

Le projet d'école

PROGRAMMATION EPS CYCLE 3

	CE2	CM1	CM2
Réaliser une performance mesurée	Activités athlétiques	Activités athlétiques	Activités athlétiques
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements	Activités aquatiques	Activités aquatiques	Activités aquatiques
Coopérer et s'affronter Individuellement et Collectivement	Jeux de lutte Jeux collectifs Jeux d'opposition	Jeux de lutte Jeux collectifs	Jeux de lutte Jeux collectifs Sports collectifs
Concevoir et réaliser des actions à visée artistique Esthétique ou expressive	Activités gymniques Expression corporelle Danse Mime théâtre	Expression corporelle Danse Mime théâtre	Activités gymniques Expression corporelle Danse

CM2	Rentrée	Toussaint	Noël	Vacances d'hiver	Vacances de printemps	Fin d'année
Réaliser une performance mesurée	Course de durée Course de vitesse					Activités athlétiques (lancer- relais)
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements		Natation	Natation			
S'affronter Individuellement et Collectivement	Hockey	Jeux de lutte		Jeux collectifs (dodge ball, thèque,)		Jeux collectifs (poule renard vipère, le drapeau, les chasseurs)
Concevoir et réaliser des actions à visée artistique Esthétique ou expressive			Acrosport			

CM1	Rentrée	Toussaint	Noël	Vacances d'hiver	Vacances de printemps	Fin d'année
Réaliser une performance mesurée	Courses de vitesse					
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements		Activités aquatiques	Activités aquatiques			
S'affronter Individuellement et Collectivement		Lutte/jeux de combats	Jeux collectifs	Jeux collectifs		
Concevoir et réaliser des actions à visée artistique Esthétique ou expressive						Danse / jeux d'expression corporelle

CE2	Rentrée	Toussaint	Noël	Vacances d'hiver	Vacances de printemps	Fin d'année
Réaliser une performance mesurée	Course de durée	Les sauts (sauter loin, sauter à la corde et en hauteur)	Lancer en distance			
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements				Natation	Natation	
S'affronter Individuellement et Collectivement	Jeux collectifs (4 coins, dodgeball, balles brûlantes, balle aux prisonniers)	Jeux de lutte et d'opposition		Jeux collectifs	Jeux de raquettes (badminton)	
Concevoir et réaliser des actions à visée artistique Esthétique ou expressive		Gymnastique acrobatique (début acrosport)	Gymnastique artistique			Conception spectacle fin d'année.

PROGRAMMATION EPS CYCLE 2

	CP	CE1
Réaliser une performance mesurée	Activités athlétiques	Activités athlétiques
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements	Activités d'orientation	Activités aquatiques
Coopérer et s'affronter Individuellement et Collectivement	Jeux de lutte Jeux collectifs	Jeux collectifs sans ballon ; Jeux collectifs avec ballon
Concevoir et réaliser des actions à visée artistique Esthétique ou expressive	Activités gymniques Expression corporelle Danse	Danse d'expression

CP	Rentrée	Toussaint	Noël	Vacances d'hiver	Vacances de printemps	Fin d'année
Réaliser une performance mesurée	Se déplacer Marcher	S'équilibrer Sauter	Enchaîner des actions Franchir des obstacles	Courir	Lancer	
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements	SUIVRE UN PARCOURS JALONNE EN VARIANT LES ACTIONS					
S'affronter Individuellement et Collectivement	JEUX COLLECTIFS	AVEC	OU SANS	BALLON	Jeux de lutte	et d'opposition
Concevoir et réaliser des actions à visée artistique Esthétique ou expressive	EXPRES	SION	CORPO	RELLE /	RELA	XATION
		Activités	Gymniques	(roulades -	Sauts -	équilibres)
						Danse de fin d'année

CE1	Rentrée	Toussaint	Noël	Vacances d'hiver	Vacances de printemps	Fin d'année
Réaliser une performance mesurée	Courir vite Courir longtemps					
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements				Natation		
S'affronter Individuellement et Collectivement		Jeux traditionnels Attrape/ transport/	d'équipe avec balles			
Concevoir et réaliser des actions à visée artistique Esthétique ou expressive						Danse de création Gymnastique sportive (rouler/tourner autour/se déplacer/réaliser un enchaînement)

AGIR ET S'EXPRIMER AVEC SON CORPS : PS-MS-GS

Tout au long de l'année, découvrir le matériel et les actions motrices correspondantes, oser prendre des risques.

	PS	MS	GS
➤ REALISER UNE ACTION QUE L'ON PEUT MESURER			
<u>Sauter</u>			
• Haut en partant d'une position haute	X	X	X
• Loin en partant d'une position haute		X	X
• En avant	X	X	X
• En arrière	X	X	X
• A plusieurs en se tenant la main		X	X
• A plusieurs en file indienne		X	X
• Haut en partant du sol	X		X
• Loin en partant du sol		X	X
• Dans des cerceaux formant un trajet	X	X	X
<u>Courir</u>			
• Lentement	X	X	X
• Vite	X	X	X
• En ligne droite	X	X	X
• Longtemps	X	X	X
• Courir pour battre son record		X	X
• Courir pour attraper	X	X	X
• Courir pour déposer un objet	X	X	X
• Courir avec un objet dans la main	X	X	X
• Contrôler sa respiration		X	X

<u>Lancer</u>			
• Le plus loin possible	X	X	X
• Apprendre à rattraper un objet qu'un autre à lancer	X	X	X
• Le plus haut possible	X	X	X
• Une petite balle	X	X	X
• Un sac de riz	X	X	X
• En visant (sur une cible fixe, sur une cible mobile)	X	X	X
• Pour qu'un autre rattrape	X	X	X
➤ REALISER DES ACTIONS A VISEE ARTISTIQUE, ESTHETIQUE OU EXPRESSIVE			
• Mimer des animaux sur une musique	X	X	X
• Mémoriser un répertoire varié de rondes et de jeux dansés	X	X	X
➤ ADAPTER SES DEPLACEMENTS A DIFERENTS TYPES D'ENVIRONNEMENT			
• S'équilibrer	X	X	X
• Grimper	X	X	X
• Réaliser un parcours de débrouillardise		X	X
• Glisser	X	X	X
• Rouler	X	X	X
• Marcher sur deux, quatre appuis, en avant, en arrière	X	X	X
• Eviter des obstacles	X	X	X
➤ COOPERER ET S'OPPOSER INDIVIDUELLEMENT			
• Participer à des jeux collectifs en respectant les règles (jeu du furet, de l'épervier, des loups et des moutons, du facteur...)	X	X	X
➤ REALISER DES ACTIONS A VISEE ESTHETIQUE ARTISTIQUE OU EXPRESSIVE			
• Réaliser une danse collective pour le spectacle de fin d'année	X	X	X
• Danser en concordance avec la musique en occupant tout l'espace	X	X	X