**La programmation en cycle 3 (6ème)**

 **Les 5 compétences générales Les 4 champs Les attendus de fin de cycle Les APSA**

Course longue

Saut

Réaliser des efforts et enchainer plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus longtemps, plus haut, plus loin.

Combiner une course un saut un lancer pour faire la meilleure performance cumulée.

Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer, les traduire en représentations graphiques.

Assumer les rôles de chronométreur et d'observateur.

Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée.

**Domaine 1 :**

Développer sa motricité et apprendre à s’exprimer en utilisant son corps.

**Domaine 2 :**

S’approprier seul ou à plusieurs par la pratique physique, les méthodes et des outils.

**Domaine 3 :**

Partager des règles, assumer de rôles et des responsabilités

**Domaine 4 :**

Apprendre à entretenir sa santé par une pratique physique régulière

**Domaine 5 :**

S’approprier une culture physique sportive et artistique

Natation

Stage de surf

Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.

Connaitre et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement.

Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème.

Valider l'attestation scolaire du savoir nager (ASSN), conformément à l'arrêté du 9 juillet 2015.

Adapter ses déplacements à des environnements variés

Danse

Gymnastique

Réaliser en petits groupes deux séquences : une à visée acrobatique destinée à être jugée, une autre à visée artistique destinée à être appréciée et à émouvoir.

Savoir filmer une prestation pour la revoir et la faire évoluer.

Respecter les prestations des autres et accepter de se produire devant les autres.

S’exprimer devant les autres par une prestation artistique et /ou acrobatique.

Rugby

Badminton

En situation aménagée ou à effectif réduit, s'organiser tactiquement pour gagner le duel ou le match en identifiant les situations favorables de marque.

Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu.

Respecter les partenaires, les adversaires et l'arbitre.

Assurer différents rôles sociaux (joueur, arbitre, observateur) inhérents à l'activité et à l'organisation de la classe.

Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter.

Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou individuel

**La programmation en cycle 4(5ème , 4ème, 3ème)**

 **Les 5 compétences générales Les 4 champs Les attendus de fin de cycle Les APSA**

Demi-fond

Lancers

Relais

Gérer son effort, faire des choix pour réaliser la meilleure performance dans au moins deux familles athlétiques et/ou au moins de deux styles de nages.

S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif.

Planifier et réaliser une épreuve 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, ...)

Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée.

**Domaine 1 :**

Développer sa motricité et apprendre à s’exprimer en utilisant son corps.

**Domaine 2 :**

S’approprier seul ou à plusieurs par la pratique physique, les méthodes et des outils.

**Domaine 3 :**

Partager des règles, assumer de rôles et des responsabilités

**Domaine 4 :**

Apprendre à entretenir sa santé par une pratique physique régulière

**Domaine 5 :**

S’approprier une culture physique sportive et artistique

 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.

Adapter ses déplacements à des environnements variés

Gymnastique

Acrosport

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.

S’exprimer devant les autres par une prestation artistique et /ou acrobatique.

Basket

Handball

Volleyball

Badminton

Tennis de table

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.

Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou individuel

**Le parcours de l’élève**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Logique | Niveau de classe | Champ 1 : | Champ 2 : | Champ 3 : | Champ 4 : | Cycle |
| Stabilisation et validation des compétences de fin de cycle 4 | 3ème | Demi-fondBiathlon (Epreuve combinée) |  | Acrosport | VolleyballTennis de table | Validation du socle Cycle 4 |
| Découverte et approfondissement | 4ème | Demi-fondRelais |  | Acrosport  | HandballBadminton |
| 5ème | Courses variées(EPI)Lancers |  | Gymnastique | BasketTennis de table |
| Validation des compétences de fin de cycle 3 | 6ème | CourseSaut | NatationStage de surf | GymnastiqueDanse | Rugby/HandBadminton | Validation du socleCycle 3 |