

Guide pour programmer en EPS

PROGRAMME 2008 et COMPETENCES SOCLE COMMUN

Programme de l'école maternelle-petite section, moyenne section, grande section
AGIR ET S'EXPRIMER AVEC SON CORPS

L'activité physique et les expériences corporelles contribuent au développement moteur, sensoriel, affectif et intellectuel de l'enfant. Elles sont l'occasion d'explorer, de s'exprimer, d'agir dans les environnements familiers, puis, progressivement, plus inhabituels. Elles permettent de se situer dans l'espace.

L'enfant découvre les possibilités de son corps ; il apprend à agir en toute sécurité tout en acceptant de prendre des risques mesurés, et à fournir des efforts tout en modulant son énergie. Il exprime ce qu'il ressent, nomme les activités et les objets manipulés ou utilisés, dit ce qu'il a envie de faire.

Les enseignants veillent à proposer des situations et des activités renouvelées d'année en année, de complexité progressive ; ils s'attachent à ce que les enfants aient assez de pratique pour progresser et leur font prendre conscience de nouvelles possibilités acquises.

Par la pratique d'activités physiques libres ou guidées dans des milieux variés, les enfants développent leurs capacités motrices dans des déplacements (courir, ramper, sauter, rouler, glisser, grimper, nager...), des équilibres, des manipulations (agiter, tirer, pousser) ou des projections et réceptions d'objets (lancer, recevoir). Des jeux de balle, des jeux d'opposition, des jeux d'adresse viennent compléter ces activités. Les enfants coordonnent des actions et les enchaînent. Ils adaptent leur conduite motrice en vue de l'efficacité et de la précision du geste.

Par la pratique d'activités qui comportent des règles, ils développent leurs capacités d'adaptation et de coopération, ils comprennent et acceptent l'intérêt et les contraintes des situations collectives.

Les activités d'expression à visée artistique que sont les rondes, les jeux dansés, le mime, la danse permettent tout à la fois l'expression par un geste maîtrisé et le développement de l'imagination.

Grâce aux diverses activités, les enfants acquièrent *une image orientée de leur propre corps*. Ils distinguent ce qui est : devant, derrière, au-dessus, au-dessous, puis à droite et à gauche, loin et près. Ils apprennent à suivre des parcours élaborés par l'enseignant ou proposés par eux ; ils verbalisent et représentent ces déplacements.

A la fin de l'école maternelle l'enfant est capable de :

- adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés ;
- coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement ; accepter les contraintes collectives ;
- s'exprimer sur un rythme musical ou non, avec un engin ou non, exprimer des sentiments et des émotions par le geste et le déplacement ;
- se repérer et se déplacer dans l'espace ;
- décrire ou représenter un parcours simple.

PROGRAMMES 2008 ET COMPETENCE SOCLE COMMUN

CYCLE DES APPRENTISSAGES FONDAMENTAUX- PROGRAMME DU CP ET DU CE1

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Réaliser une performance

- Activités athlétiques : courir vite, longtemps, en franchissant des obstacles, sauter loin et haut, lancer loin.
- Natation : se déplacer sur une quinzaine de mètres.

Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

- Activités d'escalade : grimper jusqu'à 3m et redescendre (mur équipé).
- Activités aquatiques et nautiques : s'immerger, se déplacer sous l'eau, se laisser flotter.
- Activités de roule et glisse : réaliser un parcours simple en roller ou en vélo.
- Activités d'orientation : retrouver quelques balises dans un milieu connu.

Coopérer et s'opposer individuellement et collectivement

- Jeux de lutte : agir sur son adversaire pour l'immobiliser.
- Jeux de raquettes : faire quelques échanges
- Jeux traditionnels et jeux collectifs avec ou sans ballon : coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires, en respectant des règles, en assurant des rôles différents (attaquant, défenseur, arbitre).

Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique

- Danse : exprimer corporellement des personnages, des images, des sentiments pour communiquer des émotions en réalisant une petite chorégraphie (3 à 5 éléments), sur des supports sonores divers.
- Activités gymniques : réaliser un enchaînement de 2 ou 3 actions « acrobatiques » sur des engins variés (barres, plinthes, poutres, gros tapis).

PREMIER PALIER POUR LA MAITRISE DU SOCLE COMMUN/ COMPETENCES ATTENDUES à LA FIN DU CE1

Compétences 6 : Les compétences sociales et civiques

- respecter les autres et les règles de la vie collective ;
- pratiquer un jeu ou un sport collectif en respectant les règles ;
- participer en classe à un échange verbal en respectant les règles de communication ;
- appeler les secours ; aller chercher de l'aide auprès d'un adulte.

