



En conformité avec le BO
n°11 du 26/11/2015

EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Période 1

➔ Adapter ses déplacements à des environnements variés : **piscine**

- ➔ Se déplacer.
- ➔ Position ventrale, voies respiratoires immergées.
- ➔ Position dorsale avec support si besoin.
- ➔ Varier les modes de propulsion.
- ➔ S'équilibrer.
- ➔ Trouver des équilibres, vers l'alignement tête-tronc.

- ➔ Rester quelques secondes sur place, tête hors de l'eau.
- ➔ Enchaîner des actions.
- ➔ Enchaîner plusieurs actions.
- ➔ Se fixer un projet d'action, se confronter à sa réalisation et l'ajuster.
- ➔ Se déplacer sur une quinzaine de mètres sans aide et sans reprise d'appuis.

➔ - Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel ; **jeux collectifs sans ballon**

Période 2

➔ S'exprimer devant les autres par une prestation artistique : **le mime.**

➔ Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel ; **jeux de raquettes, ou d'engins**

Période 3

➔ S'exprimer devant les autres par une prestation artistique ou acrobatique : **Acrosport**

➔ Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée : **courir longtemps**

Période 4

➔ Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel ; **jeux collectifs avec ballons**

➔ Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée : **course relais**

Période 5

➔ Produire une performance maximale mesurée à une échéance donnée : **activités athlétiques.**

➔ - S'exprimer devant les autres par une prestation artistique : **danses et rondes traditionnelles**