifiées**. Chaque cycle des programmes (cycles 2, 3, 4) doit permettre aux élèves de rencontrer les 4 champs d'apprentissage. À l'école et au collège, un projet pédagogique définit un parcours de formation équilibré et progressif, adapté aux caractéristiques des élèves, aux capacités des matériels et équipements disponibles, aux ressources humaines mobilisables.

Spécificités du cycle 2 : les élèves s'engagent spontanément et avec plaisir dans l'activité physique. Ils développent leur **motricité**, ils construisent un langage corporel et apprennent à **verbaliser** les émotions ressenties et actions réalisées. Par des pratiques physiques individuelles et collectives, ils accèdent à des **valeurs**

morales et sociales (respect de règles, respect de soi-même et d'autrui). À l'issue du cycle 2, les élèves ont acquis des habiletés motrices essentielles à la suite de leur parcours en EPS. Une attention particulière est portée au **savoir nager**.

Les 5 compétences travaillées en EPS et lien avec le S4C :

- ❖ **Développer sa motricité et construire un langage du corps** (lié au domaine 1 du S4C) :
 - Prendre conscience des différentes ressources à mobiliser pour agir avec son corps,
 - Adapter sa motricité à des environnements variés,
 - S'exprimer par son corps et accepter de se montrer à autrui.

- ❖ **S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre** (lié au domaine 2 du S4C) :
 - Apprendre par essai-erreur en utilisant les effets de son action,
 - Apprendre à planifier son action avant de la réaliser.

- ❖ **Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités pour apprendre à vivre ensemble** (lié au domaine 3 du S4C) :
 - Assumer les rôles spécifiques aux différentes APSA (joueur, coach, arbitre, juge, médiateur, organisateur etc),
 - Elaborer, respecter et faire respecter règles et règlements,
 - Accepter et prendre en considération toutes les différences interindividuelles au sein d'un groupe.

- ❖ **Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière** ((lié au domaine 4 du S4C) :
 - Découvrir les principes d'une bonne hygiène de vie, à des fins de santé et de bien-être,
 - Ne pas se mettre en danger par un engagement physique dont l'intensité excède ses qualités physiques.

- ❖ **S'approprier une culture physique sportive et artistique** (lié au domaine 5 du S4C) :
 - Découvrir la variété des activités et des spectacles sportifs,
 - Exprimer des intentions et des émotions par son corps dans un projet artistique individuel ou collectif.

<u>Produire une performance maximale, mesurée à une échéance donnée</u>	
Compétences travaillées pendant le cycle	Exemples de situations, activités
<ul style="list-style-type: none">❖ Transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices : courir, sauter, lancer.❖ Utiliser sa main d'adresse et son pied d'appel et construire une adresse gestuelle et corporelle bilatérale.❖ Mobiliser de façon optimale ses ressources pour produire des efforts à des intensités variables.❖ Pendant l'action, prendre des repères extérieurs à son corps pour percevoir : espace, temps, durée et effort.❖ Respecter les règles de sécurité édictées par le professeur.	Activités athlétiques aménagées.
<u>Attendus de fin de cycle (CE2) :</u> <ul style="list-style-type: none">❖ Courir, sauter, lancer à des intensités et des durées variables dans des contextes adaptés.❖ Savoir différencier : courir vite et courir longtemps / lancer loin et lancer précis / sauter haut et sauter loin.❖ Accepter de viser une performance mesurée et de se confronter aux autres.❖ Remplir quelques rôles spécifiques.	
<u>Repères de progressivité :</u> Quelle que soit l'activité athlétique, l'enjeu est de confronter les élèves à une performance qu'ils peuvent évaluer. Ils doivent, tout au long du cycle, en mobilisant toutes leurs ressources, agir sur des éléments de leur motricité spontanée pour en améliorer la performance.	

Adapter ses déplacements à des environnements variés

Compétences travaillées pendant le cycle

Exemples de situations, activités

- ❖ Transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices.
- ❖ S'engager sans appréhension pour se déplacer dans différents environnements.
- ❖ Lire le milieu et adapter ses déplacements à ses contraintes.
- ❖ Respecter les règles essentielles de sécurité.
- ❖ Reconnaître une situation à risque.

Natation, activités de roule et de glisse, activités nautiques, équitation, parcours d'orientation, parcours d'escalade etc.

Attendus de fin de cycle (CE2) :

- ❖ Se déplacer dans l'eau sur une quinzaine de mètres sans appui et après un temps d'immersion.
- ❖ Réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel. L'espace est aménagé et sécurisé.
- ❖ Respecter les règles de sécurité qui s'appliquent.

