

Cycle 3
COMPETENCES
Réaliser une performance mesurée

- de différentes façons ;
- dans des espaces et avec des matériels variés ;
- dans différents types d'efforts,
- régulièrement et à une échéance donnée.

1

RENTREE	VACANCES TOUSSAINT	VACANCES NOEL	VACANCES HIVER	VACANCES PRINTEMPS	MAI
9 semaines	7 semaines	7 semaines	7 semaines	4 semaines	5 semaines

Adapter ses déplacements à différents environnements

- dans des formes d'actions inhabituelles mettant en cause l'équilibre ;
- dans des milieux ou sur des engins instables de plus en plus diversifiés ;
- dans des environnements de plus en plus éloignés et chargés d'incertitude ;
- en fournissant des efforts de types variés.

2

--	--	--	--	--	--

S'affronter individuellement ou collectivement

- affronter 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.

3

--	--	--	--	--	--

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

- exprimer corporellement, seul ou en groupe, des images, des états, des sentiments... ;
- communiquer aux autres des sentiments ou des émotions ;
- réaliser des actions « acrobatiques » mettant en jeu l'équilibre ;
- s'exprimer librement ou en suivant différents types de rythmes, sur des supports variés.

4

--	--	--	--	--	--

COMPETENCES GENERALES

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

CONNAISSANCES

Avoir compris et retenu :

- C1** que l'on peut acquérir des connaissances spécifiques dans l'activité physique et sportive (sensations, émotions, savoirs sur les techniques de réalisation d'actions spécifiques...) ;
- C2** des savoirs précis sur les différentes APS rencontrées.