| | |
|---|---|
| académie Créteil<br>direction des services départementaux de l'éducation nationale Seine-et-Marne<br>Liberté • Égalité • Fraternité<br>RÉPUBLIQUE FRANÇAISE | **DOSSIER EPS**<br><br>**AIDE A LA RÉALISATION D'UNE PROGRAMMATION EN EPS DE CLASSE / DE CYCLE / D'ÉCOLE** |

## 1 - Une programmation

- C'est organiser l'EPS dans le temps et l'espace
- Pour assurer
  - ***La continuité des apprentissages (dans la même activité)***
  - ***La complémentarité des apprentissages (les quatre domaines de compétences)***
- En choisissant
  - ***Des activités supports*** *aux séances d'EPS*
  - ***Un nombre de séances par unités d'apprentissage*** *(ou cycle d'activité)*
  - ***Une répartition dans le temps :***
    - *jours pour l'emploi du temps de la classe*
    - *périodes pour la programmation*

## 2 - Les contraintes et les ressources à prendre en compte

| **L'École** | |
|---|---|
| • Les pratiques actuelles<br>• Les caractéristiques des élèves<br>• Les compétences des enseignants | • Le projet de l'école<br>• Les possibilités d'échange de service |
| **Les conditions** | |
| • Les 5 périodes de l'année<br>• Les installations disponibles<br>• Les rencontres sportives organisées par le CPC, la commune, l'USEP, etc. | • Le petit matériel<br>• La participation à l'USEP<br>• La participation d'un intervenant |
| **Les programmes** | |
| • Le volume horaire annuel et hebdomadaire<br>• Les 4 domaines de compétences | • Les activités par domaine<br>• Les compétences attendues par activité et par cycle |
| **Les besoins** | |
| • La formation<br>• L'aide du CPC<br>• Les ressources pédagogiques | • L'achat de matériel<br>• Les installations<br>• Les intervenants pour certaines activités |

## 3 - Elaborer la programmation de cycle

*Ressources : dossier programmation*

**ÉCOLE :**

| | | CP | CE1 |
|---|---|---|---|
| Réaliser une performance, une action que l'on peut mesurer | -Athlétisme :<br>-Course longue<br>-Courir vite<br>-Course de haies<br>-Saut en hauteur<br>-Saut en longueur<br>-Lancer<br>-Natation | **Courir vite Période 1**<br>**Sauter haut Période 1**<br>**Courir longtemps Périodes 1 et 2 *Rencontre*** | |
| Adapter ses déplacements à différents types d'environnement | -Vélo<br>-Orientation<br>-Escalade<br>-Roller, patins<br>- Ski<br>-Equitation<br>-Activités nautiques | **Natation Périodes 3, 4 et 5** | |
| Coopérer et s'opposer individuellement collectivement | -Jeux de lutte<br>-Tennis , tennis de table, badminton<br>-Jeux traditionnels<br>-Jeux co sans ballon<br>-Jeux co avec ballons<br>-Sports collectifs : hand, basket, foot, rugby, ultimate | **Jeux collectifs ballons Périodes 1 et 5**<br>**Jeux de lutte Période 3 et 4 *Rencontre*** | |
| Réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive | -Acrosport<br>-Danses traditionnelles<br>-Danse contemporaine<br>-Gymnastique<br>-Gymnastique rythmique<br>-Arts du cirque | **Gym au sol Période 2**<br>**Danse Périodes 4 et 5 *Rencontre*** | |

## 4 - Elaborer la programmation de classe

*Ressources : dossier programmation*

**ÉCOLE : PROGRAMMA**

| | | Période 1 Rentrée / Toussaint | | Période 2 Toussaint / Noël | |
|---|---|---|---|---|---|
| Réaliser une performance, une action que l'on peut mesurer | -Athlétisme<br>-Course longue<br>-Courir vite<br>-Course de haies<br>-Saut en hauteur<br>-Saut en longueur<br>-Lancer<br>-Natation | **Courir vite Lundi m Ecole**<br>**Course long Vendredi am Stade *Rencontre*** | **Sauter haut Lundi m Ecole *Intervenant*** | | |
| Adapter ses déplacements à différents types d'environnement | -Vélo<br>-Orientation<br>-Escalade<br>-Roller, patins<br>- Ski<br>-Equitation<br>-Activités nautiques | | | | |
| Coopérer et s'opposer individuellement collectivement | Jeux de lutte<br>-Tennis , tennis de table, badminton<br>-Jeux traditionnels<br>-Jeux co sans ballon<br>-Jeux co avec ballons<br>-Sports collectifs : hand, basket, foot, rugby, ultimate | **Jeux collectifs Avec ballons Mercredi m Gymnase** | | | |
| Réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive | -Acrosport<br>-Danses traditionnelles<br>-Danse contemporaine<br>-Gymnastique<br>-Gymnastique rythmique<br>-Arts du cirque | | | | |

## 5 - Définir les compétences visées / la situation à réaliser en fin de cycles 1, 2 et 3

*Ressources : dossier Activités / Mesurer les progrès*

### ACROSPORT

**SITUATION D'EVALUATION**

But :

- Concevoir et réaliser une succession de 3 figures acrobatiques.

