

| 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 | |
|---|---|--|--|--|---|---|--|
| Compétences travaillées en EPS (compétences générales) | | 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 | |
| <p><i>Etape 3 : Prioriser les compétences travaillées en fonction du diagnostic</i></p> | | ADAPTER ACQUERIR MOBILISER | 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 | Activités athlétiques (courses, sauts, lancers) Natation | <p>Combiner des actions simples : courir-lancer, courir-sauter</p> <p>Utiliser sa vitesse pour aller plus loin, plus haut</p> <p>Rester horizontalement et sans appui en équilibre dans l'eau</p> | <p>Appliquer des principes simples pour améliorer la performance</p> <p>Utiliser des outils de mesures simples pour évaluer sa performance</p> | <p>Respecter les règles des activités</p> <p>Passer par les différents rôles sociaux</p> | <p>Mobiliser ses ressources</p> <p>Réaliser des efforts</p> <p>Prendre des repères extérieurs et des repères sur son corps pour contrôler son déplacement et son effort</p> | Réaliser la meilleure performance possible dans des activités athlétiques variées |
| | CA2 Adapter ses déplacements à des environnements variés | Activité de roule et de glisse Activités nautiques P. Orientation P. d'escalade Savoir nager | <p>Conduire un déplacement sans appréhension et en toute sécurité</p> <p>Adapter son déplacement aux différents milieux</p> | | 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 collectives Activités gymniques Arts du cirque Danse de création | <p>Enrichir son répertoire d'actions afin de communiquer une intention ou une émotion</p> | <p>Utiliser le pouvoir expressif du corps de différentes façons</p> <p>Mobiliser son imaginaire pour créer du sens et de l'émotion, dans des prestations collectives</p> | S'engager dans des actions artistiques ou acrobatiques destinées à être présentées aux autres en maîtrisant les risques et ses émotions | | <p>Communiquer une intention ou une émotion</p> <p>Savoir filmer une prestation pour la revoir et la faire évoluer</p> |
| | CA4 Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel | Jeux sportifs collectifs Jeux de combats Jeux de raquettes | <p>Adapter son jeu et ses actions aux adversaires et à ses partenaires</p> <p>Coordonner ses actions motrices</p> | 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 |

| | | | | | | | | |
|---|--|--|---|---|---|--|--|---|
| 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 (compétences générales) | | | 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 | |
| Etape 3 : Prioriser les compétences travaillées en fonction du diagnostic | | | ACQUERIR COMMUNIQUER VERBALISER UTILISER | 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 travaillées pendant le cycle | Mobiliser , en les optimisant, ses ressources pour réaliser la meilleure performance possible | Se préparer à l'effort et s'entraîner pour progresser et se dépasser | Maîtriser les rôles d'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 | CO Escalade Kayak Sauvetage, 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 justifier . |
| | CA3 S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique | Danse Arts du cirque Acrosport Gymnastique 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 collectifs Sports de raquette Sports de combat | | Rechercher le gain de la rencontre par la mise en œuvre d'un projet prenant en compte les caractéristiques du rapport de force | 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 et de motricité pour gagner en efficacité S'adapter rapidement au changement de statut défenseur/attaquant | |