

PROGRAMMATION EPS



Document d'aide à la programmation d'école en EPS

Groupe départemental EPS

I.A. Côte d'Or

2011

Sommaire

Définition

Aide à la programmation en maternelle

- [Mise en œuvre](#)
- [Schéma de navigation dans le chapitre maternelle](#)
- [Exemple de programmation annuelle](#)

Aide à la programmation en élémentaire

- [Mise en œuvre](#)
- [Critères de programmation](#)
- [Schéma de navigation dans le chapitre élémentaire](#)
- [Exemple de choix des activités](#)
- [Exemple de programmation annuelle au CP](#)
- [Exemple de programmation au CE2](#)

Tableaux d'aide à la programmation à compléter

- Inventaire du matériel [élémentaire](#) - [maternelle](#)
- Inventaire des installations [élémentaire](#) - [maternelle](#)
- [Choix des activités par classe](#)
- Programmation [élémentaire](#) (5 tableaux) [maternelle](#) (3 tableaux)

Annexes

- [Liste des APSA par cycle](#)
- [Programmes EPS 2008 et compétences du socle commun](#)

DEFINITION[SOMMAIRE](#)

La programmation est un outil qui permet de s'assurer que chaque élève acquiert des compétences à travers différents domaines d'activités physiques et artistiques.

Faire une programmation, c'est planifier les activités et répartir leurs temps d'apprentissage dans le temps et l'espace en prenant en compte les contenus d'enseignement pour chaque classe, les durées d'apprentissage, les effets recherchés...

Programmer, c'est rechercher :

- ◆ cohérence (adéquation entre les activités programmées et les capacités des élèves)
- ◆ équilibre (répartition pondérée des activités par famille)
- ◆ complémentarité (répartition des familles d'activités par cycle)

NIVEAUX DE PROGRAMMATION (hiérarchisés du plus simple au plus élaboré)

- ◆ Planifier (recenser les installations et les répartir par classe, période, pour les utiliser rationnellement).
- ◆ Harmoniser (répartir les activités retenues dans l'école par période, par cycle et par classe).
- ◆ Programmer (planifier les activités à partir des compétences visées chez les élèves).

ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE

- ◆ **le cadre institutionnel**
 - les compétences attendues en fin de cycle
 - les activités physiques et artistiques et compétences spécifiques
 - les programmes de l'école 2008
- ◆ **les contraintes et ressources locales**
 - les lieux de pratique à disposition.
 - le matériel disponible dans l'école et dans les installations sportives.
 - les éventuelles co-animations avec les intervenants extérieurs.
 - les dates de rencontre sportives organisées par la circonscription, l'USEP.
 - Les saisons.

Aide à la programmation en maternelle

[SOMMAIRE](#)

- Mise en œuvre
- Schéma de navigation dans le chapitre maternelle
- Exemple de programmation annuelle

Les domaines d'activités des programmes EPS 2008 en maternelle diffèrent dans leurs intitulés de ceux des programmes 2002.

2002	2008
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Réaliser une action que l'on peut mesurer. ◆ Adapter ses déplacements à différents types d'environnement. ◆ Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement. ◆ Réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Activités physiques libres ou guidées ◆ Activités qui comportent des règles en situations collectives ◆ Activités d'expression à visée artistique <p>Et une compétence transversale :</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Acquérir une image orientée de leur propre corps : devant, derrière, au-dessus, au-dessous, à droite, à gauche, loin et près. Suivre des parcours élaborés. Verbaliser et représenter des déplacements.

On retrouve néanmoins la compétence « adapter ses déplacements » de 2002 dans le domaine « activités physiques libres ou guidées » de 2008 (rouler, glisser) et dans la compétence transversale de 2008 (image orientée du corps, suivre des parcours).

Les tableaux proposés font donc apparaître 2 lignes distinctes dans le domaine « activités physiques libres ou guidées », selon que l'on travaillera des capacités motrices (courir, lancer, sauter) ou des capacités d'adaptation des déplacements (rouler, glisser, escalader, s'orienter).

Le projet de document d'application des programmes de 2002 envisage plusieurs types de programmation :

« Conseils pour une programmation : ces compétences sont complémentaires et doivent être abordées chaque année à travers la pratique de diverses activités. Chaque activité physique sera abordée dans des modules de plusieurs séances, à raison d'une ou deux séances par semaine, sur la durée d'un demi-trimestre environ, soit au minimum six à sept séances.

Pour les plus petits (toute petite section, petite section) ces séances pourront être programmées de façon plus rapprochée : par exemple, une même activité de déplacements variés dans un environnement aménagé type « gymnique » (bancs, modules mousses, échelles, toboggans, tapis, tunnels...) pourra être poursuivie chaque jour pendant deux ou trois semaines. Il est également possible de programmer deux types de compétences par semaine : par exemple, une séance sur « Réaliser des actions à visée artistique, esthétique et/ou expressive » avec des rondes et jeux dansés, et les trois autres séances sur « Adapter des déplacements à différents types d'environnement » avec des engins roulants (pousseurs, tricycles...) et/ou des parcours aménagés type « activité gymnique ».

À raison d'une séance par jour, quatre activités par semaine peuvent être programmées. Bien entendu, les ressources et contraintes de l'environnement (mise à disposition de matériel, ou d'une salle spécialisée, sur un temps limité) peuvent également amener l'enseignant à programmer la même activité deux fois dans la semaine. Dans ce cas, le module d'apprentissage pourra être programmé sur un nombre inférieur de semaines.

