

# RÉFÉRENTIEL D'ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ



TRONC COMMUN

# SOMMAIRE

Avant-propos .....	3
Présentation générale des référentiels du tronc commun .....	5
<b>Enjeux et objectifs généraux</b> .....	18
<b>Contenus d'apprentissage et attendus</b> .....	23
1 <sup>re</sup> PRIMAIRE .....	23
2 <sup>e</sup> PRIMAIRE .....	32
3 <sup>e</sup> PRIMAIRE .....	41
4 <sup>e</sup> PRIMAIRE .....	50
5 <sup>e</sup> PRIMAIRE .....	59
6 <sup>e</sup> PRIMAIRE .....	68
1 <sup>re</sup> SECONDAIRE .....	78
2 <sup>e</sup> SECONDAIRE .....	88
3 <sup>e</sup> SECONDAIRE .....	98
<b>Visées transversales</b> - Domaines 6, 7 et 8 .....	107
<b>Croisements entre disciplines</b> .....	116
<b>Tableaux synoptiques</b> .....	126

# AVANT-PROPOS

Notre société ne cesse d'être bousculée, interpellée par des transformations profondes, survenant à un rythme pour le moins soutenu. Notre société ne cesse de se densifier et de se complexifier. C'est un défi permanent qui impose à la Fédération Wallonie-Bruxelles de doter l'ensemble des élèves d'un bagage réellement commun, étendu, solide et ambitieux. C'est sur la maîtrise, par tous, de connaissances et de compétences essentielles que porte la double exigence d'équité et d'efficacité de notre école.

Dans cette perspective, il importait d'écrire de nouveaux référentiels adaptés aux exigences d'une formation commune des citoyennes et des citoyens du 21<sup>e</sup> siècle et à celles du « Pacte pour un enseignement d'excellence ». En effet, les « Socles de compétences » ayant prévalu pendant 20 ans dans l'enseignement fondamental et le début de l'enseignement secondaire, nécessitaient d'être repensés et actualisés. Ceci, afin de permettre aux jeunes de demain d'acquérir des connaissances et des compétences qui ne sont pas (ou pas suffisamment) enseignées dans le parcours scolaire d'aujourd'hui et par là même, contribuer à leur insertion socioprofessionnelle et à les rendre lucides, autonomes et acteurs de leur vie.

C'est ainsi qu'un vaste projet d'élaboration des référentiels du tronc commun a démarré en 2018. À l'instar des autres chantiers du Pacte, ils ont mobilisé une large participation. Ces référentiels ont été conçus par dix groupes rédactionnels composés de représentants du Service général de l'inspection, des (fédérations de) pouvoirs organisateurs – conseillers pédagogiques, directeurs ou enseignant(e)s de terrain – de membres de la Direction générale du Pilotage du Système éducatif et d'experts académiques.

L'écriture de ces référentiels s'est déroulée sous la supervision de la « Commission des référentiels et des programmes », garante de la cohérence d'ensemble et de l'atteinte des qualités visées : la précision, la clarté, la juste progressivité, la cohérence verticale (entre les années) et horizontale (entre les disciplines d'une année) et, enfin, le réalisme des contenus et des attendus. En phase de finalisation, un important processus de relecture globale a été mis sur pied, impliquant des enseignant(e)s de terrain et des experts académiques, afin d'évaluer la clarté et le réalisme des référentiels, tant d'un point de vue quantitatif que qualitatif, et de les adapter au besoin.

Ces référentiels modernisent et diversifient les apprentissages. Ils cherchent à renforcer la maîtrise des savoirs de base et traduisent la plus grande place accordée aux langues modernes, à l'éducation culturelle et artistique, à l'éducation physique et à la santé, à la formation manuelle, technique, technologique et numérique. Enfin, ils identifient les apprentissages qui contribuent aux visées transversales propices au développement citoyen des élèves et à leur orientation positive. Tout en veillant à construire un premier bagage solide, commun à tous les élèves, ces référentiels alimentent le désir et le plaisir d'apprendre. Les savoirs, savoir-faire et compétences visés ont été sélectionnés en évitant de soumettre les élèves, trop tôt ou trop vite, à des apprentissages formels. Ils entendent respecter le développement de chaque élève.

Tant la recherche d'un équilibre entre exigence et bienveillance que la préoccupation d'un enseignement plus équitable et inclusif font partie des ambitions du Pacte et tronc commun. Nous pensons que ces référentiels contribueront à rencontrer ces ambitions.

Bien que nouveaux, ces référentiels s'inscrivent dans une certaine continuité avec les *Socles de compétences*. Ces derniers seront remplacés progressivement au fur et à mesure du déploiement de la réforme du tronc commun. Ces référentiels seront d'application dans les établissements dès la rentrée 2022, pour les 1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> années primaires, dès 2023, pour les 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> primaires, dès 2024, pour la 5<sup>e</sup> primaire, et ainsi de suite, selon une progression annuelle, jusqu'en 2028 (3<sup>e</sup> année du secondaire).

L'enjeu et le défi sont enthousiasmants et à la hauteur de notre passion commune pour l'enseignement. En tant que premiers acteurs du changement, nous vous invitons à les découvrir, à vous familiariser avec leur philosophie, en espérant qu'ils seront inspirants, enrichissants et utiles à vos pratiques pédagogiques personnelles.

A blue ink signature of Caroline Désir, consisting of a stylized 'C' and 'D'.

Caroline DÉSIR  
Ministre de l'Éducation

# PRÉSENTATION GÉNÉRALE DES RÉFÉRENTIELS DU TRONC COMMUN

## 1. L'ÉCRITURE DES RÉFÉRENTIELS DANS LE CADRE DU « PACTE POUR UN ENSEIGNEMENT D'EXCELLENCE »

### 1.1 Finalités et enjeux de l'implémentation du tronc commun

---

Les évolutions complexes, les défis et les exigences accrues de nos sociétés imposent de doter l'ensemble des élèves de la Fédération Wallonie-Bruxelles d'un bagage réellement commun, étendu, solide et ambitieux. C'est sur la maîtrise, par tous, de cet essentiel que porte la double exigence d'efficacité et d'équité de notre école.

Dans cette perspective, le nouveau tronc commun renforcé et redéfini dans ses contenus et dans ses modalités vise à ce que chaque élève, quel que soit son profil, acquière, d'une part, l'ensemble des savoirs fondamentaux de nature à l'outiller pour l'apprentissage tout au long de la vie, et, d'autre part, des savoirs, des savoir-faire et des compétences nécessaires au développement d'une citoyenneté ouverte sur le monde et à l'épanouissement personnel, social, culturel et professionnel.

Durant cette formation, chaque élève sera amené, quelle que soit l'orientation ultérieure de ses études, à maîtriser un bagage scolaire de base. Ce socle, composé d'un ensemble de savoirs, de savoir-faire et de compétences, lui permettra à la fois de poursuivre sa formation et de rencontrer les finalités générales du tronc commun :

- exercer une citoyenneté émancipée, critique, créative et solidaire des générations actuelles et futures ;
- acquérir des savoirs et des outils de compréhension plurielle du monde, en vue de penser et d'agir ;
- développer un plaisir d'apprendre soutenu et renouvelé ;
- s'épanouir dans les différentes facettes de sa personnalité ;
- acquérir des outils de construction de son identité sociale, réelle et virtuelle ;
- s'ouvrir à la pluralité des activités humaines dans la perspective d'un choix positif et murement réfléchi d'étude ;
- continuer à apprendre dans une société complexe et mondialisée.

Le tronc commun vise également à mettre en place les conditions d'une réduction conséquente de l'échec scolaire et du redoublement et celles d'une orientation éclairée et positive des élèves. En effet, l'élargissement de la palette des apprentissages proposés aux élèves contribuera à rendre leur choix de filière ultérieure moins négatif. Ce choix ne sera plus dicté, en creux, par ce que les élèves cherchent à éviter, mais par ce qu'ils souhaitent approfondir sur la base de la découverte, dénuée de hiérarchisation, d'une large gamme d'activités et de champs d'expertises humains (technique, artistique, sportif, logico-mathématique, etc.). Cette orientation positive et le recul du choix de la filière constituent en outre un facteur reconnu d'une plus grande égalité sociale face à l'école, que ce soit en termes d'acquis ou de par-

cours. Tant la recherche d'un équilibre entre exigence et bienveillance que la préoccupation d'un enseignement plus équitable et inclusif animent l'ensemble du Pacte et le futur tronc commun en particulier.

Pour déployer le tronc commun et atteindre ses objectifs, l'écriture de nouveaux référentiels adaptés aux exigences du Pacte constituait une indispensable condition. Les référentiels sont en effet les clés de voute du curriculum scolaire. En définissant de manière précise ce que tous les élèves doivent apprendre durant le tronc commun, ils assurent la cohérence et la progressivité de leurs apprentissages. Conformément au Code de l'enseignement<sup>1</sup>, les référentiels<sup>2</sup> impactent et harmonisent la confection ultérieure des programmes par les Pouvoirs Organisateur et les Fédérations de Pouvoirs Organisateur, et donc ce qui sera en fin de compte enseigné dans les classes. Les référentiels revêtent donc une importance capitale en ce qu'ils constituent un contrat entre l'école et la société. Bénéficiant d'un statut décretaal et se situant à un niveau interréseaux, les référentiels définissent ce qui doit être appris aux différents moments de la scolarité et précisent les attendus par rapport à ces contenus d'apprentissage (le « quoi apprendre »)<sup>3</sup>. Les programmes, quant à eux, proposent des orientations méthodologiques, des dispositifs et des situations pédagogiques qui sont de nature à installer ces contenus<sup>4</sup>.

Le référentiel des « Socles de compétences », qui balisait les apprentissages de l'école maternelle à la 2<sup>e</sup> année du secondaire, a prévalu pendant une vingtaine d'années. Entretemps, la société et le monde ayant considérablement changé, les attentes relatives à l'école, qui se doit de préparer les jeunes à l'avenir, devaient évoluer. L'écriture de nouveaux référentiels s'imposait donc, en regard, d'une part, des objectifs du Pacte et, d'autre part, des exigences d'une formation commune des citoyens du XXI<sup>e</sup> siècle. Toutefois, une certaine continuité avec l'ancien n'a pas été exclue, loin de là : des pans importants de la formation commune antérieure conservent leur pertinence dans le curriculum du tronc commun. Par ailleurs, l'écriture de nouveaux référentiels a été l'occasion de réévaluer, de repenser et d'améliorer le parcours des apprentissages, notamment en termes de clarté, de précision et de progressivité (voir *infra*, point 1.4). Elle a cherché en outre à moderniser le curriculum, en identifiant des connaissances et des compétences aujourd'hui essentielles.

## 1.2 Vue d'ensemble du curriculum : domaines et référentiels

Les principales visées d'apprentissage du tronc commun sont définies au sein de huit domaines (voir tableau ci-dessous). Un premier référentiel, intitulé « référentiel des compétences initiales », identifie l'ensemble des apprentissages destinés aux élèves de l'école maternelle. Pour le reste de la scolarité du tronc commun, les visées des cinq premiers domaines s'incarnent au sein de neuf référentiels disciplinaires. En complément des cinq domaines spécifiques, trois domaines transversaux, plus novateurs, complètent le curriculum.

1 Code de l'enseignement fondamental et de l'enseignement secondaire.

2 « Référentiel : le référentiel présente de manière structurée les savoirs, savoir-faire et les compétences à acquérir dans une discipline ou plusieurs disciplines » (Code de l'enseignement fondamental et de l'enseignement secondaire, Titre 3, article 1.3.1-1, 50°).

3 Les définitions des termes « contenu d'apprentissage » et « attendu » sont précisées au point 3.1.

4 « Programmes d'études : l'ensemble d'orientations méthodologiques, de dispositifs et de situations pédagogiques, intégrant les contenus d'apprentissage, c'est-à-dire les savoirs, savoir-faire, et compétences, et les attendus définis dans les référentiels visés au Titre 4, Chapitres 2 et 3 » (Idem, Titre 3, article 1.3.1-1, 49°).

« *La créativité, l'engagement et l'esprit d'entreprendre* » constitue le premier de ces domaines transversaux. Il concerne l'aptitude à associer des actes aux idées, c'est-à-dire à transformer des réflexions en actions et en projets effectifs. L'esprit d'entreprendre suppose de l'initiative, de la créativité, de l'innovation et de l'engagement, ainsi que la capacité de programmer et de gérer des projets en vue de la réalisation d'objectifs.

