|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **CYCLE 2** | | **Evaluation « BALANCER, s’élancer »**  **Fiches EPS 8-10 ans : no 35 à 36 plan périodique mars-avril**  **Fiches EPS 10-12 ans : no 24 à 26 plan périodique mars-avril** | | |
| **Att. fondam. : … effectue une suite de mvmts comportant un appui et une rotation** | | |
| CM23 :Mobiliser des techniques et des habiletés motrices | Année | **Savoirs-être**  **CT : collaboration et stratégies d’appr.** | **Savoirs**  **CT : stratégies d’appr.** | **Savoirs -faire**  **fiche EPS … / exercice numéro …** |
| 5 | Gérer les prises de risque  **Percevoir le moment précis du point mort**  Etre capable d’évaluer un camarade | Expliquer les principes  du balancer (corps en position « c » et « i »)  **Connaître les critères du balancer (élan deux pas, point mort, épaules toniques, s’arrêter avant de lâcher,…)** | Se balancer aux anneaux bras tendus (2 pas / en avant + en arrière) ***35/3***  A la barre fixe, balancer en se tenant par les jarrets  Balancer en maintenant la position « c » (en avant) et « i » (en arrière) |
| 6 |
| 7 | Développer la précision technique et esthétique  Collaborer pour l’élaboration et la réalisation d’une suite à deux ou plusieurs élèves (synchronisée) | Mémoriser les suites composées  Connaître les principes de sécurité (tapis, distance par rapport aux autres,…)  Expliquer les principes de la collaboration | Après deux balancés,  déclencher un mouvement au point mort (suspension fléchie, ½ tour) ***25/2***  Réaliser une suite combinée de quatre éléments différents aux agrès (perche – corde – barres parallèles, …) |
| 8  **FAIRE USAGE DE**  **DE….**  **POUR….** | Idem 5P en augmentant le niveau selon les possibilités ***24*** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **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….**