Repères de progressivité : En natation, les activités proposées permettent de passer de réponses motrices naturelles (découvrir le milieu, y évoluer en confiance) à des formes plus élaborées (flotter, se repérer) et plus techniques (se déplacer). L'objectif est de passer d'un équilibre vertical à un équilibre horizontal de nageur, d'une respiration réflexe à une respiration adaptée, puis passer d'une propulsion essentiellement basée sur les jambes à une propulsion essentiellement basée sur les bras.

Tout au long du cycle les activités d'orientation doivent se dérouler dans des espaces de plus en plus vastes et de moins en moins connus ; les déplacements doivent, au fur et à mesure de l'âge, demander l'utilisation de codes de plus en plus symboliques. Au fur et à mesure du cycle, la maîtrise des engins doit amener les élèves à se déplacer dans des milieux de moins en moins protégés et de plus en plus difficiles.

S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique

Compétences travaillées pendant le cycle

Exemples de situations, activités

- ❖ S'exposer aux autres : s'engager avec facilité dans des situations d'expression personnelle sans crainte de se montrer.
- ❖ Exploiter le pouvoir expressif du corps en transformant sa motricité et en construisant un répertoire d'actions nouvelles à visée esthétique.
- ❖ S'engager en sécurité dans des situations acrobatiques en construisant de nouveaux pouvoirs moteurs.
- ❖ Synchroniser ses actions avec celles de partenaires.

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

Attendus de fin de cycle (CE2) :

- ❖ Mobiliser le pouvoir expressif du corps, en reproduisant une séquence simple d'actions apprise ou en présentant une action inventée.
- ❖ S'adapter au rythme, mémoriser des pas, des figures, des éléments et des enchaînements pour réaliser des actions individuelles et collectives.

Repères de progressivité : Les activités expressives, artistiques, esthétiques ou acrobatiques proposées présentent une progressivité en termes de longueur, de difficultés d'exécution. Les élèves évoluent au cours du cycle en montrant une pratique de plus en plus élaborée, en passant progressivement de l'exécutant à la composition et à la chorégraphie simple. Lors des activités gymniques, ils réalisent des actions de plus en plus tournées et renversées, de plus en plus aériennes, de plus en plus manuelles, de plus en plus coordonnées. Ils réalisent progressivement des actions « acrobatiques » mettant en jeu l'équilibre (recherche d'exploits) et pouvant revêtir un caractère esthétique.

Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel

Compétences travaillées pendant le cycle

Exemples de situations, activités

- ❖ Rechercher le gain du jeu, de la rencontre.
- ❖ Comprendre le but du jeu et orienter ses actions vers la cible.
- ❖ Accepter l'opposition et la coopération.
- ❖ S'adapter aux actions d'un adversaire.
- ❖ Coordonner des actions motrices simples.
- ❖ S'informer, prendre des repères pour agir seul ou avec les autres.
- ❖ Respecter les règles essentielles de jeu et de sécurité.

Jeux traditionnels simples (gagne-terrain, béret, balle au capitaine etc), jeux collectifs avec ou sans ballon (à effectifs réduits), jeux pré-sportifs, jeux de lutte, jeux de raquette.

Attendus de fin de cycle (CE2) :

Dans des situations aménagées et très variées :

- ❖ S'engager dans un affrontement individuel ou collectif en respectant les règles du jeu,
- ❖ Contrôler son engagement moteur et affectif pour réussir des actions simples,
- ❖ Connaître le but du jeu,
- ❖ Reconnaître ses partenaires et ses adversaires.

Repères de progressivité : Tout au long du cycle, la pratique d'activités collectives doit amener les élèves à se reconnaître 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 les élèves affrontent seuls 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).

Les croisements entre les enseignements :

@maitresse.jero

L'EPS permet de pratiquer le **langage oral**. Les élèves doivent utiliser un langage adapté, spécifique pour décrire les actions réalisées par un camarade, pour raconter ce qu'ils ont fait ou vu et pour se faire comprendre des autres. En lien avec « Questionner le monde », l'EPS participe à **l'éducation à la santé et à la sécurité**. Elle contribue pleinement à l'acquisition des notions relatives à **l'espace** et au **temps** introduites en mathématiques et en « Questionner le monde ». En mathématiques, les élèves peuvent utiliser **différents modes de représentation** (chiffres, graphiques, tableaux) pour rendre compte des performances réalisées et de leur évolution (ex : graphique). En articulation avec l'EMC, les activités de cet enseignement créent les conditions d'apprentissage de **comportements citoyens** pour organiser un groupe, respecter les règles et autrui, accepter l'autre avec ses différences, développer l'estime de soi et regarder avec bienveillance la prestation de camarades. Une **langue vivante** étrangère ou régionale peut être utilisée par exemple, pour donner les consignes de jeu ou de travail. La danse, activité physique et artistique, approchée dans toutes ses formes, permet de faire le lien avec les **activités artistiques**.

@maitresse.jero