Le deuxième domaine transversal, « *Apprendre à apprendre et poser des choix* », est relatif à la capacité des élèves d'organiser leurs apprentissages et la réalité qui les entoure. En prenant conscience, en analysant et en régulant les opérations mentales impliquées dans la gestion de leurs apprentissages, ils maîtrisent progressivement les principales compétences méthodologiques du « métier d'élève ».

« *Apprendre à s'orienter* » constitue le troisième domaine transversal incarnant par excellence la fonction essentielle d'aide à l'orientation de l'ensemble du curriculum du tronc commun. Ce qui est visé ici est la capacité de chaque élève de se mettre en projet et de se forger progressivement une vision de l'avenir.

Les huit domaines d'apprentissage sont les suivants :

	DOMAINES SPÉCIFIQUES	DOMAINES TRANSVERSAUX
<b>Maternel</b>	Domaine 1 : Français, Arts et Culture Domaine 2 : Langues modernes Domaines 3 et 4 : Premiers outils d'expérimentation, de structuration, de catégorisation et d'exploration du monde Domaine 5 : Éducation physique, Bien-être et Santé Référentiel des compétences initiales <sup>5</sup>	Domaine 6 : Créativité, Engagement et Esprit d'entreprendre  Domaine 7 : Apprendre à apprendre et Poser des choix
	Domaine 1 : Français, Arts et Culture Référentiel de Français – Langues anciennes Référentiel d'Éducation culturelle et artistique Domaine 2 : Langues modernes Référentiel de Langues modernes <sup>6</sup> Domaine 3 : Mathématiques, Sciences et Techniques Référentiel de Mathématiques Référentiel de Sciences Référentiel de Formation manuelle, technique, technologique et numérique Domaine 4 : Sciences humaines, Éducation à la philosophie et à la citoyenneté, Religion ou Morale <sup>7</sup> Référentiel de Formation historique, géographique, économique et sociale Référentiel d'Éducation à la philosophie et à la citoyenneté Domaine 5 : Éducation physique, Bien-être et Santé Référentiel d'Éducation physique et à la santé	Domaine 6 : Créativité, Engagement et Esprit d'entreprendre  Domaine 7 : Apprendre à apprendre et Poser des choix  Domaine 8 : Apprendre à s'orienter
<b>De la 1<sup>re</sup> primaire à la 3<sup>e</sup> secondaire</b>		

5 Pour le niveau maternel, le référentiel dit des « compétences initiales » recouvre l'ensemble des domaines du tronc commun, à l'exception du domaine 8. Vu les spécificités du niveau maternel, les noms des domaines sont légèrement adaptés par rapport à ceux du reste du tronc commun.

6 Valable à partir de la P3.

7 Religion ou Morale : non couverts par les présents référentiels.

Ces huit domaines ont l'ambition de baliser ce que doit recouvrir aujourd'hui un curriculum de formation commune. Ils constituent et visent un « essentiel », c'est-à-dire ce que tous les élèves devraient savoir et savoir-faire à l'issue de leur parcours de base.

Les choix curriculaires ont été guidés par le souci, d'une part, de renforcer les savoirs, savoir-faire et compétences de base et, d'autre part, de mettre en valeur des disciplines, des contenus ou des aptitudes peu travaillés jusque-là, alors même qu'ils contribuent au développement et à l'épanouissement des futurs citoyens de notre temps. À l'échelle de l'ensemble du tronc commun, ces principes ont donné lieu à des réaménagements de la place qu'occupaient les différentes disciplines dans les grilles horaires et à la création de nouveaux référentiels. Parmi ces changements, relevons :

- une attention particulière à l'acquisition des savoirs de base en maternel et en primaire (« lire, écrire, compter, calculer ») et plus globalement, à l'amélioration de la maîtrise de la langue, qui sera travaillée à la fois au sein des périodes hebdomadaires consacrées au français, mais aussi, transversalement, au travers des autres disciplines et en assurant une initiation aux langues anciennes à tous les élèves, dans le secondaire ;
- la mise en œuvre d'une formation polytechnique et pluridisciplinaire s'incarnant en particulier, au sein d'une plus grande variété de domaines d'apprentissage, dans le développement d'une formation technologique, manuelle et numérique visant notamment à assurer une littératie numérique à chaque élève ;
- le renforcement de l'éducation culturelle et artistique tout au long du tronc commun, couplée à l'ambition plus large d'assurer à tous les élèves un véritable Parcours d'éducation culturelle et artistique (PECA) durant l'ensemble de leur scolarité. Le référentiel d'Éducation culturelle et artistique du tronc commun est un des éléments traduisant cette ambition, mais l'un des éléments seulement. En effet, plus largement, la culture, la sensibilisation artistique et la mise en valeur de la créativité au sens large traversent les autres référentiels du tronc commun ;
- le renforcement de l'apprentissage des langues modernes, qui apparaissent plus tôt que précédemment dans le parcours, avec le démarrage de l'apprentissage d'une première langue étrangère en 3<sup>e</sup> année primaire au sein de toute la Fédération et d'une seconde langue étrangère, dès la 2<sup>e</sup> année du secondaire. Par ailleurs, « l'Éveil aux langues » fait partie des apprentissages travaillés de la 1<sup>re</sup> maternelle à la 2<sup>e</sup> primaire par l'enseignant titulaire et à raison d'une période par semaine. Cet éveil aux langues propose une ouverture à une diversité de langues. En ce sens, il ne porte pas uniquement sur les langues traditionnellement enseignées dans les écoles en Fédération Wallonie-Bruxelles. Les activités d'éveil aux langues consistent à découvrir, explorer et comparer une variété de langues, de divers statuts (langue de l'école, langue du voisin, langues européennes, langue des migrants, langues régionales...). Ainsi, parallèlement à sa dimension linguistique et à son attention particulière au sonore, au chant et au rythme, l'éveil aux langues permet de s'ouvrir progressivement à d'autres cultures, contribuant à la visée d'une société davantage tolérante et ouverte. Le cours de langue moderne prend le relai de cette démarche d'ouverture initiée par l'éveil aux langues ;
- l'insistance sur l'importance de la formation en sciences humaines dès le plus jeune âge, en mettant davantage en valeur les apprentissages relatifs aux sciences économiques et sociales ;
- le renforcement de l'éducation physique et son élargissement aux aspects liés à la santé ;
- l'identification de contenus d'apprentissage pouvant concourir à asseoir les visées transversales des domaines 6, 7 et 8 et d'articulations possibles entre différents domaines et disciplines (voir *infra*, point 1.5) ;
- enfin, la mise en place d'un accompagnement personnalisé pour l'équivalent d'au moins deux périodes hebdomadaires durant lesquelles l'encadrement est renforcé, afin de faciliter une prise en charge personnalisée des élèves, individuellement ou par groupes de taille variable.

### 1.3 Élaboration des référentiels

---

Composés de représentants du service de l'Inspection, de représentants des Fédérations de Pouvoirs Organisateurs – conseillers pédagogiques et enseignants en exercice – et d'experts académiques, dix groupes de travail ont été chargés de définir le curriculum du tronc commun, depuis la 1<sup>re</sup> année maternelle jusqu'à la 3<sup>e</sup> année secondaire.

Pour baliser les activités de ces groupes de travail, une « Charte des référentiels » a déterminé préalablement un ensemble de consignes rédactionnelles et un canevas d'écriture. Un cahier des charges spécifique a également encadré le travail de chaque groupe, ce document apportait notamment des précisions sur le contexte de sa mission, le mode de fonctionnement du groupe, les visées de la discipline traitée et les livrables spécifiques attendus.

Aux différentes étapes de leur conception, les projets de référentiels ont été relus et commentés par des comités de lecture composés principalement d'enseignants de terrain. L'élaboration progressive des référentiels s'est en outre déroulée sous la supervision de la « Commission des référentiels et des programmes », garante de la cohérence d'ensemble et de l'atteinte des qualités visées (voir point suivant). En phase de finalisation, un important processus de relecture globale a été mis sur pied, auprès d'enseignants de terrain et d'experts académiques, afin d'évaluer la clarté et le réalisme des référentiels, tant d'un point de vue quantitatif que qualitatif, et de les adapter au besoin.

### 1.4 Qualités visées pour les référentiels du tronc commun

---

Chaque groupe de travail rédactionnel a respecté un cahier des charges qui lui était spécifique mais également une « Charte des référentiels », commune à tous les groupes, définissant un ensemble de qualités à atteindre. Cette Charte a assuré la jonction entre les principes du Pacte et les modifications du curriculum qu'ils requéraient.

#### 1.4.1 Modestie, réalisme et centration sur un essentiel

Pour chaque référentiel, les rédacteurs ont été invités à se centrer sur l'essentiel, c'est-à-dire sur « ce qu'il n'est pas permis d'ignorer », en évitant la compilation de « tout ce qu'il est possible de savoir ». Cette qualité attendue visait à éviter une surabondance des contenus qui aurait nui à une approche en profondeur des acquisitions. Il s'agissait par ailleurs de veiller à ce que le contenu des référentiels puisse être travaillé de manière complète et effective dans toutes les classes. De ce point de vue, il est important de rappeler, pour la 3<sup>e</sup> année secondaire en particulier, que les contenus du tronc commun polytechnique et pluridisciplinaire n'ont pas été calibrés sur les seuls contenus actuellement dispensés dans l'enseignement général. L'ambition et l'exigence n'ont toutefois nullement été éludées ; elles se sont traduites par la définition d'un bagage d'apprentissages incontournables, permettant d'être embrassés et maîtrisés par tous. Ces apprentissages seront, pour la plupart, prolongés et approfondis au-delà du tronc commun.

#### 1.4.2 Précision et souci d'une progression fluide

On touche ici à l'une des qualités des référentiels parmi les plus contributives à la réussite des apprentissages. Sans entraver la liberté pédagogique des rédacteurs de programmes (qui définissent le « comment »), les référentiels du tronc commun (qui se centrent sur le « quoi ») ont veillé à expliciter clairement et précisément les contenus et les attendus d'apprentissage ainsi que leur progression. Un niveau d'exi-

gence adéquat et correctement calibré a été recherché, en tenant compte du développement cognitif et psycho-affectif de l'élève et de l'hétérogénéité des rythmes d'apprentissage.

Pour atteindre le degré de précision recherché, les contenus et les attendus sont définis par année au sein des référentiels. Cette annualisation affine la définition progressive des apprentissages et en assure la fluidité d'une année à l'autre. Les progressions ont été lissées de manière à éviter les ruptures que peuvent constituer des sauts cognitifs trop importants d'une année ou d'un niveau à l'autre. À cette fin, les groupes rédactionnels ont été particulièrement attentifs à assurer les continuités nécessaires entre les niveaux maternel et primaire ainsi qu'entre le primaire et le secondaire. L'annualisation des contenus et attendus n'a toutefois pas empêché que des périodisations plus larges soient envisagées, notamment dans le cadre d'une approche spiralaire. Lorsque les contenus repérés s'y prêtaient, cette approche a été privilégiée de manière à ce qu'un savoir, un savoir-faire ou encore une compétence puissent être abordés plusieurs fois, en étant renforcés, affinés et complétés au fil du curriculum.

En particulier, les attendus annualisés constituent de très utiles repères de progressivité : ils permettent aux enseignants de disposer d'une indication claire et précise à propos de ce qu'ils doivent effectivement travailler à l'échelle de l'année.

#### 1.4.3 Savoirs, savoir-faire et compétences

Conformément aux préconisations du « Pacte pour un enseignement d'excellence », les référentiels revalorisent globalement la place des savoirs disciplinaires et culturels fondamentaux. Cette valorisation se justifie par le caractère émancipateur intrinsèque des savoirs, fondateurs d'une culture citoyenne partagée et socles de l'exercice d'un esprit critique, ce qui implique qu'ils soient clairement listés et définis dans les référentiels, tant en termes de contenus d'apprentissages que d'attendus. Les savoir-faire, quant à eux, permettent notamment l'automatisation de certaines démarches essentielles.

Les savoirs ne se réduisent pas au statut de « ressources » au service de l'acquisition de compétences. Ils se rapportent soit au développement d'une (ou de plusieurs) compétence(s), soit à une autre visée, en particulier au développement d'une culture commune, à l'appropriation de clés de compréhension du monde et/ou l'installation d'attitudes d'engagement citoyen. Dans cette perspective, les savoirs à installer font l'objet d'attendus, au même titre que les compétences et les savoir-faire.