Le plus important est que les enfants aient l'occasion de construire les différentes compétences dans des modules suffisamment longs pour que des apprentissages stables puissent être réalisés, et conduire ainsi les enfants vers des progrès réels et lisibles. »

Si l'on considère qu'une période scolaire dure environ 7 semaines, et à raison d'1 séance quotidienne, on peut donc organiser 3 ou 4 modules (de 7 à 9 séances) au cours de chaque période.

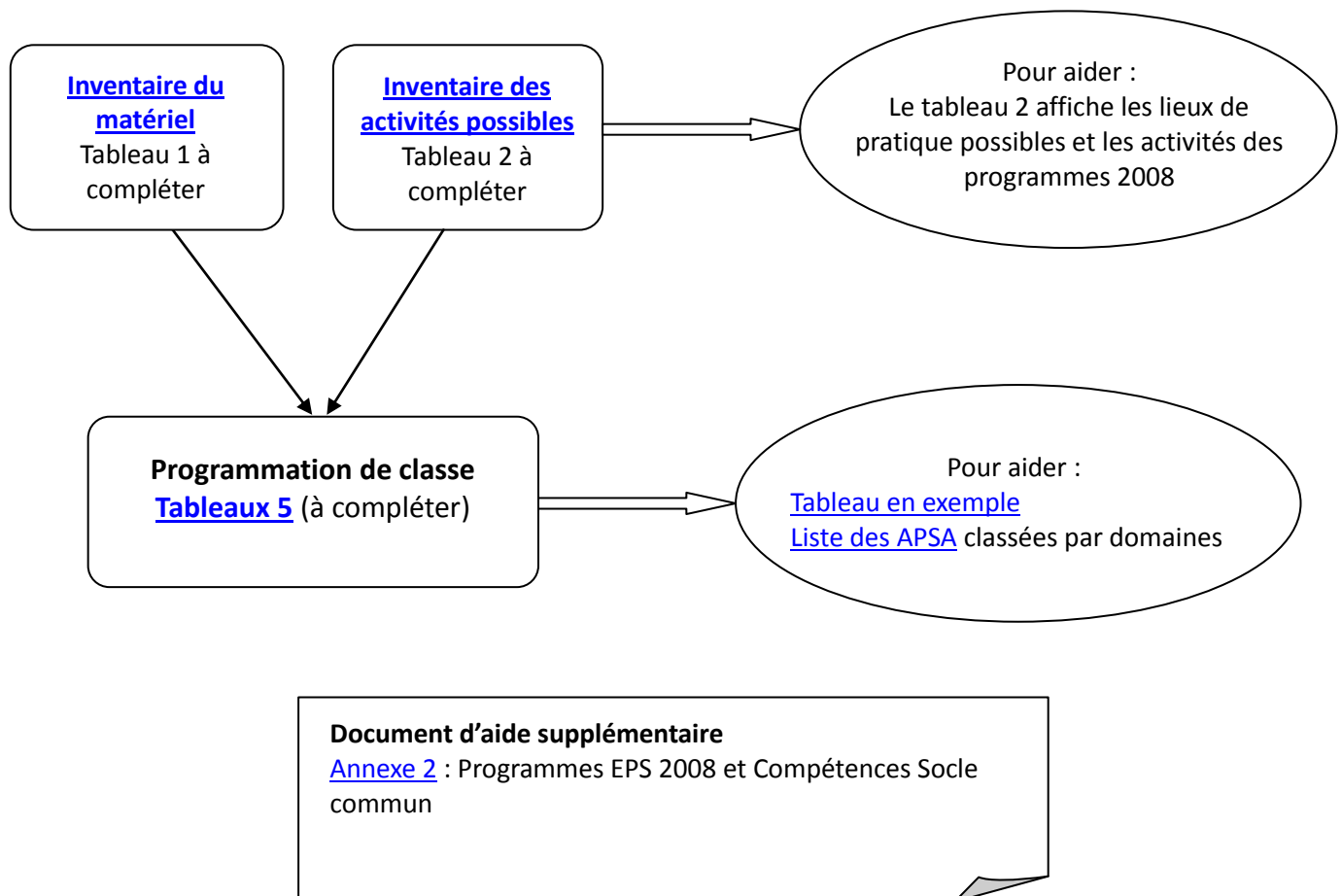
L'exemple de programmation ci-dessous prévoit 3 modules par période.

[SOMMAIRE](#)

Cette programmation favorise l'optimisation de l'utilisation de la salle de motricité, de l'harmonisation des activités en les adaptant au niveau de classe des élèves.

L'EPS permet d'évaluer certaines compétences attendues à la fin de l'école maternelle (voir document « bilan des acquisitions de l'école maternelle du livret scolaire), il convient donc de vous assurer que votre programmation permette la validation de chacune de ces compétences.

Naviguer dans les documents pour programmer



EXEMPLE DE PROGRAMMATION ANNUELLE POUR UNE CLASSE MATERNELLE ([retour navigation maternelle](#))

[SOMMAIRE](#)

Séance journalière	Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5
Activités physiques libres ou guidées courir, ramper, sauter, rouler, glisser, grimper, nager... s'équilibrer manipuler : agiter, tirer, pousser lancer-réceptionner: jeux de balles, jeux d'adresse, jeux d'opposition	Courir Sauter Lancer	Courir Sauter Lancer		Lancer dans, sous, au-dessus Courir Sauter, franchir (liaison d'actions)	
	Rouler, s'équilibrer...	Jeux d'orientation dans la cour. Manipuler : agiter, tirer	Nager (GS)	grimper, rouler, se balancer, glisser, se renverser etc.	Rouler, piloter (vélo, trottinette, porteur, etc.)
Activités qui comportent des règles en situations collectives Jeux pour coopérer Jeux pour s'opposer	Jeux collectif pour coopérer		Jeux pour s'opposer (jeux de lutte)	Jeux collectifs: pour s'opposer et pour coopérer	Jeux collectifs: pour s'opposer et pour coopérer
Activités d'expression à visée artistique Rondes Jeux dansés Mime Danse		Rondes et jeux chantés.	Activités d'expression : mime		Danse
Compétence transversale	Acquérir une image orientée de leur propre corps : devant, derrière, au-dessus, au-dessous, à droite, à gauche, loin et près. Suivre des parcours élaborés. Verbaliser et représenter des déplacements.				