Organisation :

- 3 à 5 acrobates, 3 à 5 juges.
- 4 tapis accolés (2m x 4m) avec une aire de départ matérialisée (plots).
- Les élèves produisent, sur un support musical évocateur d'exploit, 3 « tableaux » différents (trois figures statiques successives) et les présentent aux juges.
- Contraintes :
  - 3 Figures : 2 Porteurs + 1 porté ; 1 Porteur + 1 porté + 1 aide*; 1 figure libre (* L'aide s'inclut dans un jeu d'équilibre après s'être assuré de la stabilité de la figure).
  - Tenir 5 secondes chaque figure.
  - Rotation des rôles.
  - Sécurité (règle de montage / démontage) : les porteurs s'installent puis donnent le signal de monter au porté. Le démontage s'effectue en sens inverse.

Critère de réussite :

- Chaque élève doit réaliser un enchaînement maîtrisé et esthétique en respectant les contraintes de la composition en particulier celles relatives à la sécurité.

*Les juges valident le respect des contraintes.*

## 6 - Concevoir des unités d'apprentissage

*Ressources : dossier Activités / « 6 situations pour 6 séances » et « Pour aller plus loin »*

**« 6 / 6 » ACROSPORT UA n°1 cycle 2**

*La connaissance préalable de la présentation des unités d'apprentissage est nécessaire à leur utilisation*

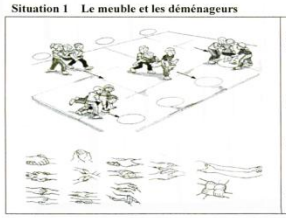
**Exemple d'Unité d'Apprentissage / Séances de 50'**

A titre indicatif, chaque situation est représentée proportionnellement à sa durée

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Séance n° 1** | | | |
| | Situation 1 et évolutions 1, 2 | Situation 2 et évolutions 1, 2 | Situation 3 |
| **Séance n° 2** | | | |
| | Situation 2 et évolution 3 | Evolutions 1, 2, 3, 4, 5 de la situation 3 | |
| **Séance n° 3** | | | |
| MEA 1 | Evolutions 3, 4 de la situation 3 | | Situation 4 |
| **Séance n° 4** | | | |
| MEA 1 | Situation 4 et évolutions 1, 2 et 3 | | |
| **Séance n° 5** | | | |
| MEA 1 | Situation 5 et évolutions 1et 2 | | |
| **Séance n°6** | | | |
| MEA 1 | Situation 6 | | |

**6 situations pour réaliser 6 séances**

**Situation 1 Le meuble et les déménageurs** — *Construire un corps solide*



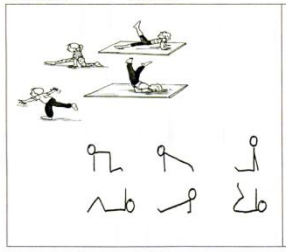
**But :** - Transporter un « meuble ».
**Organisation :** - Tapis groupés.
- Par 3, 2 déménageurs + 1 meuble.
- 1 zone de départ, 1 zone d'arrivée.
- Plusieurs passages avec changement de rôles.

**Critère de réussite:** - Pour le meuble, rester rigide (gainé).
- Pour les déménageurs, transporter le meuble.

**Modalités d'exécution :** - Se concerter pour saisir, soutenir le partenaire.
- Se placer, assurer son maintien postural par la tonicité musculaire.
- Saisies de mains adaptées.

**Evolutions** : - **1** Modifier la forme du meuble.
- **2** Changer les saisies des porteurs entre eux et sur le meuble.

**Situation 2 Les socles** — *Identifier les postures du porteur et les règles de sécurité*



**B :** - Se déplacer / s'arrêter immobile au signal.
**OR** : - Le groupe classe, chacun travaillant seul.
**R :** - Evolution progressive des règles : exemple : 2 appuis, 3 appuis, 4 appuis, 2 genoux, 2 mains- 1 pied, 1 pied-1 main, dos-pieds, etc…
**CR :** - Resté immobile 5 ''.
- Respecter les différentes règles.

**ME à construire progressivement :**
- Dos droit.
- Articulations à l'aplomb des appuis au sol.
- Segments tendus.
- Ecartements des appuis au sol de la largeur des épaules.

**E** :- **1** Observation par demi-groupe des postures et des ME
- **2** Etablir le répertoire des fig. du porteur (photos, dessins)
- **3** Enrichir le répertoire des postures du porteur. Achever un répertoire exhaustif

***En classe, fixer et classer les différentes postures.***