|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **CYCLE 2** | | **Evaluation « Se maintenir en équilibre »**  **Fiches EPS 8-10 ans : no 12 / 13 / 15 / 21 plan périodique novembre – décembre**  **Fiches EPS 10-12 ans : no 13 à 18 plan périodique novembre - décembre** | | |
| **Att. fondam: …se maintient et/ou se déplace en équilibre en avant, en arr., de côté** | | |
| CM 23 : 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 | *Principe de sécurité : marcher lors des déplacements (qualité et non pas vitesse !)*  **Développer les perceptions en lien avec les facteurs de l’équilibre (toucher avec les pieds)**  Connaître ses limites et gérer les risques | **Connaître les principes de l’équilibre**  **(se tenir droit, « ceinture » bloquée, les mains en balancier,**  **centre de**  **gravité au-dessus des appuis)**  Ecrire et / ou dessiner la suite présentée  Connaître les principes de sortie/rangement du matériel | Traverser le pont basculant ***15/1***  A deux, se croiser au milieu de la poutrelle ***12/2***  Se maintenir en appui renversé à l’espalier ***21/1*** |
| 6 | Traverser la poutrelle en dribblant (droite et gauche) ***13/3***  Lancer et recevoir une balle sur le pont basculant (ou jongler) ***15/3***  Se maintenir en appui renversé avec aide ***21/3*** |
| 7 | Collaborer dans la construction de pyramides humaines  S’organiser et communiquer afin de créer des suites  Evaluer un camarade  **FAIRE USAGE DE**  **DE….**  **POUR….** | Par 2 sur la poutrelle, effectuer le plus de passes en équilibre sur un pied ***13/3***  Se maintenir en appui renversé passager sans aide ***15/3*** |
| 8 | Maîtriser son équilibre sur différents engins : rouleaux, pédalos, échasses,…(avec tâche annexe…)  Se maintenir en appui renversé passager |

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