- Mise en œuvre
- Critères de programmation
- Schéma de navigation dans le chapitre élémentaire
- Exemple de choix des activités
- Exemple de programmation annuelle au CP
- Exemple de programmation au CE2

PROGRAMMATION CYCLES 2 ET 3 ([retour navigation élémentaire](#))

[SOMMAIRE](#)

La programmation de chaque classe sera élaborée à partir du tableau de choix des activités de l'école construit préalablement par l'équipe. Votre programmation consiste à répartir les activités sur les 5 périodes (septembre-octobre, novembre-décembre, janvier-février, mars-avril, mai-juin) en tenant compte des possibilités d'intervenants extérieurs, du matériel, des locaux disponibles ainsi que de la météorologie.

L'EPS permet de développer et donc de valider certaines compétences des paliers 1 et 2, il convient donc de vous assurer que votre programmation permet que chacune des compétences soit développée et validée.

Mise en œuvre

Les différents tableaux à compléter de ce document doivent vous permettre d'harmoniser l'enseignement de l'EPS dans votre école.

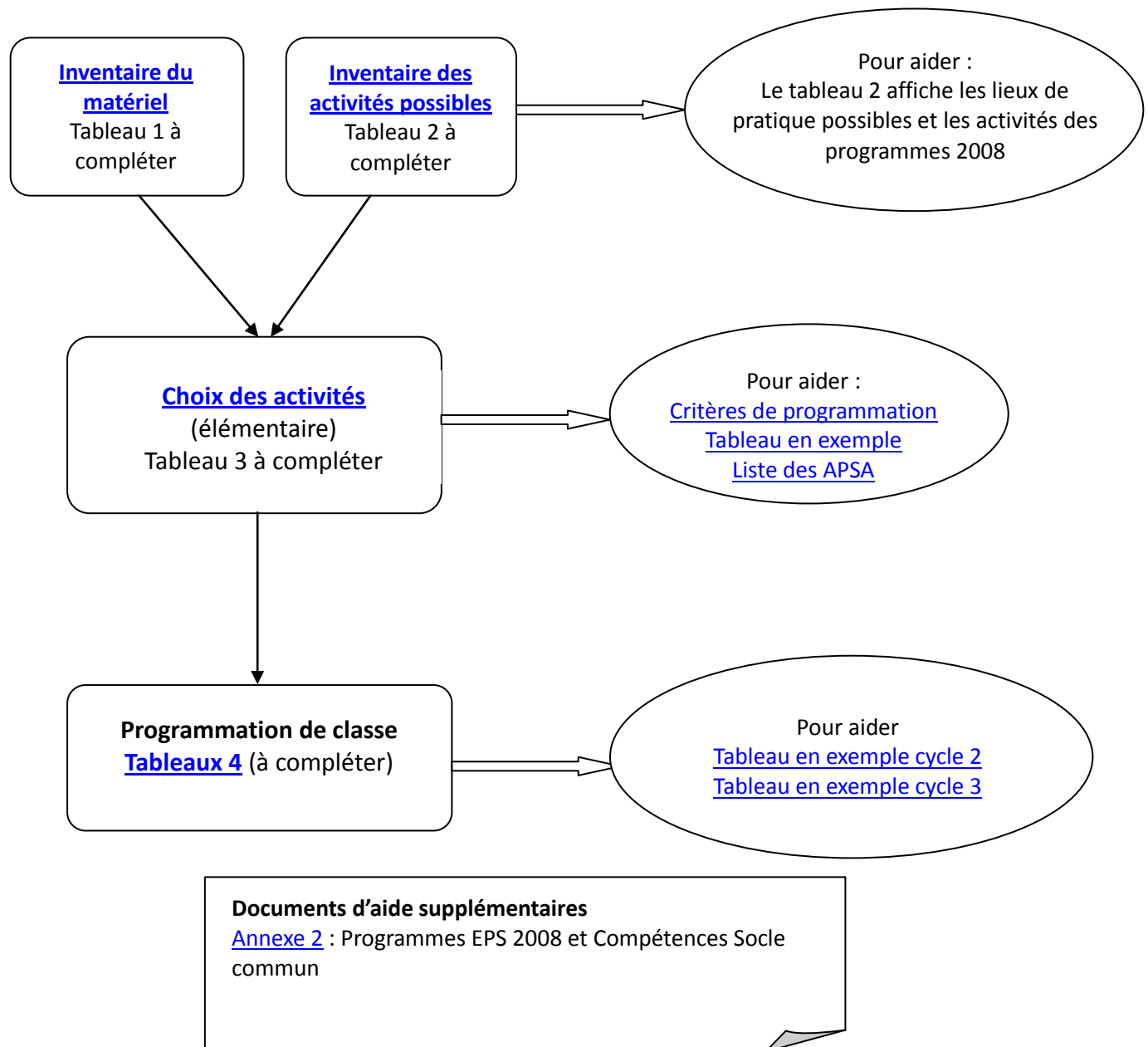
- ◆ Inventaire du matériel (celui de l'école, celui des installations spécifiques). Il peut être complété par le matériel disponible en circonscription ou à l'USEP (pour les écoles ayant une association USEP).
- ◆ Inventaire des activités physiques sportives et artistiques (APSA) pouvant être mises en œuvre dans l'école, en fonction des installations disponibles et du matériel (et des intervenants extérieurs).
- ◆ Choix des activités physiques et artistiques pour chaque compétence spécifique (en nombre d'unités d'apprentissage), pour chaque classe.
- ◆ Programmation annuelle de classe (organisation dans l'année scolaire des activités physiques et artistiques recensées dans le tableau précédent).