Selon le Code<sup>8</sup>, on entend, dans l'ensemble des référentiels du tronc commun, par :

- savoir : fait ou ensemble de faits, définition, concept, théorie, modèle ou outil linguistique ;
- savoir-faire : procédure, geste, technique, schéma de résolution, standardisés et automatisés par l'apprentissage et l'entraînement<sup>9</sup> ;
- compétence : aptitude à mettre en œuvre un ensemble organisé de savoirs, de savoir-faire et de savoir-être permettant d'accomplir un certain nombre de tâches.

#### 1.4.4 Cohérence verticale et horizontale

En matière de cohérence verticale, chaque référentiel cherche à assurer une continuité explicite avec ce qui a été enseigné durant les années précédentes et ce qui sera enseigné après, de manière à éviter

8 Code de l'enseignement fondamental et de l'enseignement secondaire, article 1.3.1-1.

9 Ce trait distingue les savoir-faire de la compétence qui nécessite une analyse particulière et un traitement adapté d'une situation qui, pour être proche de situations (re)connues, n'en est pas moins différente.

les possibles effets de ruptures (voir ci-dessus). Les introductions annuelles présentes dans chaque référentiel veillent à préciser où se situent les spécificités des apprentissages de l'année en cours dans la cohérence d'ensemble. Les référentiels proposent aussi des tableaux synoptiques permettant d'embrasser la cohérence d'une progression d'ensemble (voir *infra*, point 2.1).

En matière de cohérence horizontale, chaque référentiel identifie également les liens possibles avec les autres référentiels d'une même année et avec les visées transversales des domaines 6, 7 et 8 (voir *infra*, point 1.5).

#### **1.4.5 Transparence et accessibilité**

Les référentiels ont été rédigés de la manière la plus explicite et la plus compréhensible possible, en vue de favoriser leur appropriation par l'ensemble des acteurs internes et externes à l'école, en particulier par les enseignants. Chaque citoyen devrait idéalement être en mesure d'appréhender le contrat qui lie l'école et la société et ce que cette dernière considère comme devant être appris par tous durant le tronc commun.

#### **1.4.6 Capacité à soutenir le désir et le plaisir d'apprendre des élèves**

Un des enjeux du curriculum du tronc commun est de faire en sorte que les savoirs, les savoir-faire et les compétences scolaires apparaissent aux yeux des élèves comme mobilisateurs en ce qu'ils leur permettent progressivement de mieux comprendre et de décoder le monde complexe qui les entoure et en ce qu'ils les préparent à affronter les grandes questions de leur temps. Les référentiels ont été conçus avec le souci de travailler des savoirs, savoir-faire et compétences qui pourraient faire sens aux yeux des élèves, dans la perspective d'un soutien au plaisir et au désir d'apprendre.

11

### **1.5 Contribution des référentiels disciplinaires aux visées transversales et au décloisonnement des apprentissages**

#### **1.5.1 Visées d'apprentissage des domaines 6, 7 et 8**

Les visées d'apprentissage liées aux domaines 6, 7 et 8 sont à installer de manière transversale. Elles se déclinent donc via des portes d'entrée et des savoirs, savoir-faire et compétences identifiés dans chacune des disciplines. Ces visées sont assez novatrices et constituent un pan important des apprentissages du tronc commun. Elles contribuent à la construction progressive d'un citoyen lucide, acteur et autonome. Dans chaque référentiel disciplinaire sont identifiés des exemples particulièrement illustratifs de contenus et d'attendus pouvant contribuer à l'atteinte de ces visées (voir *infra*, point 2.1).

Les apprentissages relatifs aux domaines 6, 7 et 8 ont été regroupés autour de six visées transversales puisque ces trois domaines sont fortement complémentaires et présentent entre eux de nombreuses interconnexions. Ces six visées, définies au sein de chaque référentiel disciplinaire, sont les suivantes :

- se connaître et s'ouvrir aux autres ;
- apprendre à apprendre ;
- développer une pensée critique et complexe ;
- développer la créativité et l'esprit d'entreprendre ;
- découvrir le monde scolaire, la diversité des filières et des options qui s'ouvrent après le tronc commun et mieux connaître le monde des activités professionnelles ;
- développer des projets personnels et professionnels : anticiper et poser des choix.

### 1.5.2 Croisements entre disciplines

Dans une logique de décloisonnement et de renforcement du sens des apprentissages, l'articulation entre les différents référentiels disciplinaires des domaines 1 à 5 a été encouragée. En effet, les apprentissages des uns peuvent contribuer à l'acquisition ou au renforcement des apprentissages des autres. C'est pour cette raison que tous les référentiels repèrent les possibilités d'articulations les plus fécondes entre leurs contenus d'apprentissage ou leurs attendus et ceux des autres référentiels (voir *infra*, point 2.1).

### 1.5.3 Langue de scolarisation

La pratique du français est également transversale à l'ensemble des disciplines. Son apprentissage doit donc être stimulé, exercé et renforcé dans toutes les disciplines. Dans cet esprit, ces dernières veillent à développer chez l'élève l'acquisition du français en tant que « langue de scolarisation ». En effet, l'accès à ce langage dans lequel s'exposent les savoirs et se construisent les apprentissages – à la fois spécifique au monde scolaire et aux différentes disciplines – constitue un enjeu important pour l'ensemble des élèves. Ainsi, ils apprennent progressivement à communiquer et à argumenter, oralement et par écrit, selon les codes et les contraintes langagières du monde de l'école. Dans ce sens et sur la base des spécificités langagières de leur discipline, tous les enseignants conscientisent les élèves aux particularités du « français de l'école », qui suppose des tournures, des codes et un vocabulaire spécifiques qu'il convient d'explicitier au bénéfice de tous les élèves. Un autre point d'attention concerne les différents genres de discours et de textes qui peuvent être spécifiques à une discipline, ou communs à plusieurs disciplines. En effet, acquérir le langage d'une discipline ne consiste pas seulement à manipuler correctement des termes isolés, cela signifie aussi se montrer capable de comprendre et de produire des écrits (résumé, compte-rendu, rapport, démonstration, etc.) conformes à la culture et aux conventions ou aux normes propres à la discipline. L'objectif est d'élargir l'éventail des genres de discours et de textes que les élèves maîtrisent.

Cet enseignement de la langue de scolarisation au sein des disciplines, en lien étroit avec les contenus d'apprentissage, bénéficiera à tous mais permettra particulièrement de réduire les inégalités vis-à-vis de certains élèves en situation de « vulnérabilité linguistique ».

## 2. STRUCTURE ET PRINCIPES ORGANISATEURS DES RÉFÉRENTIELS

### 2.1 Un canevas commun

Pour en assurer l'homogénéité, les référentiels du tronc commun sont rédigés selon un canevas commun, précisé dans la Charte. Les éléments suivants se retrouvent dès lors dans tous les référentiels :

- la présente introduction générale ;
- une introduction spécifique à la discipline, qui explicite les principales visées d'apprentissage et l'organisation générale du référentiel ;
- une présentation, par année d'études<sup>10</sup>, des contenus et des attendus, chacune des années étant déclinée de la manière suivante :
  - une introduction qui situe la spécificité des apprentissages disciplinaires de l'année en cours, en précisant leur continuité avec « l'amont » (d'où l'on vient) et « l'aval » (en quoi on prépare les apprentissages ultérieurs) ; le but est de clarifier autant que possible les continuités et les spécificités des apprentissages travaillés à l'échelle de l'année ;
  - des tableaux de contenus d'apprentissage (colonne de gauche) et d'attendus correspondants (colonne de droite), ces contenus et attendus étant regroupés en trois catégories : des savoirs, des savoir-faire et des compétences<sup>11</sup> ;
- une section présentant les contributions aux visées transversales des domaines 6, 7 et 8 ;
- une section présentant par année, les articulations les plus fécondes entre disciplines ;
- un glossaire (dans certains référentiels) ;
- des tableaux synoptiques présentant de façon visuelle la progression des apprentissages tout au long du tronc commun.

13

### 2.2 Une place laissée aussi aux spécificités disciplinaires

#### 2.2.1 L'organisation interne

Même si les référentiels présentent tous la structure commune détaillée ci-dessus, le découpage et l'organisation des contenus varient quelque peu d'une discipline à l'autre, de manière à en respecter les logiques et les spécificités propres. En particulier, l'articulation entre les savoirs, les savoir-faire et les compétences peut différer d'une discipline à l'autre. Au début de chaque référentiel, une introduction précise et justifie la structuration choisie ; la lecture attentive de cette introduction est essentielle à une bonne entrée dans le référentiel.

#### 2.2.2 La terminologie des verbes opérateurs

Par souci de précision, chaque attendu est exprimé à l'aide d'un verbe opérateur correspondant au type de tâche requise qui soit de nature à s'assurer que l'élève maîtrise effectivement le contenu de savoir, de savoir-faire ou de compétence visé.

Il peut arriver que certains de ces verbes opérateurs, bien que libellés de manière identique, n'aient pas

10 La seule exception à ce principe, motivée par la très grande diversité des élèves de cet âge, concerne le référentiel des compétences initiales pour lequel les contenus et les attendus sont définis, d'une part, pour la M1 et la M2 et, d'autre part, pour la M3. Autrement dit, le travail mené globalement en M1 et M2 débouche sur des attendus uniquement définis en fin de M2.

11 Les contenus d'apprentissage relevant des attitudes sont intégrés dans les référentiels de la manière suivante : soit ils s'apparentent à des savoir-faire spécifiques (tels que 'faire preuve de rigueur' dans la conduite d'une expérience) et sont alors identifiés au sein de la rubrique des savoir-faire ; soit ils concernent des visées d'apprentissage plus large (telles que la tolérance ou le fait d'oser s'exprimer) et apparaissent alors dans les référentiels en tant que visées des domaines 6, 7 et 8.

exactement le même sens d'une discipline à l'autre, en fonction ici aussi des spécificités et des traditions disciplinaires. Il peut, par exemple, être justifié que « situer » soit un savoir-faire en géographie, dans le sens de « situer sur une carte » et un savoir en histoire dans le sens de « situer sur la ligne du temps » donc, dater. L'explicitation fine de l'attendu et parfois la présence d'un exemple de production veillent à préciser le sens exact que revêt le verbe opérateur utilisé.

Par ailleurs, dans un souci d'opérationnalité, ces verbes opérateurs ont le plus souvent trait à des comportements observables d'élèves. Une attention particulière a été accordée à ce que ces comportements correspondent à des niveaux taxonomiques adaptés à l'âge des élèves ; ils gagnent d'ailleurs en complexité avec le temps. Les attendus se traduisent ainsi par des tâches plus ou moins ambitieuses et complexes (dans les trois catégories de contenus) et la capacité à réaliser des tâches complexes résulte souvent de la maîtrise de tâches plus simples, ces dernières pouvant permettre d'identifier finement où se situent des difficultés, le cas échéant. De plus, même lorsque les niveaux taxonomiques visés sont simples et se traduisent par des verbes opérateurs tels que citer, nommer ou associer, le travail en classe gagnera à porter aussi sur les opérations qui devraient sous-tendre ces comportements en termes de compréhension et d'appropriation personnelle.

Au sein des attendus, la notion de langue de scolarisation (voir *supra*, point 1.5.3) joue un double rôle. Le premier est de mettre les élèves en présence d'un vocabulaire spécifique. Il convient en effet de s'assurer que tous les élèves s'approprient les termes propres à la discipline et les maîtrisent en vue de leur réutilisation. Le second rôle est de traduire les démarches cognitives sollicitées par les verbes opérateurs. À cet égard, une attention particulière doit être accordée à la polysémie des termes. En effet, selon les disciplines, certains termes identiques ont des significations différentes. Des verbes tels que développer, évaluer, inscrire, ordonner, représenter, observer, justifier... selon qu'on soit en mathématiques, en art, en éducation physique ou en langues ne signifient pas exactement la même chose et par conséquent ont un impact différent sur ce que les élèves doivent faire.

