**CYCLE 3 : ARTICULATION S4C /PROGRAMME EPS**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **5 Domaines du S4C** |  | **Domaine 1**Les langages pour penser et communiquer | **Domaine 2**Les Méthodes et outils pour apprendre | **Domaine 3**La formation de la personne et du citoyen | **Domaine 4**Les systèmes naturels et les systèmes techniques | **Domaine 5**Les représentations du monde et de l’activité humaine |
| **5 Compétences travaillées en EPS** |  | **C1****Développer sa motricité et apprendre à s’exprimer en utilisant son corps** | **C2****S’approprier par la pratique physique et sportive, des méthodes et outils pour apprendre** | **C3****Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités** | **C4****Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique et régulière** | **C5****S’approprier une culture physique sportive et artistique** |
|  |  | **S’EXPRIMERCOMMUNIQUER****CONTRÔLE ET MAÎTRISE DE SOI** | **APPRENDRE****REPETER****UTILISER** | **ASSUMER****COMPRENDRE****ASSURER****S’ENGAGER** | **EVALUER****CONNAÎTRE****ADAPTER** | **SAVOIR SITUER****COMPRENDRE** |
| **4 Champs d’apprentissage** | **CA1****Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée** | Les activités athlétiques (courses, sauts, lancers)Natation | **Compétences travaillées pendant le cycle** | **Combiner** des actions simples **: courir-lancer, courir-sauter****Utiliser** sa vitesse pour aller plus loin, plus hautRester horizontalement et sans appui en équilibre dans l’eau | **Appliquer** des principes simples pour améliorer la performance**Utiliser** des outils de mesures simples pour **évaluer** sa performance | **Respecter** les règles des activités**Passer** par les différents rôles sociaux | **Mobiliser ses ressources****Réaliser** des efforts **Prendre des repères** extérieurs et des repères sur son corps pour **contrôler** son déplacement et son effort | **Réaliser** la meilleure performance possible |
| **CA2****Adapter ses déplacements à des environnements variés** | Activité de roule et de glisseActivités nautiquesC OEscaladeSavoir nager | **Conduire** un déplacement sans appréhension et en toute sécurité**Adapter** son déplacement aux différents milieux |  | **Aider** l’autre | **Gérer son effort** pour pouvoir revenir au point de départ | **Tenir compte** du milieu et de ses évolutions |
| **CA3****S’exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique** | Danses collectivesActivités gymniquesArts du cirqueDanse de création | **Enrichir** son répertoire d’actions afin de **communiquer** une intention ou une émotion | **Utiliser** le pouvoir expressif du corps de différentes façons**Mobiliser** son imaginaire pour créer du sens et de l’émotion, dans des prestations collectives | **S’engager** dans des actions artistiques ou acrobatiques destinées à être présentées aux autres en maîtrisant les risques et ses émotions |  | **Communiquer** une intention ou une émotion**Savoir filmer** une prestation pour la revoir et la faire évoluer |
| **CA4****Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel** | Jeux sportifs collectifsJeux de combatJeux de raquettes | **Adapter** son jeu et ses actions aux adversaires et à ses partenaires**Coordonner** ses actions motrices | **S’informer pour agir** | **Coopérer** pour attaquer et défendre**Accepter** différents rôles sociaux (joueur, arbitre, observateur) |  | **Rechercher** le gain de l’affrontement par des choix tactiques simples |

**CYCLE 4 : ARTICULATION S4C /PROGRAMME EPS**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **5 Domaines du S4C** |  | **Domaine 1**Les langages pour penser et communiquer | **Domaine 2**Les Méthodes et outils pour apprendre | **Domaine 3**La formation de la personne et du citoyen | **Domaine 4**Les systèmes naturels et les systèmes techniques | **Domaine 5**Les représentations du monde et de l’activité humaine |
| **5 Compétences travaillées en EPS** |  | **C1****Développer sa motricité et apprendre à s’exprimer en utilisant son corps** | **C2****S’approprier par la pratique physique et sportive, des méthodes et outils pour apprendre** | **C3****Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités** | **C4****Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique et régulière** | **C5****S’approprier une culture physique sportive et artistique** |
|  |  | **ACQUERIR COMMUNIQUER****VERBALISER** | **PREPARER - PLANIFIER****REPETER – STABILISER****CONSTRUIRE****UTILISER** | **RESPECTER****ACCEPTER****ASSUMER****AGIR** | **CONNAÎTRE****EVALUER****ADAPTER** | **SAVOIR SITUER****EXPLOITER****SAVOIR EXPLIQUER****COMPRENDRE** |
| **4 Champs d’apprentissage** | **CA1****Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée** | Les activités athlétiques (courses, sauts, lancers)Natation sportive | **Compétences visées pendant le cycle** | **Mobiliser** , en les optimisant, ses ressources **pour réaliser** la meilleure performance possible | **Se préparer** à l’effort et **s’entrainer** pour progresser et se dépasser | **Maîtriser** les rôlesd’observateur, de juge et d’organisateur | **S’engager** dans un programme de préparation physique individuel ou collectif**S’échauffer** avant un effort | **Utiliser** des repères extérieurs et des indicateurs physiques pour **contrôler** son déplacement et l’allure de son effort |
| **CA2****Adapter ses déplacements à des environnements variés** | COEscaladeKayacSauvetage, VTT… | **Choisir et conduire** un déplacement adapté aux différents milieux | **Prévoir et gérer** son déplacement et le retour au point de départ | **Respecter et faire respecter** les règles de sécurité et l’environnement**Assurer, aider** l’autre pour réussir ensemble | **Evaluer** les risques et **apprendre à renoncer** | **Analyser**, les choix, à postériori, les j**ustifier.** |
| **CA3****S’exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique** | Danse Arts du cirqueAcrosportGymnastique sportive | **Elaborer et réaliser seul** ou à plusieurs, un projet artistique et/ou acrobatique **pour provoquer** une émotion du public | **Utiliser** des procédés simples de composition, et d’interprétation | **S’engager :** **Maîtriser** les risques, **dominer** ses appréhensions |  | **Construire** un regard critique sur ses prestations et celles des autres, en utilisant le numérique |
| **CA4****Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel** | Sports collectifsSports de raquetteSports de combat | **Utiliser** au mieux ses ressources physiques et de motricité pour gagner en efficacité**S’adapter** rapidement au changement de **statut défenseur/attaquant** | **Anticiper** la prise et le traitement d’information pour enchaîner des actions | **Co-arbitrer** une séquence de match**Se mettre au service** de l’autre pour lui permettre de progresser | **Utiliser** au mieux ses ressources physiques | **Rechercher** le gain de la rencontre par la mise en œuvre d’un projet prenant en compte les caractéristiques du rapport de force |