Critères de programmation ([retour navigation élémentaire](#))

- ◆ Dans chacune des années du cycle, les quatre compétences spécifiques sont abordées (réaliser une performance, adapter ses déplacements, coopérer et s'opposer, concevoir et réaliser des actions à visée expressive...)
- ◆ Chaque compétence est travaillée au travers d'une ou plusieurs activités. Ainsi, la compétence " Réaliser une performance mesurée " peut être travaillée à travers les activités athlétiques ou les activités de natation.
- ◆ Pour que les apprentissages soient réels, les modules d'apprentissage comptent au minimum cinq ou six séances d'une activité (9 à 18 modules d'apprentissage de 6 à 12 séances sur l'année).
- ◆ Les trois heures hebdomadaires seront réparties au minimum sur deux jours distincts par semaine. La pratique journalière, quand elle est réalisable dans des conditions acceptables, doit être recherchée à chaque fois que c'est possible.
- ◆ La compétence " S'affronter individuellement et/ou collectivement " sera obligatoirement travaillée chaque année au travers d'un module d'apprentissage sur les jeux ou sports collectifs. (avec la possibilité d'y ajouter un module de jeux de lutte ou de jeux de raquettes).
- ◆ Les heures de participation effectives des classes à différentes actions EPS (rencontres), à des projets spécifiques (Classe transplantée, Classe à PAC), à des événements festifs au cours de l'année peuvent

être comptabilisées dans les 108 heures. Vous avez donc une souplesse dans la gestion des modules d'apprentissage.

Naviguer dans les documents pour programmer



EXEMPLE DE CHOIX DES ACTIVITÉS PAR NIVEAUX DE CLASSES ([retour navigation élémentaire](#))

[SOMMAIRE](#)

Dans le tableau, l'organisation retenue est la suivante :

Pour chaque classe, on a déterminé 10 unités d'apprentissage d'activités physiques et artistiques, d'une durée moyenne de 10 heures.

		Réaliser une performance (mesurée au cycle 3)	Adapter ses déplacements à différents types d'environnement.	Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement	Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique.
CYCLE 2	CP	2 U.A. Athlétisme	2 U.A Orientation 1 U.A .Activités gymniques	2 U.A. Jeux traditionnels 1 U.A. Jeux de lutte	1 U.A. Danse 1 U.A. Activités gymniques
	CE1	2 U.A. Athlétisme	3 U.A. Natation 1 U.A. Orientation	1 U.A. Jeux traditionnels 1 U.A. Jeux de raquettes	1 U.A. Activités gymniques 1 U.A. Danse
CYCLE 3	CE2	2 U.A. Athlétisme	3 U.A. Natation 1 U.A. Orientation	1 U.A. Jeux collectifs 1 U.A. Jeux de lutte	1 U.A. Activités gymniques 1 U.A. Danse
	CM1	2 U.A. Athlétisme	1 U.A. Ski 1 U.A. Orientation	2 U.A. Jeux collectifs 1 U.A. Jeux de lutte 1 U.A. Jeux de raquettes	1 U.A. Danse 1 U.A. Activités gymniques
	CM2	2 U.A. Athlétisme	1 U.A. Orientation 1 U.A. Escalade	2 U.A. Jeux collectifs 1 U.A. Jeux de raquettes	1 U.A. Danse 1 U.A. Activités gymniques

Lecture du tableau

U.A. : unité d'apprentissage (ou encore cycle, module, séquence). D'une durée approximative de 10 heures réparties sur 8 à 12 séances en moyenne.

Natation : exemple donné pour un cycle de 15 séances de 40minutes mais décompté 30 heures (temps de déplacement).

Ski : exemple d'une semaine classe de découverte (4 ou 5 séances de 2 heures).

EXEMPLE DE PROGRAMMATION ANNUELLE POUR UNE CLASSE DE CP (CYCLE 2) ([retour navigation élémentaire](#))

[SOMMAIRE](#)

	Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5
Réaliser une performance Activités athlétiques : Courses de vitesse, de durée, de haies Sauts en hauteur, longueur Lancers loin	Athlétisme : courir, sauter, lancer			Jeux de course longue	
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements Natation, Orientation, Nautisme, Ski, Vélo, roller, Escalade, Équitation, Gymnastique	Orientation dans un milieu connu		Orientation dans un milieu connu		Activités gymniques
Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement Jeux traditionnels et jeux collectifs avec ou sans ballon (C2), Jeux de lutte et d'opposition, Jeux de raquettes		Jeux de lutte	Jeux traditionnels	Jeux traditionnels	
Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive Acrosport, Danse, Activités gymniques		Danse : rondes et jeux chantés			Activités gymniques

Construit à partir des UA déclarées dans le tableau exemple Choix des activités

EXEMPLE DE PROGRAMMATION ANNUELLE POUR UNE CLASSE DE CE2 (CYCLE 3) ([retour navigation élémentaire](#))

[SOMMAIRE](#)

	Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5
Réaliser une performance mesurée Activités athlétiques : Courses de vitesse, de durée, en relais (C3), de haies Sauts en hauteur, longueur Lancers loin	Course longue				Courir, lancer, sauter
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements Natation, Orientation, Nautisme, Ski, Vélo, roller, Escalade, Équitation, Gymnastique	Natation	Natation	Natation		Orientation dans un milieu inconnu (parc)
Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement Jeux traditionnels et jeux collectifs avec ou sans ballon (C2) jeux et sports collectifs (C3) Jeux de lutte et d'opposition Jeux de raquettes		Jeux collectifs		Jeux de lutte	
Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive Acrosport, Danse, Activités gymniques			Danse	Activités gymniques	

Construit à partir des UA déclarées dans le tableau exemple Choix des activités

Tableaux d'aide à la programmation à compléter

[SOMMAIRE](#)

- Inventaire du matériel
- Inventaire des installations
- Choix des activités par classe
- Programmation élémentaire vide (5 tableaux)
- Programmation maternelle vide (3 tableaux)

Tableau 1 ([retour navigation élémentaire](#) - [retour navigation maternelle](#))

INVENTAIRE DU MATÉRIEL DISPONIBLE DANS VOTRE ÉCOLE OU DANS LES INSTALLATIONS DISPONIBLES

Matériel de première nécessité		Matériel sportif de base	
CERCEAUX		BALLES LESTEES	
BATONS		MEDECINES BALL	
CORDELETTES		PETITES BALLES	
PLOTS		BALLONS FOOT-BALL	
ELASTIQUES		BALLONS HAND-BALL	
FOULARDS		BALLONS VOLLEY-BALL	
DOSSARDS		BALLONS RUGBY	
ANNEAUX		BALLONS BASKET-BALL	
PLOTS DE JALONNAGE		CROSSES DE HOCKEY	
RUBANS GRS		RAQUETTES TENNIS	
TAPIS DE CHUTE		RAQUETTES TENNIS DE TABLE	
BANCS		MINI RAQUETTES BOIS	
CORDES A SAUTER		JAVELOTS EN MOUSSE	
Matériel Gymnastique		Matériel de mesurage	
BARRES DE SUSPENSION		CHRONOS	
POUTRE		BOUSSOLES	
PLINTH		TAMBOURIN	
TRAMPOLINE		MAGNETOPHONE	
TAPIS		PERCUSSIONS	
PLAN INCLINE		DECAMETRE	
Matériel disponible par emprunt (circonscription, USEP...)			
<i>Exemple : ballon Kinball circonscription</i>			2

Tableau 2 élémentaire ([retour navigation élémentaire](#))

[SOMMAIRE](#)

INVENTAIRE DES ACTIVITES POSSIBLES DANS LES INSTALLATIONS DISPONIBLES

Recensez les activités que vous pouvez mener en fonction de chacune des installations (*glissez les activités dans le tableau : sélectionner l'activité puis glisser dans la cellule du tableau*).

Installations couvertes	Gymnase		Réaliser une performance (mesurée) activités athlétiques Courses de vitesse Course de durée Course de haies Course en relais (c3) Sauts en hauteur Sauts en longueur Lancers Adapter ses déplacements à différents types d'environnements Natation Orientation Nautisme Ski Vélo Roller Escalade Équitation Gymnastique Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement Jeux traditionnels et jeux collectifs avec ou sans ballon (C2) Jeux, sports collectifs (c3) Jeux de lutte et d'opposition Jeux de raquettes Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive Acrosport Danse Activités gymniques
	Piscine		
	Préau fermé		
	Salle aménagée		
	Salle de classe		
	Salle de motricité		
	Salle des fêtes		
	Patinoire		
	Skate Park		
Installations non couvertes	Plateau E.P.S.		
	Cour aménagée		
	Cour		
	Stade d'athlétisme		
	Terrain de football		
	Terrain non-aménagé		

Tableau 2 maternelle([retour navigation maternelle](#))

[SOMMAIRE](#)

INVENTAIRE DES ACTIVITES POSSIBLES DANS LES INSTALLATIONS DISPONIBLES

Recensez les activités que vous pouvez mener en fonction de chacune des installations (*glissez les activités dans le tableau : sélectionner l'activité puis glisser dans la cellule du tableau*).

Installations couvertes	Gymnase		<p>Activités physiques libres ou guidées</p> <p>Activités athlétiques Activités gymniques Activités aquatiques Activités de roule Activités de glisse Jeux de balle Jeux d'opposition Jeux d'adresse Natation</p> <p>Suivre des parcours élaborés. Verbaliser et représenter des déplacements</p> <p>Activités d'orientation</p> <p>Activités qui comportent des règles en situations collectives</p> <p>Jeux d'opposition duelle Jeux traditionnels et jeux collectifs</p> <p>Activité d'expression à visée artistique</p> <p>Rondes Mime Danse Activités gymniques</p>
	Piscine		
	Préau fermé		
	Salle aménagée		
	Salle de classe		
	Salle de motricité		
	Salle des fêtes		
	Patinoire		
	Skate Park		
Installations non couvertes	Plateau E.P.S.		
	Cour aménagée		
	Cour		
	Stade d'athlétisme		
	Terrain de football		
	Terrain non-aménagé		

Tableau 3 ([retour navigation élémentaire](#))

CHOIX DES ACTIVITÉS PAR NIVEAUX DE CLASSES

		Réaliser une performance (mesurée au cycle 3)	Adapter ses déplacements à différents types d'environnement.	Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement	Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique.
CYCLE 2	CP				
	CE1				
CYCLE 3	CE2				
	CM1				
	CM2				

Tableau 4-1 ([retour navigation élémentaire](#))
Programmation annuelle pour la classe de CP

[SOMMAIRE](#)