14

Par ailleurs, ces verbes opérateurs s'avèrent des portes d'entrée importantes pour le développement cognitif. Si des verbes opérateurs tels que citer, nommer, indiquer ou lister mobilisent chez les élèves des réponses courtes et peu construites, les verbes opérateurs tels qu'expliquer, argumenter, vérifier, justifier ou comparer sollicitent un travail langagier qui habitue les élèves à exprimer leur pensée et à la structurer. En adaptant le niveau d'attente à l'âge des élèves, les verbes opérateurs les plus complexes peuvent être mobilisés dès le début de la scolarité.

Les formulations langagières liées aux verbes opérateurs feront dès lors l'objet d'un apprentissage explicite qui se complexifiera au fil de la scolarité. Tous les élèves devront apprendre la signification précise des attendus et des verbes qui les traduisent pour comprendre ce que l'enseignant attend d'eux ainsi que pour structurer et communiquer leur pensée.

### **2.2.3 La dimension spiralaire des apprentissages**

Si l'ensemble des référentiels s'inscrit globalement dans une logique spiralaire (en vue de favoriser un renforcement progressif des acquisitions, via une remobilisation de certains savoirs, savoir-faire et compétences travaillés antérieurement), cette approche est diversement prégnante selon les disciplines.

Dans tous les cas, même lorsque les acquisitions de savoirs, de savoir-faire ou de compétences sont pensées sur plusieurs années, avec une forte récursivité d'une année sur l'autre, les spécificités du travail de l'année sont explicitées dans les introductions annuelles. Dans le même sens, les attendus, s'ils sont fort proches d'une année à l'autre, font le plus souvent apparaître une progressive gradation dans le niveau de maîtrise requis ou dans le type de supports sollicités. Ainsi, un même savoir-faire ou une même compétence peut être formulé(e) à l'identique d'une année à l'autre mais en précisant alors une gradation relative au niveau d'autonomie attendu : « avec » ou « sans l'aide de l'enseignant », par exemple.

### 3. DU BON USAGE DES RÉFÉRENTIELS

#### 3.1 Approche annuelle, contenus, attendus et évaluation

Les référentiels du tronc commun identifient des **contenus** et des **attendus**, présentés par année d'étude pour les raisons évoquées plus haut. La définition de ces notions<sup>12</sup> est la suivante :

- contenu d'apprentissage : l'ensemble de savoirs, savoir-faire et compétences identifiant les contenus à enseigner pour une année d'étude donnée ;
- attendu : le niveau de maîtrise des contenus d'apprentissage visé pour les élèves au terme d'une année donnée ou d'un curriculum.

Les **contenus d'apprentissage** sont rédigés à l'intention des *enseignants* ; ils précisent ce que les enseignants doivent viser à installer et à travailler avec leurs élèves, à l'échelle annuelle. D'un référentiel à l'autre, la section des contenus est plus ou moins détaillée. Si cette section est suffisamment explicite et précise, les attendus s'y rapportant sont souvent circonscrits. À contrario, si les contenus sont présentés de façon succincte, c'est alors la déclinaison en attendus qui en éclaire plus précisément la portée. Il est donc toujours nécessaire d'appréhender les contenus et attendus de concert. Enfin, les contenus ne préjugent en rien de l'approche méthodologique à utiliser (le « comment ») qui demeure aux mains des (F) PO, des équipes pédagogiques et des enseignants.

Les **attendus**, quant à eux, incarnent et concrétisent les contenus en termes d'activités d'élèves. Ils constituent des balises claires et opérationnelles précisant ce que l'on cherche à faire atteindre par ces élèves. Ces attendus ont comme fonctions principales d'aider à la conception et à la construction d'activités d'enseignement et de fournir des outils de diagnostic des acquisitions en cours. Dans cette perspective, le calibrage correct des attendus et leur non-ambiguïté contribuent à clarifier les niveaux de maîtrise, aux différents stades des apprentissages, et permettent de mettre en place les stratégies adéquates en termes d'évaluation formative, de différenciation et de remédiation immédiate pour atteindre ces niveaux.

12 Définitions issues du Code de l'enseignement fondamental et de l'enseignement secondaire, article 1.3.1-1., 4° et 17°.

Ces attendus annuels présentent par ailleurs les avantages suivants :

- ils contribuent à harmoniser les curriculums et limitent les écarts entre le curriculum prescrit et les curriculums effectifs ;
- ils rendent possible la poursuite des enseignements selon une progression et une cohérence pertinentes, en cas de changement d'école ou de réseau ;
- ils assurent un traitement plus juste lors des évaluations locales ;
- ils offrent des balises communes pour l'évaluation sommative ; les équipes pédagogiques rendront un avis et délibéreront sur la base, notamment, de ces attendus qui se veulent clairs et objectivables. Les évaluations sommatives<sup>13</sup>, à l'instar des évaluations externes certificatives<sup>14</sup> ne pourront porter que sur les attendus tels que définis dans les référentiels ;
- ils facilitent le travail des concepteurs d'évaluations externes (non) certificatives et d'outils d'évaluation.

En matière de liens entre attendus et évaluation, il est important de préciser les balises suivantes :

- si la maîtrise de tous les attendus doit être visée et s'ils sont tous potentiellement évaluables, l'ensemble des attendus ne devront pas *nécessairement* avoir été formellement évalués, à fortiori de manière isolée et indépendante. L'appréciation de l'atteinte des attendus peut se réaliser au travers d'activités d'apprentissage et leur maîtrise ne doit pas forcément être mesurée par une évaluation formelle. De plus, la réactivation des savoirs, savoir-faire et compétences dans d'autres activités d'apprentissage ultérieures peut en soi, pour l'enseignant, constituer un bon signe de maîtrise ou de non-maîtrise de l'attendu ;
- la non-maîtrise d'attendus, qu'elle soit constatée à la fin ou au cours d'une séquence d'apprentissage, doit avant tout constituer un incitant pour l'équipe pédagogique et l'élève concerné à mieux cerner où se situent les difficultés et à envisager collégalement la stratégie d'accompagnement personnalisé la plus adéquate, à adapter, au besoin, en cours d'année (voir à ce sujet les articles 2.3.1-2 et 2.3.1-3 du Code de l'enseignement fondamental et de l'enseignement secondaire) ;
- dans le cadre de l'objectif du Pacte de réduire de 50 % le redoublement d'ici 2030, le constat d'une non-maîtrise de certains attendus ne pourra déboucher sur un maintien dans l'année en cours qu'en dernier recours, si les stratégies d'accompagnement personnalisé déployées durant l'année se sont avérées infructueuses et s'il s'avère que les dispositifs spécifiques n'ont pas permis à l'élève de surmonter suffisamment ses difficultés d'apprentissage pour pouvoir poursuivre avec fruit les apprentissages de l'année suivante du tronc commun (article 2.3.1-6 du Code de l'enseignement fondamental et de l'enseignement secondaire). Dans cette perspective, il doit être évident pour tous que seule la non-atteinte d'un volume important d'attendus significatifs peut conduire à une telle décision.

De tout ce qui précède, il est clair que le bon usage des attendus, sans rendre l'évaluation omniprésente, se conçoit essentiellement dans la perspective de l'apprentissage et de l'évaluation formative<sup>15</sup>. Quelle que soit sa forme, l'évaluation ne constitue pas une fin en soi : l'élève n'apprend pas pour être évalué, ses acquis sont évalués pour l'aider à apprendre.

13 Évaluation sommative : l'ensemble des épreuves permettant aux enseignants d'établir un bilan des acquis des élèves par rapport aux attendus au terme d'une ou de plusieurs séquences d'apprentissage (idem, article 1.3.1-1, 37°).

14 Évaluation certificative : l'évaluation qui intervient dans la délivrance d'un certificat d'enseignement (idem, 34°).

15 Évaluation formative : l'évaluation effectuée en cours d'apprentissage et visant à apprécier le progrès accompli par l'élève, à mesurer les acquis de l'élève et à comprendre la nature des difficultés qu'il rencontre lors d'un apprentissage ; elle a pour but d'améliorer, de corriger ou de réajuster le cheminement de l'élève face aux apprentissages et aux attendus visés ; elle peut se fonder en partie sur l'autoévaluation (idem, 36°).

### 3.2 Référentiels et pratiques pédagogiques

---

Tous les référentiels présentent les contenus et les attendus ventilés en savoirs, savoir-faire et compétences. Le rôle d'un référentiel est bien de présenter de manière structurée les savoirs, savoir-faire et les compétences à (faire) acquérir. Autant que possible, il doit être dénué de considérations et d'options méthodologiques. Dès lors, le référentiel inventorie ces savoirs, savoir-faire et compétences, sous la forme d'une liste neutre, sans expliquer la manière dont ils pourraient être enseignés en classe. Cette mise en œuvre méthodologique est en effet du ressort des programmes (dont le but est précisément de présenter des pistes pédagogiques de mise en œuvre des référentiels), des équipes pédagogiques et des enseignants.

Mais, sans empiéter sur les programmes, il est utile de préciser que les savoirs, savoir-faire et compétences identifiés isolément gagneront, la plupart du temps, à être enseignés conjointement au sein d'activités pédagogiques de manière à leur donner du sens, sans exclure une focalisation sur l'un ou l'autre de ces contenus, à titre transitoire, lorsque cela s'avère nécessaire. Il en résulte également que le temps d'apprentissage à réserver aux différents contenus n'est pas nécessairement proportionnel au nombre d'attendus correspondants.

En tout état de cause, le référentiel s'apparente à un cadastre méthodologiquement neutre de contenus qui ne préjuge pas de la manière dont ils seront intégrés les uns aux autres au sein d'activités pédagogiques : le référentiel n'impose donc ni qu'à un contenu doive correspondre une seule activité, ni qu'une activité doive nécessairement viser à installer des contenus de chaque type (savoir, savoir-faire, compétence).

17

---

Les référentiels traduisent en termes curriculaires les ambitions du tronc commun et plus largement celles du Pacte pour un enseignement d'excellence. Ces ambitions seront rencontrées si l'ensemble des acteurs de l'école incarnent, à leur tour, ces référentiels dans des programmes et des activités de classe en étant animés des mêmes objectifs généraux. Autrement dit, chaque acteur doit être conscient qu'au travers de l'enseignement de tel ou de tel contenu et la poursuite de tel ou tel attendu, c'est à l'atteinte des finalités du tronc commun qu'il participe activement.

# ENJEUX ET OBJECTIFS GÉNÉRAUX

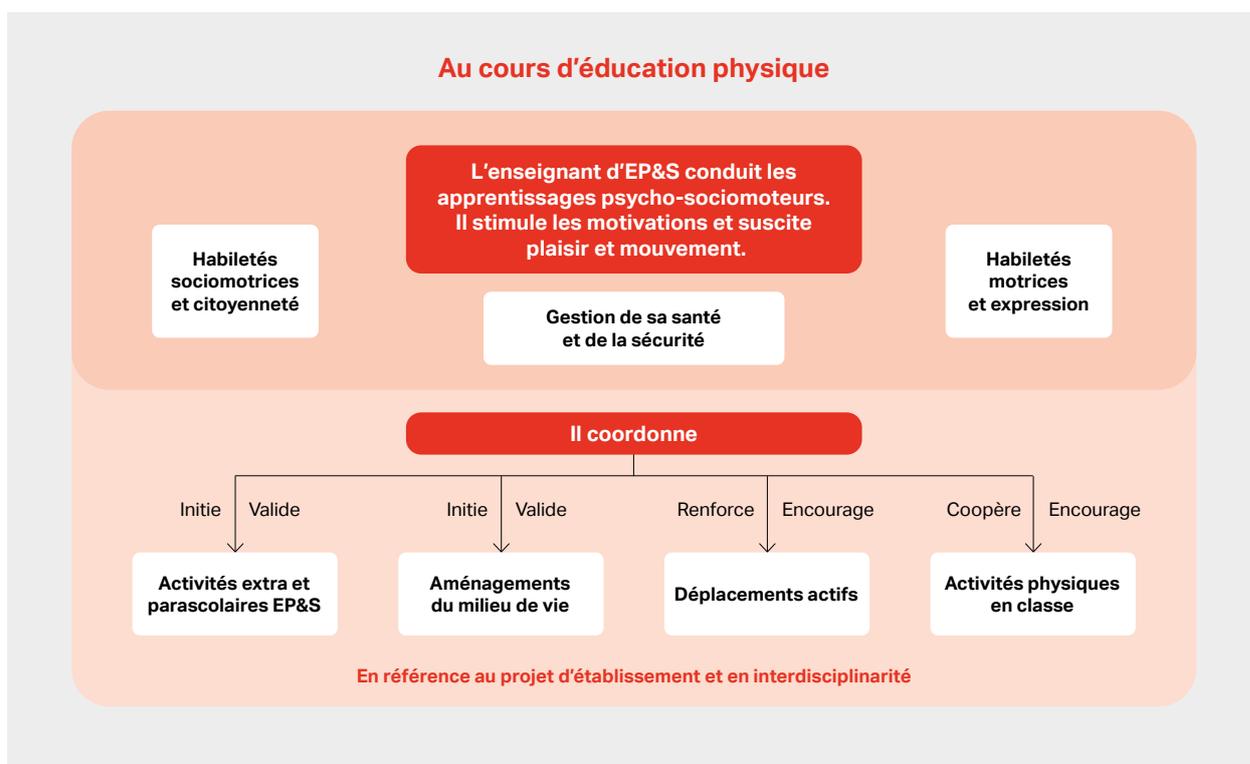
## Visées d'apprentissage de l'Éducation physique et à la santé (EP&S)

L'EP&S, en adéquation avec la littératie physique et la littératie en santé<sup>16</sup>, s'inscrit dans une perspective de développement global de l'élève en visant le déploiement de l'efficacité motrice et sociomotrice, mais aussi de connaissances, d'habiletés et d'attitudes permettant une gestion correcte de sa santé et de son bien-être.