Compétence 7 : L'autonomie et l'initiative

L'élève est capable de :

- écouter pour comprendre, interroger, répéter, réaliser un travail ou une activité ;
- échanger, questionner, justifier un point de vue ;
- travailler en groupe, s'engager dans un projet ;
- maîtriser quelques conduites motrices comme courir, sauter, lancer ;
- se représenter son environnement proche, s'y repérer, s'y déplacer de façon adaptée ;
- appliquer des règles élémentaires d'hygiène.

PROGRAMMES 2008 ET COMPETENCE SOCLE COMMUN

CYCLE DES APPROFONDISSEMENTS- PROGRAMME DU CE2, DU CM1 ET DU CM2

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

L'éducation physique et sportive vise le développement des capacités motrices et la pratiques d'activités physiques, sportives et artistiques. Elle contribue à l'éducation à la santé en permettant aux élèves de mieux connaître leurs corps, et à l'éducation à la sécurité, par des prises de risques contrôlées. Elle éduque à la responsabilité et à l'autonomie, en faisant accéder les élèves à des valeurs morales et sociales (respect de règles, respect de soi-même et d'autrui).

La pratique des activités est organisée sur les trois années du cycle en exploitant les ressources locales.

Réaliser une performance mesurée (en distance, en temps)

- Activités athlétiques : courir vite, longtemps, en franchissant des obstacles, courir en relais, sauter loin, sauter haut, lancer loin.
- Natation : se déplacer sur une trentaine de mètres.

Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

- Activités d'escalade : grimper et redescendre sur un trajet annoncé (mur équipé).
- Activités aquatiques et nautiques : plonger, s'immerger, se déplacer.
- Activités de roule et glisse : réaliser un parcours d'actions diverses en roller, en vélo, en ski.
- Activités d'orientation : retrouver plusieurs balises dans un espace semi-naturel en s'aidant d'une carte.

Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement

- Jeux de lutte : amener son adversaire au sol pour l'immobiliser.
- Jeux de raquettes : marquer des points dans un match à deux.
- Jeux sportifs collectifs (type handball, basket-ball, rugby, volley-ball..): coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires, en respectant des règles, en assurant des rôles différents (attaquant, défenseur, arbitre).

Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique

- Danse : construire à plusieurs une phrase dansée (chorégraphie de 5 éléments au moins), pour exprimer corporellement des personnages, des images, des sentiments pour communiquer des émotions, sur des supports sonores divers.
- Activités gymniques : construire et réaliser un enchaînement de 4 ou 5 éléments « acrobatiques » sur des engins (barres, mouton, poutres, gros tapis).

DEUXIEME PALIER POUR LA MAITRISE DU SOCLE COMMUN/ COMPETENCES ATTENDUES à LA FIN DU CM2

Compétences 5 : La culture humaniste

L'élève est capable de :

- inventer et réaliser des textes, des œuvres plastiques, des chorégraphies ou des enchaînements, à visée artistique ou expressive.

Compétences 6 : Les compétences sociales et civiques

L'élève est capable de :

- respecter les autres, et notamment appliquer les principes de l'égalité des filles et des garçons ;
- avoir conscience de la dignité de la personne humaine et en tirer les conséquences au quotidien ;
- respecter les règles de vie collective, notamment dans les pratiques sportives ;
- comprendre les notions de droits et de devoirs, les accepter et les mettre en application ;
- prendre part à un dialogue : prendre la parole devant les autres, écouter autrui, formuler et justifier un point de vue ;
- coopérer avec un ou plusieurs camarades ;
- faire quelques gestes de premier secours ;
- obtenir l'attestation de première éducation à la route ; savoir si une activité, un jeu ou un geste de la vie courante présente un danger vital.

Compétence 7 : L'autonomie et l'initiative

L'élève est capable de :

- respecter des consignes simples en autonomie ;
 - montrer une certaine persévérance dans toutes les activités ;
 - commencer à savoir s'auto-évaluer dans des situations simples ;
 - s'impliquer dans un projet individuel ou collectif ;
 - se respecter en respectant les principales règles d'hygiène de vie ; accomplir les gestes quotidiens sans risquer de se faire mal ;
 - se déplacer en s'adaptant à l'environnement ;
- Réaliser une performance mesurée dans les activités athlétiques et en natation ;
- utiliser un plan.