CP	Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5
Réaliser une performance Activités athlétiques : Courses de vitesse, de durée, de haies Sauts en hauteur, longueur Lancers loin					
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements Natation, Orientation, Nautisme, Ski, Vélo, roller, Escalade, Équitation, Gymnastique					
Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement Jeux traditionnels et jeux collectifs avec ou sans ballon (C2), Jeux de lutte et d'opposition, Jeux de raquettes					
Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive Acrosport, Danse, Activités gymniques					

Tableau 4-2 ([retour navigation élémentaire](#))**Programmation annuelle pour la classe de CE1**

CE1	Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5
Réaliser une performance Activités athlétiques : Courses de vitesse, de durée, de haies Sauts en hauteur, longueur Lancers loin					
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements Natation, Orientation, Nautisme, Ski, Vélo, roller, Escalade, Équitation, Gymnastique					
Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement Jeux traditionnels et jeux collectifs avec ou sans ballon (C2), Jeux de lutte et d'opposition, Jeux de raquettes					
Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive Acrosport, Danse, Activités gymniques					

Tableau 4-3 ([retour navigation élémentaire](#))

Programmation annuelle pour la classe de CE2

CE2	Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5
<p>Réaliser une performance mesurée Activités athlétiques : Courses de vitesse, de durée, en relais (C3), de haies Sauts en hauteur, longueur Lancers loin</p>					
<p>Adapter ses déplacements à différents types d'environnements Natation, Orientation, Nautisme, Ski, Vélo, roller, Escalade, Équitation, Gymnastique</p>					
<p>Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement Jeux traditionnels et jeux collectifs avec ou sans ballon (C2) jeux et sports collectifs (C3) Jeux de lutte et d'opposition Jeux de raquettes</p>					
<p>Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive Acrosport, Danse, Activités gymniques</p>					

Tableau 4-4 ([retour navigation élémentaire](#))**Programmation annuelle pour la classe de CM1**

CM1	Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5
Réaliser une performance mesurée Activités athlétiques : Courses de vitesse, de durée, en relais (C3), de haies Sauts en hauteur, longueur Lancers loin					
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements Natation, Orientation, Nautisme, Ski, Vélo, roller, Escalade, Équitation, Gymnastique					
Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement Jeux traditionnels et jeux collectifs avec ou sans ballon (C2) jeux et sports collectifs (C3) Jeux de lutte et d'opposition Jeux de raquettes					
Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive Acrosport, Danse, Activités gymniques					

Tableau 4-5 ([retour navigation élémentaire](#))**Programmation annuelle pour la classe de CM2**

CM2	Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5
Réaliser une performance mesurée Activités athlétiques : Courses de vitesse, de durée, en relais (C3), de haies Sauts en hauteur, longueur Lancers loin					
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements Natation, Orientation, Nautisme, Ski, Vélo, roller, Escalade, Équitation, Gymnastique					
Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement Jeux traditionnels et jeux collectifs avec ou sans ballon (C2) jeux et sports collectifs (C3) Jeux de lutte et d'opposition Jeux de raquettes					
Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive Acrosport, Danse, Activités gymniques					

Tableau 5-1 ([retour navigation maternelle](#))

Programmation annuelle pour la classe maternelle de PS

PS (Séance journalière)	Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5
Activités physiques libres ou guidées courir, ramper, sauter, rouler, glisser, grimper, nager... s'équilibrer manipuler : agiter, tirer, pousser lancer-réceptionner: jeux de balles, jeux d'adresse, jeux d'opposition					
Activités qui comportent des règles en situations collectives Jeux pour coopérer Jeux pour s'opposer					
Activités d'expression à visée artistique Rondes Jeux dansés Mime Danse					
Compétence transversale	Acquérir une image orientée de leur propre corps : devant, derrière, au-dessus, au-dessous, à droite, à gauche, loin et près. Suivre des parcours élaborés. Verbaliser et représenter des déplacements.				

Tableau 5-2 ([retour navigation maternelle](#))

Programmation annuelle pour la classe maternelle de MS

MS (Séance journalière)	Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5
Activités physiques libres ou guidées courir, ramper, sauter, rouler, glisser, grimper, nager... s'équilibrer manipuler : agiter, tirer, pousser lancer-réceptionner: jeux de balles, jeux d'adresse, jeux d'opposition					
Activités qui comportent des règles en situations collectives Jeux pour coopérer Jeux pour s'opposer					
Activités d'expression à visée artistique Rondes Jeux dansés Mime Danse					
Compétence transversale	Acquérir une image orientée de leur propre corps : devant, derrière, au-dessus, au-dessous, à droite, à gauche, loin et près. Suivre des parcours élaborés. Verbaliser et représenter des déplacements.				

Tableau 5-3 ([retour navigation maternelle](#))

Programmation annuelle pour la classe maternelle de GS

GS (Séance journalière)	Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5
Activités physiques libres ou guidées courir, ramper, sauter, rouler, glisser, grimper, nager... s'équilibrer manipuler : agiter, tirer, pousser lancer-réceptionner: jeux de balles, jeux d'adresse, jeux d'opposition					
Activités qui comportent des règles en situations collectives Jeux pour coopérer Jeux pour s'opposer					
Activités d'expression à visée artistique Rondes Jeux dansés Mime Danse					
Compétence transversale	Acquérir une image orientée de leur propre corps : devant, derrière, au-dessus, au-dessous, à droite, à gauche, loin et près. Suivre des parcours élaborés. Verbaliser et représenter des déplacements.				