Elle constitue une réponse à une société de plus en plus sédentaire, y compris dans les loisirs.

Au travers du plaisir du mouvement, un des défis de l'EP&S est de permettre aux élèves d'acquérir un ensemble d'outils visant à adopter un mode de vie sain et actif dans et en dehors de l'école tout au long de leur vie.

L'EP&S participe à l'épanouissement personnel en amenant l'élève à intégrer dans l'action, les valeurs d'engagement, de solidarité, d'égalité, de respect de soi et des autres dans leurs différences.



<sup>16</sup> « La littératie physique se définit par la motivation, la confiance, la compétence physique, le savoir et la compréhension qu'une personne possède et qui lui permettent de valoriser et de prendre en charge son engagement envers l'activité physique pour toute sa vie ». Traduit de l'International Physical Literacy Association, mai 2014.

« La littératie en santé désigne la capacité d'accéder, de comprendre, d'évaluer et d'appliquer l'information de manière à promouvoir, à maintenir et à améliorer sa santé et celle de son entourage dans divers milieux au cours de la vie ». Vision d'une culture de la santé au Canada, par Rootman I. et Gordon-El-Bihbey D., 2008.

Le professeur d'éducation physique conduit les apprentissages, stimule les motivations et suscite mouvement et plaisir au travers de trois champs :

### **CHAMP 1 : HABILITÉS MOTRICES ET EXPRESSION**

#### **Visées d'apprentissage**

Maitriser des mouvements et des gestes conformément à des règles d'exécution, en les adaptant au milieu, à sa morphologie et aux buts poursuivis.  
S'exprimer à l'aide de son corps.

### **CHAMP 2 : HABILITÉS SOCIOMOTRICES ET CITOYENNETÉ**

#### **Visée d'apprentissage**

Interagir dans un groupe pratiquant une activité physique ou sportive, dans le respect des autres, en s'adaptant au milieu, à sa morphologie et aux buts poursuivis.

### **CHAMP 3 : GESTION DE SA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ**

#### **Visée d'apprentissage**

Être activement responsable de son bien-être, de sa santé globale, de sa condition physique, de son intégrité physique et de celle des autres.

Les activités ne sont progressivement codifiées<sup>17</sup> qu'à partir de P5/6, afin de laisser la place à la découverte et à une expérimentation motrice diversifiée et différenciée.

Elles peuvent être codifiées sans être forcément institutionnalisées comme le sont les sports officiels.

La dimension culturelle des savoirs et des pratiques en éducation physique vise l'ouverture des élèves aux différentes cultures du mouvement : vie active, jeux traditionnels, pratiques nouvelles, courants sportifs et artistiques...

Le rôle de l'école étant de susciter et d'accompagner au mieux le développement des compétences nouvelles, en EP&S, le numérique fait partie des outils à intégrer aux programmes au service des apprentissages et de la motivation. L'EP&S accompagne l'élève dans son éducation à analyser les influences positives et négatives du numérique sur sa pratique physique et à décoder les images du corps données par la société (médias, réseaux sociaux...).

Enfin, dans le cadre du projet d'établissement et en interdisciplinarité, l'enseignant d'EP&S est un référent privilégié pour promouvoir une école plus active (aménagement du milieu de vie, déplacements actifs, activité physique en classe, rencontres parascolaires, partenariats...).

Les trois champs forment un tout indissociable au bénéfice du développement personnel, du vivre-ensemble, de la santé et du bien-être. C'est par une expérimentation variée et répétée en situations de plus en plus complexifiées que les compétences visées par les profils de sortie pourront être maîtrisées.

Les contenus récurrents présentés dans les introductions par année reflètent bien l'aspect spiralaire des apprentissages. Découvrir, exercer, s'approprier, exploiter sont autant d'étapes intriquées.

Dans ce contexte, une évaluation, prenant en considération le parcours de l'élève réalisé dans un environnement local particulier, a tout son sens.

17 En référence à un règlement.

## CHAMP 1: HABILITÉS MOTRICES ET EXPRESSION

Ce champ vise la connaissance du corps, la maîtrise des mouvements fondamentaux, l'acquisition d'une motricité globale et fine et d'une coordination motrice, l'appropriation progressive de gestes techniques, la capacité de s'équilibrer, de se déplacer en tenant compte de l'espace et du temps.

Il vise également le développement de la capacité à s'exprimer à l'aide de son corps.

La connaissance progressive de son corps, de ses potentialités et de sa personnalité se développe au travers d'une expérimentation variée en situations de plus en plus complexifiées. Les mouvements fondamentaux locomoteurs, non locomoteurs et de manipulation acquièrent peu à peu précision, aisance et efficacité afin de former un système de mouvements coordonnés agissant dans un but précis. Les mouvements fondamentaux deviennent, au fil de la pratique, des habiletés motrices au service du développement personnel, mais aussi de l'interaction et de la collaboration (champ 2).

	Compétences à maîtriser (profils de sortie S3)		Thèmes
1. Habiletés motrices et expression	HME1	Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux.	Schéma corporel et latéralisation. Motricité globale.
	HME2	Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale.	Motricité globale avec manipulation d'objets. Motricité fine avec manipulation d'objets.
	HME3	S'équilibrer : maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels.	Motricité globale : équilibre.
		À partir de S2, l'équilibre n'est plus travaillé en tant que tel, mais intégré dans le travail des autres compétences.	
	HME4	Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps, et le représenter. Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice.	Espace, temps, rythme de l'action.
	HME5	S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps.	Expression.
<i>C'est le processus de création qui sera davantage valorisé que le résultat final. L'espace scénique représente l'espace pour communiquer qu'il ne faudrait pas réduire à une scène de spectacle.</i>			

## CHAMP 2 : HABILITÉS SOCIOMOTRICES ET CITOYENNETÉ

La maîtrise progressive des mouvements fondamentaux se réalise également en situations collectives graduellement complexifiées et codifiées, visant le développement d'interactions positives et l'apprentissage de la collaboration.

Ce champ vise à développer le sens du collectif en ajustant son action à celle des autres, en respectant des règles convenues, en communiquant adéquatement, en participant à une réalisation commune et en manifestant des comportements éthiques dans la victoire comme dans la défaite, dans la réussite comme dans la difficulté.

	Compétences à maîtriser (profils de sortie S3)		Thèmes
2. Habiletés sociomotrices et citoyenneté	HSC1	Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun, en fonction du but à atteindre.	Règles, rôles, but.
	HSC2	Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune.	Collaboration.
	HSC3	Interagir positivement. S'affirmer en respectant les autres (assertivité, vigilance aux stéréotypes...).	Savoir-être.

21

## CHAMP 3 : GESTION DE SA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ

Les contenus des deux premiers champs contribuent à l'acquisition de ce troisième, au bénéfice de la santé tout au long de la vie.

Ce champ vise à être activement responsable de son bien-être, de sa santé globale, de son intégrité physique et de celle des autres, en construisant un style de vie sain et actif, en sécurité, en développant sa condition physique, en apprenant à gérer ses émotions et son stress, en développant une image positive de soi, une pensée critique et la capacité à se prendre en charge.

En adéquation avec la littératie en santé qui postule « *l'obtention, la compréhension et l'utilisation d'informations dans le but de prendre des décisions favorisant la santé* », ce champ vise la prise de conscience des facteurs susceptibles d'influencer les habitudes de vie positivement ou négativement.

L'élève sera outillé pour poser des choix lui permettant de développer et de préserver sa santé. Sa pensée critique sera également exercée en regard des images du corps véhiculées par la société.

Les « matières santé » devront être abordées obligatoirement au travers des séances de cours. Il ne s'agit pas de dispenser des cours théoriques, mais bien d'aborder ces sujets lors de moments propices de l'activité (échauffement, situation vécue, bilan...) afin de leur donner tout leur sens.

Le développement de la condition physique se travaille en référence aux recommandations faisant autorité en termes d'activités physiques et de lutte contre la sédentarité.

Les notions de temps figurant dans les attendus de GSS1 sont avant tout des repères de progression qui peuvent être adaptés en fonction du contexte de l'élève ou de l'établissement. Le travail de l'endurance peut être développé au travers d'activités différentes afin de permettre à l'élève de découvrir ses possibilités et de l'encourager à pérenniser cette compétence dans un objectif de santé.

	Compétences à maîtriser (profils de sortie S3)		Thèmes
<b>3. Gestion de sa santé et de la sécurité</b>	GSS1	Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique.	Condition physique.
	GSS2	Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieu naturel, urbain et aquatique.	Sécurité, premiers secours.
	GSS3	Identifier ses émotions, mobiliser des techniques de gestion des émotions et du stress.	Émotions.
		<i>Par-delà l'apprentissage de quelques techniques de gestion des émotions, cette visée traverse l'ensemble des séances d'éducation physique. Des émotions émergent du vécu et favorisent l'intervention spécifique de l'enseignant.</i>	<i>Domaines abordés par les techniques spécifiques : observation des sensations, respiration, tonus, ancrage au sol et prise des appuis, visualisation, verbalisation de l'émotion... Stress positif et négatif (ajuster, réguler, canaliser).</i>
	GSS4	Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école.	Sentiment de compétence. Image de soi. Estime de soi. Connaissance du milieu.
		<i>Cette compétence sera travaillée en parallèle avec GSS1 : Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique.</i>	
GSS5	Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être.	Pensée critique.	
	<i>Jusqu'en P6, les savoirs et savoir-faire utiles au développement de cette compétence sont mobilisés en GSS1 et GSS4.</i>		

# CONTENUS D'APPRENTISSAGE ET ATTENDUS

P1

## 1<sup>re</sup> PRIMAIRE

Au travers des trois champs, l'élève découvre le plaisir du mouvement, apprend par le mouvement en profitant régulièrement des possibilités qui lui sont offertes de développer et de mettre en pratique ses habiletés motrices, sociomotrices et citoyennes. L'acquisition des savoirs, dans le cadre du cours d'Éducation physique et à la santé, s'inscrit dans l'expérience quotidienne de l'élève.

L'intégration de l'ensemble des compétences des trois champs de l'EP&S, mobilisées à travers le jeu et le plaisir du mouvement, permettra à chaque enfant :

- de prendre conscience de ses possibilités ;
- d'apprendre en participant joyeusement ;
- de faire naître le désir de s'améliorer ;
- d'identifier ses aptitudes ;
- de découvrir des orientations saines de plaisirs ;
- de créer et de s'exprimer en utilisant le mouvement comme forme de langage corporel ;
- de favoriser les relations sociales et promouvoir la participation au sein d'un groupe.

### Dans le champ des habiletés motrices et expression

Si le développement des mouvements fondamentaux est lié à l'âge de l'élève, l'acquisition d'un niveau de développement ne dépend pas uniquement de celui-ci, mais également de la qualité de ses expériences antérieures. Les situations proposées seront nombreuses et différenciées pour lui permettre de diversifier ses actions et d'enrichir ses sensations.

