

Progression Education physique

Période 1

Coopérer et s'opposer individuellement et collectivement

Jeux de ballons

Les lapins-chasseurs : éliminer les autres en les touchant avec la balle.

Tir au lièvre : éliminer les autres en les touchant avec la balle.

La balle assise : éliminer les autres en les touchant avec la balle.

Touche ballon : réussir à ne pas perdre la balle./intercepter ou dévier la balle.

Les voleurs de ballon : prendre le ballon aux passeurs

La balle morvandelle : garder la balle le plus longtemps possible en se faisant des passes. / gêner les attaquants et essayer de leur prendre la balle.

La passe à dix : réussir à faire 10 passes au sein de son équipe sans que la balle ne soit interceptée par l'équipe adverse.

Le joueur-but ou ballon-capitaine : faire le plus grand nombre de passes

Période 2

Réaliser une performance

Gymnastique

Réaliser plusieurs actions possibles sur différents engins : exploration libre du matériel

Réaliser des actions spécifiques codifiées : découverte des fiches et des familles d'actions spécifiques (rouler/voler/se renverser/franchir), utiliser les fiches qui correspondent à l'atelier choisi

Réaliser 1 ou 2 verbes d'actions spécifiques identiques sur des appareils différents : trouver la forme d'action motrice d'une famille qui peut être réalisée sur les autres ateliers

Enchaîner 2 actions différentes sans s'arrêter : essayer de lier des actions différentes

Nommer plusieurs actions spécifiques : montrer un enchaînement de 2 ou 3 actions et caractériser les verbes choisis

Donner des principes d'action simples pour les actions qu'on sait faire (règles d'exécution) : essayer de définir les placements des éléments du corps dans les actions

Évaluation : créer un enchaînement qui utilise 3 verbes d'action décrits dans les fiches et 2 autres actions libres sans s'arrêter

Progression Education physique - classe de GS/CP/CE1

Période 3

Coopérer et s'opposer individuellement et collectivement

Jeux de lutte

S'investir dans un rôle d'attaquant par des saisies rapprochées (« sortir le tas »)

Utiliser d'autres saisies que les mains pour attaquer (« mettre les voleurs en prison »)

Utiliser des saisies variées pour se défendre (« empêcher les assaillants d'entrer »)

S'approcher des adversaires pour les saisir efficacement (« faire sortir les assaillants »)

Trouver une distance et des appuis adaptés à une alternative attaquer/se défendre (« le béret »)

Déséquilibrer par l'action des bras (« la jambe de bois »)

Etablir des saisies très solides au corps à corps (« décrocher la moule du rocher »)

Utiliser l'action des jambes (« déplacer les statues »)

Utiliser l'action des jambes pour attaquer (« soulever l'adversaire »)

Créer et profiter du déséquilibre de l'adversaire. Accepter les chutes (« combat de coqs »)

Contrôler solidement l'adversaire (« épervier-immobilisation »)

Pour l'attaquant=déséquilibrer, pour le défenseur=réagir (« garder un pied sur terre »)

Profiter du déséquilibre et de la force de l'adversaire. Elargir les appuis (« faire poser un pied dans la flaque »)

Contrôler par des saisies pour pousser (« empêcher l'autre d'entrer »)

Rechercher des saisies au corps. Utiliser tout son poids en fléchissant sur les jambes. (« faire entrer l'autre »)

Contrôler et agir sur l'adversaire au sol (« retourner les tortues »)

Attaquant =déséquilibrer et contrôler la chute. Défenseur=accepter les chutes (« faire toucher le sol à une autre partie du corps que les pieds »)

Évaluation : mettre à terre l'adversaire et le maintenir

Progression Education physique - classe de GS/CP/CE1

Période 4

Réaliser une performance

Athlétisme

Parcours général

Courir droit/partir vite, arriver vite
S'organiser pour ajuster son geste de lancer
Enchaîner des impulsions (sauts vers l'avant)
S'organiser pour lancer loin
Adapter sa course à l'obstacle
Réaliser une impulsion verticale (saut vers le haut)

Parcours à dominante lancer (x2)

S'organiser pour ajuster son geste de précision/s'organiser pour un lancer à bras cassé
Enchaîner courir-lancer/position pied opposé au bras lanceur
Eloigner l'engin du corps dans un lancer en rotation
Se rééquilibrer latéralement/se rééquilibrer sur un contrepied
Réaliser une trajectoire ascendante/pied opposé au bras lanceur terminer face à l'obstacle
Savoir mobiliser le segment cuisse

Parcours à dominante saut (x2)

Enchaîner des impulsions
Tenir sa vitesse maximum au-delà de la ligne d'arrivée
Enchaîner des impulsions sur un pied
Déterminer son pied d'appel
Pousser (amplitude et puissance) sur la jambe arrière en course
Se recevoir sur les deux pieds/enchaîner courir-sauter

Parcours général

Évaluation : courir pendant 7"/lancer loin/courir et sauter loin/courir en passant les haies

Progression Education physique - classe de GS/CP/CE1

Période 5

Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

Natation

Identifier les contraintes du milieu aquatique : s'allonger et se redresser

Utiliser des appuis dans l'eau : se laisser flotter à la surface

Utiliser le principe de la poussée d'Archimède : explorer des positions d'équilibre

Adapter sa respiration dans le milieu aquatique : aller au fond chercher des objets
accepter de se laisser déséquilibrer
explorer les modes de propulsion