|  |  |
| --- | --- |
| **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 présentéeConnaître 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 humainesS’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….**