En continuité avec les apprentissages psychomoteurs, il découvre et expérimente dans des situations simples et variées les grands mouvements fondamentaux. Il appréhende l'espace et les objets qui l'entourent, les notions de temps et de rythme.

Il utilise le mouvement et le geste pour s'exprimer.

### Dans le champ des habiletés sociomotrices et citoyenneté

L'élève apprend progressivement à travers les jeux à respecter et à comprendre les règles, à développer des stratégies simples et à interagir positivement avec les autres.

Les situations globales et celles proposant des défis sont privilégiées. Les jeux collectifs sont soigneusement dosés, orientés prioritairement vers la coopération en faisant primer le plaisir du jeu sur le résultat.

### Dans le champ de la gestion de sa santé et de la sécurité

L'élève se familiarise avec plusieurs thématiques liées à sa santé physique et émotionnelle. Lorsque la pratique d'activités physiques est source de plaisir et de satisfaction, il est plus susceptible de développer des attitudes positives à l'égard d'un mode de vie sain pendant toute la vie.

Au travers des situations vécues, par le mouvement et le jeu, l'élève sera sensibilisé aux bénéfices d'une pratique physique en sécurité. Celles-ci susciteront chez lui l'envie de faire plus et mieux et favoriseront les échanges d'idées à propos des déterminants de sa santé.

Les comportements attendus sont liés, d'une part aux règles de sécurité applicables lors de la pratique d'activités physiques, et d'autre part, aux notions de premiers soins qui permettent aux élèves d'apprendre les mesures à suivre dans des situations d'urgence pouvant survenir lors de la pratique d'activités physiques.

## CHAMP 1 : HABILITÉS MOTRICES ET EXPRESSION

<b>HME1</b> Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux	
SCHÉMA CORPOREL ET LATÉRALISATION	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
Connaître les parties du corps (les membres et articulations).	Nommer les parties du corps (jambe, bras, genou, coude, poignet...).
Connaître sa latéralité.	Se représenter ou représenter un objet en position ou en mouvement. Reconnaître sa latéralité.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Exercer sa latéralité dans la réalisation de grands mouvements.	Montrer les parties du corps. Localiser le corps et les parties du corps dans l'espace (gauche, droite, avant, arrière, à coté...).
	Employer son côté préférentiel et non préférentiel (construire une adresse gestuelle et corporelle bilatérale).
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Avoir conscience de son schéma corporel pour agir avec son corps.	Effectuer globalement des grands mouvements fondamentaux : courir, grimper, glisser, sauter, se suspendre, s'arrêter, s'appuyer, tourner.
MOTRICITÉ GLOBALE : LES GRANDS MOUVEMENTS DE DÉPLACEMENTS, LES POSITIONS ET LE GAINAGE	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des actions motrices et des positions.	Nommer le vocabulaire des actions motrices et des positions (debout, assis, couché, accroupi...).
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Adapter ses mouvements aux circonstances et aux consignes.	Se déplacer de différentes façons et dans des directions variées, en utilisant différentes parties du corps. Se déplacer et s'arrêter avec contrôle en tenant compte du milieu (obstacles fixes et/ou mobiles). Se déplacer à des intensités et des durées variables (courir vite, courir longtemps, sauter loin, sauter haut...).
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux.	Effectuer et enchaîner des grands mouvements fondamentaux de déplacements : courir, grimper, glisser, sauter, se suspendre, s'arrêter, tourner, se réceptionner... dans des situations variées.

<b>HME2</b> Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale	
MOTRICITÉ GLOBALE AVEC MANIPULATION D'OBJETS MOTRICITÉ FINE AVEC MANIPULATION D'OBJETS	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des objets utilisés et des actions sur ceux-ci.	Nommer les objets utilisés et les actions sur ceux-ci.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Manipuler des objets (foulard, raquette, bâton, balle, agrès...) en fonction de leurs caractéristiques (nature, forme, poids, fragilité, encombrement...).	Réaliser les actions : manipuler, propulser, déplacer, contrôler, prendre, tirer, transporter, lancer, faire rebondir...
Exercer la coordination de mouvements et de manipulation d'objets.	Réaliser les actions : enfiler, pincer, nouer...
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale.	Dans des situations simples : Adapter ses mouvements en vue d'agir sur des objets.  Adapter ses mouvements en vue de réaliser des tâches de la vie quotidienne.

<b>HME3</b> S'équilibrer : maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels	
ÉQUILIBRE	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
Appliquer les techniques d'équilibration globale dans des situations simples statiques et dynamiques.	Maintenir et rétablir son équilibre en positionnant son centre de gravité, ses bras, en fixant son regard, en ajustant globalement son tonus musculaire, ses appuis, sa surface de contact.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
S'équilibrer, maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels.	Gérer équilibres et déséquilibres dans des situations simples et dans des milieux différents.

<b>HME4</b> Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps, et le représenter Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice	
ESPACE, TEMPS ET RYTHME DE L'ACTION	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre le vocabulaire spatial associé à l'activité.</p> <p>Connaitre des symboles spatiaux élémentaires (pictogrammes : flèches, croix ou cercle pour points de repère...).</p> <p>Connaitre le vocabulaire temporel associé à l'activité et les outils temporels élémentaires (planning semaine...).</p> <p>Connaitre le vocabulaire de base spatiotemporel.</p>	<p>Nommer et distinguer les repères spatiaux liés à l'activité.</p> <p>Nommer et distinguer les repères temporels liés à l'activité.</p> <p>Nommer et distinguer le vocabulaire spatiotemporel de base lié à l'activité.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Évoluer dans l'espace déterminé.</p> <p>Évoluer dans un temps déterminé.</p> <p>Exécuter une chronologie d'actions.</p> <p>Différencier les rythmes simples.</p>	<p>Se déplacer dans l'espace déterminé en tenant compte de ses limites (murs, objets, lignes...).</p> <p>Se déplacer en tenant compte de points de repère concrets (obstacles, objets et personnes fixes ou mobiles).</p> <p>Placer du matériel en fonction de repères concrets.</p> <p>Trouver un point de repère de l'espace connu en fonction de sa représentation (photo, dessin, plan très simple...).</p> <p>Agir en fonction d'un temps déterminé (aller d'un point A à un point B en fonction de la durée d'une comptine).</p> <p>Estimer la durée de différentes actions.</p> <p>Réaliser une séquence d'actions en fonction de la représentation (graphique, verbale...), de leur chronologie.</p> <p>S'adapter à un rythme extérieur simple (rythme extrinsèque : un tempo donné...).</p> <p>Découvrir ses rythmes personnels (rythmes de déplacement, battements du cœur, respiration...).</p>
<b>Compétences</b>	<b>Attendus</b>
<p>Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps et le représenter.</p> <p>Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice.</p>	<p>Ajuster ses actions à différents espaces et repères (objets et personnes).</p> <p>Se situer dans différents espaces.</p> <p>Ajuster ses actions au temps déterminé.</p> <p>Se situer dans le temps.</p> <p>Ajuster ses mouvements à la représentation des actions.</p> <p>Ajuster son mouvement à différents rythmes.</p>

<b>HME5</b> S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps	
<b>Savoir</b> Connaître des attitudes expressives simples (joie, colère, dormir, grandir...).	<b>Attendu</b> Citer des attitudes expressives simples.
<b>Savoir-faire</b> Utiliser des gestes et des mouvements pour exprimer des attitudes simples.	<b>Attendus</b> Improviser sur un thème, une idée, une musique... Imiter, mimer une attitude expressive simple...
<b>Compétence</b> S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps.	<b>Attendu</b> Identifier et expliquer les attitudes expressives simples.

## CHAMP 2 : HABILITÉS SOCIOMOTRICES ET CITOYENNETÉ

<b>HSC1</b>	
Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre	
RESPECT DES RÈGLES, RÔLES ET BUTS	
<p><b>Savoirs</b></p> <p>Connaitre les consignes de jeu liées à l'activité.</p> <p>Connaitre le but à atteindre.</p> <p>Connaitre les différents rôles à assumer.</p>	<p><b>Attendus</b></p> <p>Énoncer les consignes liées à l'activité.</p> <p>Indiquer le but à atteindre.</p> <p>Identifier les différents rôles à assumer.</p>
<p><b>Savoir-faire</b></p> <p>Appliquer des consignes liées à l'activité.</p> <p>Exercer différents rôles.</p>	<p><b>Attendus</b></p> <p>Accepter les consignes.</p> <p>Exécuter les consignes.</p> <p>Assumer différents rôles et responsabilités.</p>
<p><b>Compétence</b></p> <p>Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre.</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Se comporter en respectant des règles de base.</p>

<b>HSC2</b>	
Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune	
<p><b>Savoir</b></p> <p>Connaitre les principes de communication : être compris, être réceptif aux messages des autres.</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Se faire comprendre, comprendre les messages des autres.</p>
<p><b>Savoir-faire</b></p> <p>Collaborer.</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Exercer des actions avec des partenaires.</p>
<p><b>Compétence</b></p> <p>Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune.</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Adapter son action en fonction des autres et du but poursuivi.</p>

<b>HSC3</b> Interagir positivement avec ses partenaires S'affirmer en respectant les autres (assertivité, vigilance aux stéréotypes...)	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaitre les comportements positifs attendus.	Nommer les attitudes fair-play.
<b>Savoir-être</b>	<b>Attendus</b>
Respecter les autres et le milieu.	Respecter les autres : écouter, attendre son tour, encourager, aider, s'exprimer en utilisant un langage verbal et non verbal correct...  Respecter le matériel et l'infrastructure.
<b>Compétences</b>	<b>Attendu</b>
Interagir positivement avec ses partenaires.  S'affirmer en respectant les autres.	Adopter un comportement fair-play : bienveillance, respect, tolérance...

### CHAMP 3 : GESTION DE SA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ

<b>GSS1</b> Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Savoir que la respiration et la fréquence cardiaque s'adaptent en fonction de l'activité.	Citer les endroits du corps où l'on peut percevoir l'accélération du cœur.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Découvrir le plaisir du mouvement.	Verbaliser des éléments qui contribuent à son plaisir d'être actif, lors de jeux individuels ou collectifs.
Découvrir le fonctionnement du corps à l'effort et au repos et des besoins qui y sont liés (hydratation, se (dé)couvrir...).	Percevoir ses sensations corporelles à l'effort et au repos. Être actif (jouer, courir, marcher activement, danser...) 80 % de la séance. Adapter ses efforts à un rythme donné par le professeur.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique.	Identifier les possibilités d'activités physiques durant la journée.

<b>GSS2</b> Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieu naturel, urbain et aquatique	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendu</b>
Connaître les dangers potentiels de l'environnement. Découvrir le numéro d'appel d'urgence.	Repérer un danger potentiel de l'environnement.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Respecter les consignes de sécurité énoncées par l'adulte (respecter les distances...).	Adopter les consignes de sécurité énoncées par l'adulte.
Découvrir les principes de manutention et les postures appropriées aux positions assise et debout.	
Découvrir les composantes de la sécurité aquatique : flottaison, propulsion, immersion, respiration.	En petite profondeur où l'élève a pied : - sauter du bord ; - flotter sur le dos et sur le ventre avec ou sans aide à la flottabilité ; - réaliser une flèche ventrale et dorsale avec ou sans aide à la flottabilité ; - souffler dans l'eau.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieu naturel, urbain et aquatique.	Identifier, lors de sa participation à des activités physiques, des façons de prévenir des risques d'accident.

<b>GSS3</b>	
<b>Identifier ses émotions, mobiliser des techniques de gestion des émotions et du stress</b>	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des émotions et des sensations liées à celles-ci (calme, détendu, crispé, joyeux, fier, confiant, peur...).	Nommer le vocabulaire des émotions et des sensations liées à celles-ci (calme, détendu, crispé, joyeux, fier, confiant, peur...).
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Percevoir les sensations physiques liées aux émotions : respiration, modification du tonus, sensation viscérale (maux de ventre, rythme cardiaque, sudation...).	Exprimer les sensations physiques liées aux émotions : respiration, modification du tonus, sensation viscérale.
Expérimenter des techniques simples de gestion des émotions (respiration, relaxation...).	Appliquer des techniques dirigées de gestion des émotions.
Percevoir l'effet des émotions des autres sur soi.	
<b>Compétences</b>	<b>Attendu</b>
Identifier ses émotions.	Exprimer son vécu émotionnel de l'activité.
Mobiliser des techniques de gestion des émotions.	