Annexes

[SOMMAIRE](#)

- Liste des APSA par cycle
- Programmes EPS 2008 et compétences du socle commun

PROGRAMMES 2008 - ACTIVITÉS PHYSIQUES, SPORTIVES ET ARTISTIQUES

CYCLE 1	CYCLE 2	CYCLE 3
Activités physiques libres ou guidées	Réaliser une performance	Réaliser une performance mesurée
Activités athlétiques Activités gymniques Activités aquatiques Activités de roule Activités de glisse Jeux de balle Jeux d'opposition Jeux d'adresse	Activités athlétiques Natation	Activités athlétiques Natation
Se repérer et se déplacer dans l'espace ; décrire ou représenter un parcours simple	Adapter ses déplacements à différents types d'environnement	Adapter ses déplacements à différents types d'environnement
Activités d'orientation	Activités d'escalade Activités aquatiques et nautiques Activités de roule et glisse Activités d'orientation	Activités d'escalade Activités aquatiques et nautiques Activités de roule et glisse Activités d'orientation
Activités qui comportent des règles en situations collectives	Coopérer et s'opposer individuellement et collectivement	Coopérer et s'opposer individuellement et collectivement
Jeux d'opposition duelle Jeux traditionnels et jeux collectifs	Jeux de lutte Jeux de raquettes Jeux traditionnels et jeux collectifs avec ou sans ballon	Jeux de lutte Jeux de raquettes Jeux sportifs collectifs
Activités d'expression à visée artistique	Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique	Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique
Rondes Mime Danse Activités gymniques	Danse Activités gymniques	Danse Activités gymniques

Ce tableau est constitué des activités les plus fréquemment enseignées dans les établissements scolaires. L'enseignement s'appuiera de façon prioritaire sur ces activités. S'il est souhaitable de tendre vers une harmonisation des activités physiques, sportives et artistiques enseignées, il est aussi nécessaire de favoriser l'exploitation des ressources locales. C'est pourquoi d'autres activités peuvent être proposées :

Cirque, bicyclette, équitation, combat (judo, escrime...), canoë-kayak, golf, randonnée, ski, voile...

PROGRAMMES 2008 ET COMPETENCES SOCLE COMMUN**PROGRAMME DE L'ÉCOLE MATERNELLE - PETITE SECTION, MOYENNE SECTION, GRANDE SECTION
AGIR ET S'EXPRIMER AVEC SON CORPS**

L'activité physique et les expériences corporelles contribuent au développement moteur, sensoriel, affectif et intellectuel de l'enfant. Elles sont l'occasion d'explorer, de s'exprimer, d'agir dans des environnements familiers, puis, progressivement, plus inhabituels. Elles permettent de se situer dans l'espace.

L'enfant découvre les possibilités de son corps ; il apprend à agir en toute sécurité tout en acceptant de prendre des risques mesurés, et à fournir des efforts tout en modulant son énergie. Il exprime ce qu'il ressent, nomme les activités et les objets manipulés ou utilisés, dit ce qu'il a envie de faire.

Les enseignants veillent à proposer des situations et des activités renouvelées d'année en année, de complexité progressive ; ils s'attachent à ce que les enfants aient assez de pratique pour progresser et leur font prendre conscience des nouvelles possibilités acquises.

Par la pratique d'activités physiques libres ou guidées dans des milieux variés, les enfants développent leurs capacités motrices dans des déplacements (courir, ramper, sauter, rouler, glisser, grimper, nager...), des équilibres, des manipulations (agiter, tirer, pousser) ou des projections et réceptions d'objets (lancer, recevoir). Des jeux de balle, des jeux d'opposition, des jeux d'adresse viennent compléter ces activités. Les enfants coordonnent des actions et les enchaînent. Ils adaptent leur conduite motrice en vue de l'efficacité et de la précision du geste.

Par la pratique d'activités qui comportent des règles, ils développent leurs capacités d'adaptation et de coopération, ils comprennent et acceptent l'intérêt et les contraintes des situations collectives.

Les activités d'expression à visée artistique que sont les rondes, les jeux dansés, le mime, la danse permettent tout à la fois l'expression par un geste maîtrisé et le développement de l'imagination.

Grâce aux diverses activités, les enfants acquièrent **une image orientée de leur propre corps**. Ils distinguent ce qui est : devant, derrière, au-dessus, au-dessous, puis à droite et à gauche, loin et près. Ils apprennent à suivre des parcours élaborés par l'enseignant ou proposés par eux ; ils verbalisent et représentent ces déplacements.

À la fin de l'école maternelle l'enfant est capable de :

- adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés ;
- coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement ; accepter les contraintes collectives ;
- s'exprimer sur un rythme musical ou non, avec un engin ou non ; exprimer des sentiments et des émotions par le geste et le déplacement ;
- se repérer et se déplacer dans l'espace ;
- décrire ou représenter un parcours simple.

**CYCLE DES APPRENTISSAGES FONDAMENTAUX - PROGRAMME DU CP
ET DU CE1****ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE**

L'éducation physique vise le développement des capacités nécessaires aux conduites motrices et offre une première initiation aux activités physiques, sportives et artistiques. Tout en répondant au besoin et au plaisir de bouger, elle permet de développer le sens de l'effort et de la persévérance. Les élèves apprennent à mieux se connaître, à mieux connaître les autres ; ils apprennent aussi à veiller à leur santé.

La pratique des activités est organisée sur les deux années du cycle en exploitant les ressources locales.

Réaliser une performance

PROGRAMMES 2008 ET COMPETENCES SOCLE COMMUN

- Activités athlétiques : courir vite, longtemps, en franchissant des obstacles, sauter loin et haut, lancer loin.
- Natation : se déplacer sur une quinzaine de mètres.

Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

- Activités d'escalade : grimper jusqu'à 3 m et redescendre (mur équipé).
- Activités aquatiques et nautiques : s'immerger, se déplacer sous l'eau, se laisser flotter.
- Activités de rouler et glisse : réaliser un parcours simple en roller ou en vélo.
- Activités d'orientation : retrouver quelques balises dans un milieu connu.

