CYCLE 4 : cycle des approfondissements

L'EPS a pour finalité de former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre ensemble.

- Amener les enfants et les adolescents à rechercher le bien-être et à e soucier de leur santé.
- Assurer l'inclusion, dans la classe, des élèves à besoins éducatifs particuliers ou en situation de handicap.
- Initier au plaisir de la pratique sportive.

Programmation

Chaque champ d'apprentissage permet à l'élève de construire des compétences intégrant différentes dimensions (motrice, méthodologique, sociale) en s'appuyant sur des activités physiques sportives et artistiques (APSA) diversifiées

Un projet pédagogique définit un parcours de formation.

Socle commun de connaissances, de compétences et de culture (BO 17 avril 2015)	Champ d'apprentissage	Attendus de fin de cycle
Domaine 1 : Les langages pour penser et communiquer Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer avec son corps. - *Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficience* - *Communiquer des intentions et des émotions avec son corps devant un groupe* - *Verbaliser les émotions et sensations ressenties* - *Utiliser un vocabulaire adapté pour décrire la motricité d'autrui et la sienne* **Domaine 2 : Les méthodes et outils pour apprendre** S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre - *Préparer-planifier-se représenter une action avant de la réaliser* - *Répéter un geste sportif ou artistique pour le stabiliser et le rendre plus efficace* - *Construire et mettre en oeuvre des projets d'apprentissage individuel ou collectif* - *Utiliser des outils numériques pour analyser et évaluer ses actions et celles des autres* **Domaine 3 : La formation de la personne et du citoyen** Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités - *Respecter, construire et faire respecter règles et règlements* - *Accepter la défaite et gagner avec modestie et simplicité* - *Prendre et assumer des responsabilités au sein d'un collectif pour réaliser un projet ou remplir un contrat* - *Agir avec et pour les autres, en prenant en compte les différences* **Domaine 4 : Les systèmes naturels et les systèmes techniques** Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière, raisonnée et raisonnable - *Connaître les effets d'une pratique physique régulière sur son état de bien-être et de santé* - *Connaître et utiliser des indicateurs objectifs pour caractériser l'effort physique* - *Évaluer la quantité et qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école* - *Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger* **Domaine 5 : Les représentations du monde et l'activité humaine** S'approprier une culture physique sportive et artistique pour construire progressivement un regard lucide sur le monde contemporain - *S'approprier, exploiter et savoir expliquer les principes d'efficacité d'un geste technique* - *Acquérir les bases d'une attitude réflexive et critique vis-à-vis du spectacle sportif* - *Découvrir l'impact des nouvelles technologies appliquées à la pratique physique et sportive* - *Connaître des éléments essentiels de l'histoire des pratiques corporelles éclairant les activités physiques contemporaines*	Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée	Activités athlétiques (courses, sauts, lancers) Activité de natation sportive Autant que possible, l'élève choisit les épreuves dans lesquelles il souhaite réaliser sa performance optimale. L'engagement moteur reste conséquent afin de mobiliser en les combinant toutes les ressources. Les élèves prennent en charge (seuls ou collectivement) une partie de la programmation de leur travail. - Gérer son effort, faire des choix pour réaliser la meilleure performance dans au moins 2 familles athlétiques et/ou au moins 2 styles de nages - S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif - Planifier et réaliser une performance combinée - S'échauffer avant un effort - Aider ses camarades et assumer différents rôles sociaux (juge d'appel et de déroulement, chronométreur, juge de mesure, organisateur, collecteur des résultats, ...)
	Adapter ses déplacements à des environnements variés	Activités physiques de pleine nature ou en reproduisant les conditions : course d'orientation, escalade, randonnée, Kayak, sauvetage, VTT, ski ... - Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recréé plus ou moins connu - Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé - Assurer la sécurité de son camarade - Respecter et faire respecter les règles de sécurité
	S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique	Activités physiques artistiques : danse, arts du cirque. Activités gymniques : acro sport, gymnastique sportive. Recherche de situations nécessitant un engagement de plus en plus important des élèves dans des processus de création, individuellement ou en groupe. - Mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique - Participer activement au sein d'un groupe, à l'élaboration et à la formalisation d'un projet artistique - Apprécier des prestations en utilisant différents supports d'observation et d'analyse
	Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel	Activités de coopération et d'opposition : les jeux et sports collectifs avec ballon (handball, basket-ball, football, volley-ball, ultimate, rugby, etc.). Activités d'opposition duelle : les sports et jeux de raquette (badminton, tennis de table). Activités physiques de combat : lutte, judo, boxe, etc. Prise de conscience par les élèves des analogies et des différences entre toutes ces activités d'opposition ainsi que les spécificités de chacune. Situations où le rapport de force est équilibré, nécessitant une organisation individuelle ou collective plus complexe. En situation d'opposition réelle et équilibrée - Réaliser des actions décisives en situation favorable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur ou en faveur de son équipe. - Adapter son engagement moteur en fonction de son état physique et du rapport de force - Être solidaire de ses partenaires et respectueux de son (ses) adversaire(s) et de l'arbitre - Observer et co-arbitrer - Accepter le résultat de la rencontre et savoir l'analyser avec objectivité