<b>GSS4</b>	
<b>Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école</b>	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
Découvrir ses goûts en matière d'activité physique.	Exprimer son ressenti à l'égard de l'activité physique vécue.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école.	Découvrir les activités physiques possibles dans l'école.

<b>GSS5</b>	
<b>Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être</b>	
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être.	S'interroger et formuler des questions sur divers sujets liés à la santé.

Au travers des trois champs, l'élève découvre le plaisir du mouvement, apprend par le mouvement en profitant régulièrement des possibilités qui lui sont offertes de développer et de mettre en pratique ses habiletés motrices, sociomotrices et citoyennes. L'acquisition des savoirs, dans le cadre du cours d'Éducation physique et à la santé, s'inscrit dans l'expérience quotidienne de l'élève.

L'intégration de l'ensemble des compétences des trois champs de l'EP&S, mobilisées à travers le jeu et le plaisir du mouvement, permettra à chaque enfant :

- de prendre conscience de ses possibilités ;
- d'apprendre en participant joyeusement ;
- de faire naître le désir de s'améliorer ;
- d'identifier ses aptitudes ;
- de découvrir des orientations saines de plaisirs ;
- de créer et de s'exprimer en utilisant le mouvement comme forme de langage corporel ;
- de favoriser les relations sociales et promouvoir la participation au sein d'un groupe.

### Dans le champ des habiletés motrices et expression

---

Si le développement des mouvements fondamentaux est lié à l'âge de l'élève, l'acquisition d'un niveau de développement ne dépend pas uniquement de celui-ci, mais également de la qualité de ses expériences antérieures.

Les situations proposées seront nombreuses et différenciées pour lui permettre de diversifier ses actions et d'enrichir ses sensations.

En continuité avec les apprentissages antérieurs, il découvre et expérimente dans des situations simples et variées les grands mouvements fondamentaux. Il appréhende l'espace et les objets qui l'entourent, les notions de temps et de rythme.

Il utilise le mouvement et le geste pour s'exprimer.

Une bonne connaissance de son corps lui permettra d'aborder des situations progressivement complexifiées à partir de P3.

### Dans le champ des habiletés sociomotrices et citoyenneté

---

L'élève apprend progressivement à travers les jeux à respecter et à comprendre les règles, à développer des stratégies simples et à interagir positivement avec les autres.

Les situations globales et celles proposant des défis sont privilégiées. Les jeux collectifs sont soigneusement dosés, orientés prioritairement vers la coopération en faisant primer le plaisir du jeu sur le résultat.

### Dans le champ de la gestion de sa santé et de la sécurité

---

L'élève continue de se familiariser avec plusieurs thématiques liées à sa santé physique et émotionnelle. Lorsque la pratique d'activités physiques est source de plaisir et de satisfaction, il est plus susceptible de développer des attitudes positives à l'égard d'un mode de vie sain pendant toute la vie.

Au travers des situations vécues, par le mouvement et le jeu, l'élève sera sensibilisé aux bénéfices d'une pratique physique en sécurité. Celles-ci susciteront chez lui l'envie de faire plus et mieux et favoriseront les échanges d'idées à propos des déterminants de sa santé. Ces échanges devront le préparer à s'interroger sur la notion de santé.

Les comportements attendus sont liés, d'une part aux règles de sécurité applicables lors de la pratique d'activités physiques, et d'autre part, aux notions de premiers soins qui permettent aux élèves d'apprendre les mesures à suivre dans des situations d'urgence pouvant survenir lors de la pratique d'activités physiques.

## CHAMP 1 : HABILITÉS MOTRICES ET EXPRESSION

<b>HME1</b> Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux	
SCHÉMA CORPOREL ET LATÉRALISATION	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaître les parties du corps (les membres et articulations).</p> <p>Connaître sa latéralité.</p>	<p>Nommer les parties du corps (jambe, bras, genou, coude, poignet...).</p> <p>Se dessiner ou dessiner un objet en position ou en mouvement.</p> <p>Reconnaître sa latéralité.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À réactiver</b></p> <p>Exercer sa latéralité dans la réalisation de grands mouvements.</p>	<p>Montrer les parties du corps.</p> <p>Localiser le corps et les parties du corps dans l'espace (gauche, droite, avant, arrière, à coté...).</p> <p>Employer son côté préférentiel et non préférentiel (construire une adresse gestuelle et corporelle bilatérale).</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
<p>Avoir conscience de son schéma corporel pour agir avec son corps.</p>	<p>Effectuer globalement des grands mouvements fondamentaux : courir, grimper, glisser, sauter, se suspendre, s'arrêter, s'appuyer, tourner.</p>
MOTRICITÉ GLOBALE : LES GRANDS MOUVEMENTS DE DÉPLACEMENTS, LES POSITIONS ET LE GAINAGE	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
<p>Connaître le vocabulaire des actions motrices et des positions.</p>	<p>Nommer le vocabulaire des actions motrices et des positions (debout, assis, couché, accroupi...).</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À réactiver</b></p> <p>Adapter ses mouvements aux circonstances et aux consignes.</p>	<p>Se déplacer de différentes façons et dans des directions variées en utilisant différentes parties du corps.</p> <p>Se déplacer et s'arrêter avec contrôle en tenant compte du milieu (obstacles fixes et/ou mobiles).</p> <p>Se déplacer à des intensités et des durées variables (courir vite, courir longtemps, sauter loin, sauter haut...).</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
<p>Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux.</p>	<p>Effectuer et enchaîner des grands mouvements fondamentaux de déplacements : courir, grimper, glisser, sauter, se suspendre, s'arrêter, tourner, se réceptionner... dans des situations variées.</p>

<b>HME2</b> Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale	
MOTRICITÉ GLOBALE AVEC MANIPULATION D'OBJETS MOTRICITÉ FINE AVEC MANIPULATION D'OBJETS	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des objets utilisés et des actions sur ceux-ci.	Nommer les objets utilisés et les actions sur ceux-ci.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<b>À réactiver</b> Manipuler des objets (foulard, raquette, bâton, balle, agrès...) en fonction de leurs caractéristiques (nature, forme, poids, fragilité, encombrement...).	Réaliser les actions : manipuler, propulser, déplacer, contrôler, prendre, tirer, transporter, lancer, faire rebondir...
Exercer la coordination de mouvements et de manipulation d'objets.	Réaliser les actions : enfiler, pincer, nouer...
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale.	Dans des situations simples : Adapter ses mouvements en vue d'agir sur des objets.  Adapter ses mouvements en vue de réaliser des tâches de la vie quotidienne.

<b>HME3</b> S'équilibrer : maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels	
ÉQUILIBRE	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<b>À réactiver</b> Appliquer les techniques d'équilibration globale dans des situations simples statiques et dynamiques.	Maintenir et rétablir son équilibre en positionnant son centre de gravité, ses bras, en fixant son regard, en ajustant globalement son tonus musculaire, ses appuis, sa surface de contact.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
S'équilibrer, maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels.	Gérer équilibres et déséquilibres dans des situations simples et dans des milieux différents.

<b>HME4</b> Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps, et le représenter Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice	
ESPACE, TEMPS ET RYTHME DE L'ACTION	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre le vocabulaire spatial associé à l'activité.</p> <p>Connaitre des symboles spatiaux élémentaires (pictogrammes : flèches, croix ou cercle pour points de repère...).</p> <p>Connaitre le vocabulaire temporel associé à l'activité et les outils temporels élémentaires (planning semaine...).</p> <p>Connaitre le vocabulaire de base spatiotemporel.</p>	<p>Nommer et distinguer les repères spatiaux liés à l'activité.</p> <p>Nommer et distinguer les repères temporels liés à l'activité.</p> <p>Nommer et distinguer le vocabulaire spatiotemporel de base lié à l'activité.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Évoluer dans l'espace déterminé.</p> <p>Évoluer dans un temps déterminé.</p> <p>Exécuter une chronologie d'actions.</p> <p>Différencier les rythmes simples.</p>	<p>Se déplacer dans l'espace déterminé en tenant compte de ses limites (murs, objets, lignes...).</p> <p>Se déplacer en tenant compte de points de repère concrets (obstacles, objets et personnes fixes ou mobiles).</p> <p>Placer du matériel en fonction de repères concrets.</p> <p>Trouver un point de repère de l'espace connu en fonction de sa représentation (photo, dessin, plan très simple...).</p> <p>Agir en fonction d'un temps déterminé (aller d'un point A à un point B en fonction de la durée d'une comptine).</p> <p>Estimer la durée de différentes actions.</p> <p>Réaliser une séquence d'actions en fonction de la représentation (graphique, verbale...), de leur chronologie.</p> <p>S'adapter à un rythme extérieur simple (rythme extrinsèque : un tempo donné...).</p> <p>Découvrir ses rythmes personnels (rythmes de déplacement, battements du cœur, respiration...).</p>
<b>Compétences</b>	<b>Attendus</b>
<p>Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps et le représenter.</p> <p>Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice.</p>	<p>Ajuster ses actions à différents espaces et repères (objets et personnes).</p> <p>Se situer dans différents espaces.</p> <p>Ajuster ses actions au temps déterminé.</p> <p>Se situer dans le temps.</p> <p>Ajuster ses mouvements à la représentation des actions.</p> <p>Ajuster son mouvement à différents rythmes.</p>

<b>HME5</b> S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps	
<b>Savoir</b> Connaître des attitudes expressives simples (joie, colère, dormir, grandir...).	<b>Attendu</b> Citer des attitudes expressives simples.
<b>Savoir-faire</b> Utiliser des gestes et des mouvements pour exprimer des attitudes simples.	<b>Attendus</b> Improviser sur un thème, une idée, une musique... Imiter, mimer une attitude expressive simple...
<b>Compétence</b> S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps.	<b>Attendu</b> Identifier et expliquer les attitudes expressives simples.

## CHAMP 2 : HABILITÉS SOCIOMOTRICES ET CITOYENNETÉ

<b>HSC1</b>	
Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre	
RESPECT DES RÈGLES, RÔLES ET BUTS	
<p><b>Savoirs</b></p> <p>Connaitre les consignes de jeu liées à l'activité.</p> <p>Connaitre le but à atteindre.</p> <p>Connaitre les différents rôles à assumer.</p>	<p><b>Attendus</b></p> <p>Énoncer les consignes liées à l'activité.</p> <p>Indiquer le but à atteindre.</p> <p>Identifier les différents rôles à assumer.</p>
<p><b>Savoir-faire</b></p> <p>À réactiver</p> <p>Appliquer des consignes liées à l'activité.</p> <p>Exercer différents rôles.</p>	<p><b>Attendus</b></p> <p>Accepter les consignes.</p> <p>Exécuter les consignes.</p> <p>Assumer différents rôles et responsabilités.</p>
<p><b>Compétence</b></p> <p>Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre.</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Se comporter en respectant des règles de base.</p>

<b>HSC2</b>	
Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune	
<p><b>Savoir</b></p> <p>À réactiver</p> <p>Connaitre les principes de communication : être compris, être réceptif aux messages des autres.</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Se faire comprendre, comprendre les messages des autres.</p>
<p><b>Savoir-faire</b></p> <p>À réactiver</p> <p>Collaborer.</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Exercer des actions avec ses partenaires.</p>
<p><b>Compétence</b></p> <p>Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune.</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Adapter son action en fonction des autres et du but poursuivi.</p>

<b>HSC3</b> Interagir positivement avec ses partenaires S'affirmer en respectant les autres (assertivité, vigilance aux stéréotypes...)	
<b>Savoir</b> Connaitre les comportements positifs attendus.	<b>Attendu</b> Nommer les attitudes fair-play.
<b>Savoir-être</b> <span style="background-color: #cccccc; padding: 2px;">À renforcer</span> Respecter les autres et le milieu.	<b>Attendus</b> Respecter les autres : écouter, attendre son tour, encourager, aider, s'exprimer en utilisant un langage verbal et non verbal correct...  Respecter le matériel et l'infrastructure.
<b>Compétence</b> Interagir positivement avec ses partenaires. S'affirmer en respectant les autres.	<b>Attendu</b> Adopter un comportement fair-play : bienveillance, respect, tolérance...

