|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **CYCLE 2** | | **Evaluation « COORDONNER »**  **8-10 ans : fiches 1, 2, 5, 7, 8, 11 plans périodiques septembre à décembre**  **10-12 ans : fiches 1 à 3, 5 à 9 plans périodiques septembre à décembre** | | |
| **Attentes fondam. : … effectue seul un échauffement adapté à l’activité prévue**  **… coordonne deux mouvements complexes**  **…adapte son comportement à un stimuli (auditif, visuel, tactile)** | | |
| CM2 1:Mobiliser ses capacités physiques pour améliorer sa condition physique et se maintenir en santé  CM 22 : Développer ses capacités de coordination et son sens créatif | Année | **Savoirs-être / CT : coll. et strat. d’appr.** | **Savoirs**  **CT : strat. d’appr.** | **Savoirs -faire**  **fiche EPS … / exercice no …** |
| 5 | Adapter son comportement à la vie de groupe  Persévérer pour progresser | **Citer les critères de réussite pour la corde tournée (entrer au bon endroit et au bon moment, sauter au centre…)** | Acquérir un répertoire de mouvements à la corde ***7et 8***  avec ballon ou sautoir ***1 et 2***  Effectuer des variations du pantin |
| 6 | Sauter à la corde tournée ***9***  Répertorier différents pas : sautillé, chassé, pas croisé, pas talonné ***11***  Maintenir des postures de gainage ***5/3*** |
| 7 | Mener à bien un programme de musculation-tonus  Se fixer un objectif et des moyens de l’atteindre | **Connaître quelques principes du gainage (corps aligné, épaules solides,…)**  **et de la musculation**  **(position, respiration, répétitions)** | Coordonner deux mouvements ***6***  Entraîner sa condition physique à l’aide de matériel divers : tapis, barre ***2 et 4***  Maintenir des postures de gainage ***1/2 et 7*** |
| 8  **FAIRE USAGE DE**  **DE….**  **POUR….**  **FAIRE USAGE DE**  **DE….**  **POUR….**  **FAIRE USAGE DE**  **DE….**  **POUR….** | Idem 5P  Effectuer un parcours de condition physique ***9***  Préparer un échauffement par groupes |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Capacités physiques** | | | | |
| Facteurs physiques | | | | |
| Force | | | Vitesse | |
| Endurance | | | Adresse | |
| Facteurs de la coordination | | | | |
| Orientation | | | Différenciation | |
| Rythme | Equilibre | | | Réaction |
| **Capacités perceptives et cognitives (CT)** | | | | |
| Stratégies d’apprentissage | | Gestion d’une tâche | | |
| Démarche réflexive | | | | |
| **Capacités émotionnelles** | | | | |
| Volonté, envie Courage | | | Stress | |
| Motivation (Personnalité) | | | Pensée créatrice (CT) | |
| **Capacités sociales (CT)** | | | | |
| Collaboration | | | Communication | |
| Prise en compte de l’autre | | | Action dans le groupe | |

*Les savoirs -faire peuvent s’étoffer selon les capacités recherchées, la rosace des sens,...*

*A différencier selon le niveau*

**Les exercices peuvent s’étoffer selon les capacités recherchées.**

**A différencier selon le niveau …**

**POUR….**