Coopérer et s'opposer individuellement et collectivement

- Jeux de lutte : agir sur son adversaire pour l'immobiliser.
- Jeux de raquettes : faire quelques échanges.
- Jeux traditionnels et jeux collectifs avec ou sans ballon : coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires, en respectant des règles, en assurant des rôles différents (attaquant, défenseur, arbitre).

Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique

- Danse : exprimer corporellement des personnages, des images, des sentiments pour communiquer des émotions en réalisant une petite chorégraphie (3 à 5 éléments), sur des supports sonores divers.
- Activités gymniques : réaliser un enchaînement de 2 ou 3 actions "acrobatiques" sur des engins variés (barres, plinths, poutres, gros tapis).

PREMIER PALIER POUR LA MAÎTRISE DU SOCLE COMMUN : COMPÉTENCES ATTENDUES À LA FIN DU CE1

Compétence 6 : Les compétences sociales et civiques

L'élève est capable de :

- respecter les autres et les règles de la vie collective ;
- pratiquer un jeu ou un sport collectif en respectant les règles ;
- participer en classe à un échange verbal en respectant les règles de la communication ;
- appeler les secours ; aller chercher de l'aide auprès d'un adulte.

Compétence 7 : L'autonomie et l'initiative

L'élève est capable de :

- écouter pour comprendre, interroger, répéter, réaliser un travail ou une activité ;
- échanger, questionner, justifier un point de vue ;
- travailler en groupe, s'engager dans un projet ;
- maîtriser quelques conduites motrices comme courir, sauter, lancer ;
- se représenter son environnement proche, s'y repérer, s'y déplacer de façon adaptée ;
- appliquer des règles élémentaires d'hygiène.

CYCLE DES APPROFONDISSEMENTS - PROGRAMME DU CE2, DU CM1 ET DU CM2

ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

L'éducation physique et sportive vise le développement des capacités motrices et la pratique d'activités physiques, sportives et artistiques. Elle contribue à l'éducation à la santé en permettant aux élèves de mieux connaître leur corps, et à l'éducation à la sécurité, par des prises de risques contrôlées. Elle éduque à la responsabilité et à l'autonomie, en faisant accéder les élèves à des valeurs morales et sociales (respect de règles, respect de soi-même et d'autrui).

La pratique des activités est organisée sur les trois années du cycle en exploitant les ressources locales.

Réaliser une performance mesurée (en distance, en temps)

- Activités athlétiques : courir vite, courir longtemps, courir en franchissant des obstacles, courir en relais, sauter loin, sauter haut, lancer loin.
- Natation : se déplacer sur une trentaine de mètres.

PROGRAMMES 2008 ET COMPETENCES SOCLE COMMUN

Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

- Activités d'escalade : grimper et redescendre sur un trajet annoncé (mur équipé).
- Activités aquatiques et nautiques : plonger, s'immerger, se déplacer.
- Activités de roule et glisse : réaliser un parcours d'actions diverses en roller, en vélo, en ski.
- Activités d'orientation : retrouver plusieurs balises dans un espace semi-naturel en s'aidant d'une carte.

Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement

- Jeux de lutte : amener son adversaire au sol pour l'immobiliser.
- Jeux de raquettes : marquer des points dans un match à deux.
- Jeux sportifs collectifs (type handball, basket-ball, football, rugby, volley-ball...) : coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires, en respectant des règles, en assurant des rôles différents (attaquant, défenseur, arbitre).

Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique

- Danse : construire à plusieurs une phrase dansée (chorégraphie de 5 éléments au moins) pour exprimer corporellement des personnages, des images, des sentiments et pour communiquer des émotions, sur des supports sonores divers.
- Activités gymniques : construire et réaliser un enchaînement de 4 ou 5 éléments "acrobatiques" sur divers engins (barres, moutons, poutres, tapis).

DEUXIÈME PALIER POUR LA MAÎTRISE DU SOCLE COMMUN : COMPÉTENCES ATTENDUES À LA FIN DU CM2

Compétence 5 : La culture humaniste

L'élève est capable de :

- inventer et réaliser des textes, des œuvres plastiques, des chorégraphies ou des enchaînements, à visée artistique ou expressive.

Compétence 6 : Les compétences sociales et civiques

L'élève est capable de :

- respecter les autres, et notamment appliquer les principes de l'égalité des filles et des garçons ;
- avoir conscience de la dignité de la personne humaine et en tirer les conséquences au quotidien ;
- respecter les règles de la vie collective, notamment dans les pratiques sportives ;
- comprendre les notions de droits et de devoirs, les accepter et les mettre en application ;
- prendre part à un dialogue : prendre la parole devant les autres, écouter autrui, formuler et justifier un point de vue ;
- coopérer avec un ou plusieurs camarades ;
- faire quelques gestes de premier secours ;
- obtenir l'attestation de première éducation à la route ; savoir si une activité, un jeu ou un geste de la vie courante présente un danger vital.

Compétence 7 : L'autonomie et l'initiative

L'élève est capable de :

- respecter des consignes simples en autonomie ;
- montrer une certaine persévérance dans toutes les activités ;
- commencer à savoir s'auto-évaluer dans des situations simples ;
- s'impliquer dans un projet individuel ou collectif ;
- se respecter en respectant les principales règles d'hygiène de vie ; accomplir les gestes quotidiens sans risquer de se faire mal ;
- se déplacer en s'adaptant à l'environnement ;
- réaliser une performance mesurée dans les activités athlétiques et en natation ;
- utiliser un plan ;