

Compétence 1 : Réaliser une performance mesurée

- mettant en jeu des actions motrices variées caractérisées par leur force, leur vitesse ;
- dans des espaces et avec des matériels variés ;
- dans des types d'efforts variés (rapport entre vitesse, distance, durée) ;
- de plus en plus régulièrement.

Activités athlétiques	G1	G2	G3	
Activités de natation	G1	G2	G3	

Compétence 2 : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements

- dans des formes d'actions inhabituelles mettant en cause l'équilibre (grimper, rouler, glisser) ;
- dans des milieux ou sur des engins instables variés (terrain plat, vallonné, boisé, eau calme, neige, bicyclette, roller, ski ...) ;
- dans des environnements progressivement éloignés et chargés d'incertitude (parc public, bois, forêt, montagne...).

Activités de natation	G1	G2	G3	
Activités de rouler et de glisse (bicyclette, roller, ski, patins à glace)	G1	G2	G3	G4
Activités d'orientation	G1	G2	G3	G4
Activités d'escalade	G1	G2	G3	G4
Activités d'équitation	G1	G2	G3	G4

Compétence 3 : S'opposer individuellement ou collectivement

- rencontrer un adversaire dans des jeux d'opposition duelle ;
- coopérer avec des partenaires pour s'opposer collectivement à un ou plusieurs adversaires dans un jeu collectif, comme attaquant et comme défenseur.

Jeux collectifs (traditionnels avec et sans ballon)	G1	G2	G3	G4
Jeux de raquettes	G1		G3	
Jeux de lutte	G1		G3	

Compétence 4 : Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive

- exprimer corporellement, des personnages, des images, des états, des sentiments ;
- communiquer aux autres des sentiments ou des émotions ;
- réaliser des actions acrobatiques mettant en jeu l'équilibre (recherche d'exploits) ;
- s'exprimer de façon libre ou en suivant différents rythmes, sur des supports sonores divers, avec ou sans engins.

Danse (dans toutes ses formes)	G1	G2	G3	G4
Activités gymniques	G1	G2	G3	G4
Gymnastique rythmique...	G1	G2	G3	G4
Mime	G1	G2	G3	
Activités de cirque	G1	G2	G3	

COMPETENCES GENERALES : ces compétences ne sont pas construites pour elles-mêmes. Il s'agit pour l'enseignant d'aider l'élève à acquérir des attitudes, des méthodes, des démarches favorables aux apprentissages, dans la pratique de l'activité mais aussi dans la vie sociale.

- G1** S'engager lucidement dans l'action ;
G2 Construire un projet d'action ;
G3 Mesurer et apprécier les effets de l'activité ;
G4 Appliquer des règles de vie collective.