### CHAMP 3 : GESTION DE SA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ

<b>GSS1</b> Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Savoir que la respiration et la fréquence cardiaque s'adaptent en fonction de l'activité.	Citer les endroits du corps où l'on peut percevoir l'accélération du cœur.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Découvrir le plaisir du mouvement.	Verbaliser des éléments qui contribuent à son plaisir d'être actif, lors de jeux individuels ou collectifs.
Découvrir le fonctionnement du corps à l'effort et au repos et des besoins qui y sont liés (hydratation, se (dé) couvrir...).	Percevoir ses sensations corporelles à l'effort et au repos. Être actif (jouer, courir, marcher activement, danser...) 80 % de la séance. Adapter ses efforts à un rythme donné par le professeur.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique.	Identifier les possibilités d'activités physiques durant la journée.

<b>GSS2</b> Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieu naturel, urbain et aquatique	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendu</b>
Connaître les dangers potentiels de l'environnement. Découvrir le numéro d'appel d'urgence.	Repérer un danger potentiel de l'environnement.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<b>À renforcer</b> Respecter les consignes de sécurité énoncées par l'adulte (respecter les distances...).	Adopter les consignes de sécurité énoncées par l'adulte.
Découvrir les principes de manutention et les postures appropriées aux positions assise et debout.	
Découvrir les composantes de la sécurité aquatique : flottaison, propulsion, immersion, respiration.	En petite profondeur où l'élève a pied : - réaliser une flèche ventrale et dorsale avec ou sans aide à la flottabilité, avec mouvements de jambes et/ou de bras ; - sauter du bord sans le tenir, flotter sur le dos et/ou sur le ventre sans aide à la flottabilité et revenir au bord en se propulsant à l'aide de mouvements de jambes et/ou des bras ; - souffler dans l'eau.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieu naturel, urbain et aquatique.	Identifier, lors de sa participation à des activités physiques, des façons de prévenir des risques d'accident.

<b>GSS3</b>	
<b>Identifier ses émotions, mobiliser des techniques de gestion des émotions et du stress</b>	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des émotions et des sensations liées à celles-ci (calme, détendu, crispé, joyeux, fier, confiant, peur...).	Nommer le vocabulaire des émotions et des sensations liées à celles-ci (calme, détendu, crispé, joyeux, fier, confiant, peur...).
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Percevoir les sensations physiques liées aux émotions : respiration, modification du tonus, sensation viscérale (maux de ventre, rythme cardiaque, sudation...).	Exprimer les sensations physiques liées aux émotions : respiration, modification du tonus, sensation viscérale.
Expérimenter des techniques simples de gestion des émotions.	Appliquer des techniques dirigées de gestion des émotions.
Percevoir l'effet des émotions des autres sur soi.	
<b>Compétences</b>	<b>Attendu</b>
Identifier ses émotions.	Exprimer son vécu émotionnel de l'activité.
Mobiliser des techniques de gestion des émotions.	

<b>GSS4</b>	
<b>Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école</b>	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
Découvrir ses goûts en matière d'activité physique.	Exprimer son ressenti à l'égard de l'activité physique vécue.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école.	Découvrir les activités physiques possibles dans l'école.

<b>GSS5</b>	
<b>Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être</b>	
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être.	S'interroger et formuler des questions sur divers sujets liés à la santé.

Au travers des trois champs, l'élève apprend par le mouvement, en profitant régulièrement des possibilités qui lui sont offertes de développer et de mettre en pratique ses habiletés motrices, sociomotrices et citoyennes. L'acquisition des savoirs, dans le cadre du cours d'Éducation physique et à la santé, s'inscrit dans l'expérience quotidienne de l'élève.

L'intégration de l'ensemble des compétences des trois champs de l'EP&S, mobilisées à travers le jeu et le plaisir du mouvement, permettra à chaque élève :

- de prendre conscience de ses possibilités ;
- d'apprendre en participant joyeusement ;
- de faire naître le désir de s'améliorer ;
- d'identifier ses aptitudes ;
- de découvrir des orientations saines de plaisirs ;
- de créer et de s'exprimer en utilisant le mouvement comme forme de langage corporel ;
- de favoriser les relations sociales et promouvoir la participation au sein d'un groupe.

### Dans le champ des habiletés motrices et expression

Il est important de tenir compte, dans le choix des activités, de la spécificité de l'élève et de la diversité des niveaux au sein du groupe. Les situations proposées sont nombreuses et variées pour permettre à l'élève de diversifier ses actions et d'enrichir ses sensations. Elles doivent être différenciées et adaptées pour répondre aux besoins des élèves. En P3/4, l'élève exploite la connaissance de son corps pour choisir les mouvements adéquats. Dans des situations progressivement complexifiées, il ajuste ses mouvements aux consignes et aux buts poursuivis. Il appréhende l'espace et les objets qui l'entourent, les notions de temps et de rythme.

Il est capable de s'orienter dans un espace connu, de se déplacer avec efficacité sur différents supports et de gérer son équilibre en fonction des caractéristiques de celui-ci.

Il découvre les fondamentaux liés aux activités d'expression. Il utilise les caractéristiques des mouvements et des gestes (espace, temps, énergie...) pour s'exprimer.

### Dans le champ des habiletés sociomotrices et citoyenneté

Les situations globales et celles posant des problèmes à résoudre sont privilégiées. Les jeux collectifs sont soigneusement dosés, sans abuser de la compétition avec les autres, mais en faisant primer le plaisir du jeu sur le résultat. La manipulation d'objets différents permet aux élèves de s'adapter aux nécessités de l'action, aux règles et aux signaux du ou des partenaires de jeu.

L'élève est éveillé aux notions de fair-play, de respect et de tolérance.

### Dans le champ de la gestion de sa santé et de la sécurité

Au travers des situations vécues, l'élève est sensibilisé aux bénéfices d'une pratique physique régulière, à l'importance de réduire la sédentarité, notamment le temps passé devant les écrans.

Il est progressivement capable d'identifier ses goûts, ses sensations, ses forces et de se poser des questions au sujet de la santé.

Les comportements attendus sont liés, d'une part aux règles de sécurité applicables lors de la pratique d'activités physiques, et d'autre part, aux notions de premiers soins qui permettent aux élèves d'apprendre les mesures à suivre dans des situations d'urgence pouvant survenir lors de la pratique d'activités physiques.

## CHAMP 1 : HABILITÉS MOTRICES ET EXPRESSION

<b>HME1</b> Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux	
SCHÉMA CORPOREL ET LATÉRALISATION	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
Connaître les parties du corps (segments et articulations).	Nommer le vocabulaire du corps.
Connaître sa latéralité.	Décrire une position ou un mouvement (il fléchit les jambes, il lève les mains...).
	Affirmer sa latéralité.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Exercer sa latéralité dans la réalisation de grands mouvements.	Localiser et percevoir le corps et les parties du corps dans l'espace. (Intériorisation de l'image corporelle).
	Exercer la notion de gauche et droite à celle des autres et lors de déplacements (je passe à gauche de Pierre, je contourne les cônes par la gauche puis par la droite...).
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux.	Exploiter la connaissance de son corps pour choisir les mouvements adéquats (pied d'impulsion, choix du type de battues, ajustement postural...) dans des situations variées.
MOTRICITÉ GLOBALE : LES GRANDS MOUVEMENTS DE DÉPLACEMENTS, LES POSITIONS ET LE GAINAGE	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des actions motrices et des positions.	Nommer le vocabulaire des mouvements et des positions lié à l'activité (flexion, extension, en appui, en suspension...).
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Adapter ses mouvements aux circonstances et aux consignes.	Exercer avec fluidité les grands mouvements fondamentaux.
	Combiner deux actions motrices simples (courir et tourner...).
	Modifier son tonus musculaire (se relâcher, contracter...).
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Adapter les grands mouvements fondamentaux aux contraintes du milieu dans des situations variées.	Se déplacer avec efficacité sur différents supports (stable, instable, régulier, irrégulier...).
	Ajuster les grands mouvements fondamentaux de déplacements en fonction de consignes.
	Adapter son tonus musculaire en fonction des caractéristiques de l'action (durée, vitesse, amplitude...).

<b>HME2</b> Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale	
MOTRICITÉ GLOBALE AVEC MANIPULATION D'OBJETS MOTRICITÉ FINE AVEC MANIPULATION D'OBJETS	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des objets utilisés et des actions sur ceux-ci.	Nommer les objets utilisés et les actions sur ceux-ci.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<b>À renforcer</b> Manipuler des objets (foulard, raquette, bâton, balle, agrès...) en fonction de leurs caractéristiques (nature, forme, poids, fragilité, encombrement...).	Réaliser les actions : manipuler, propulser, déplacer, réceptionner, contrôler, prendre, tirer, transporter, tenir, saisir, attraper, lancer, dribbler, jongler...
Exercer la coordination de mouvements et de manipulation d'objets.	
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale.	Dans des situations complexifiées : Adapter ses mouvements en vue d'agir sur des objets.  Adapter ses mouvements en vue de réaliser des tâches de la vie quotidienne.

<b>HME3</b> S'équilibrer : maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels	
ÉQUILIBRE	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
Exercer les techniques d'équilibre en situations dynamiques et statiques plus complexes.	Maintenir et rétablir son équilibre en positionnant son centre de gravité, ses bras, en fixant son regard, en ajustant son tonus musculaire, ses appuis, sa surface de contact.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
S'équilibrer, maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels.	Gérer équilibres et déséquilibres dans des situations plus complexes et dans des milieux différents.

<b>HME4</b> Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps, et le représenter Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice	
ESPACE, TEMPS ET RYTHME DE L'ACTION	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre le vocabulaire spatial associé à l'activité.</p> <p>Connaitre des symboles spatiaux spécifiques.</p> <p>Connaitre le vocabulaire spatiotemporel associé à l'activité (accélération, changement de rythmes...).</p>	<p>Nommer et distinguer les repères spatiaux liés à l'activité.</p> <p>Nommer et distinguer les repères temporels liés à l'activité.</p> <p>Nommer le vocabulaire spatiotemporel lié à l'activité.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Évoluer dans l'espace déterminé.</p> <p>Suivre différents rythmes.</p>	<p>Se déplacer en fonction de points de repère concrets fixes ou mobiles (obstacles, objets et personnes fixes ou mobiles).</p> <p>Se repérer dans l'espace connu en fonction de sa représentation (lecture de schémas, plans (circuits)...) et inversement.</p> <p>Représenter le cheminement réalisé.</p> <p>Placer du matériel en fonction d'un plan.</p> <p>S'adapter à un rythme extérieur seul ou à plusieurs.</p> <p>Découvrir ses rythmes personnels (rythmes de déplacement, battements du cœur, respiration...).</p>
<b>Compétences</b>	<b>Attendus</b>
<p>Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps et le représenter.</p> <p>Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice.</p>	<p>S'orienter dans un espace connu en fonction des caractéristiques de celui-ci.</p> <p>Ajuster le rythme de ses mouvements en fonction de l'action.</p> <p>Traduire par le geste des structures rythmiques, seul ou en partenariat.</p>

<b>HME5</b> S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Découvrir des fondamentaux liés à l'activité d'expression : fermeture et ouverture du corps, temps, espace, énergie...</p> <p>Utiliser des gestes et des mouvements spontanés ou suggérés comme outil d'expression.</p>	<p>Imiter, mimer une attitude expressive.</p> <p>Improviser seul ou en partenariat sur un thème, une idée, une musique...</p> <p>Exécuter une chorégraphie simple sur une idée, un thème...</p> <p>Apprécier la production de pairs.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
<p>S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps.</p>	<p>Présenter des séquences expressives simples.</p>

## CHAMP 2 : HABILITÉS SOCIOMOTRICES ET CITOYENNETÉ

<b>HSC1</b>	
Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre	
RESPECT DES RÈGLES, RÔLES ET BUTS	
<p><b>Savoirs</b></p> <p>Connaitre les consignes liées à l'activité.</p> <p>Connaitre le but à atteindre.</p> <p>Connaitre les différents rôles à assumer.</p>	<p><b>Attendus</b></p> <p>Énoncer les règles liées à l'activité.</p> <p>Identifier le but à atteindre.</p> <p>Identifier les rôles à assumer (attaquant, défenseur, gardien, voltigeur, garant, relayeur...).</p>
<p><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À renforcer</b></p> <p>Contribuer à l'élaboration de règles communes.</p> <p>Appliquer des règles liées à l'activité.</p> <p>Exercer différents rôles</p>	<p><b>Attendus</b></p> <p>Accepter les règles.</p> <p>Participer à l'élaboration de règles communes.</p> <p>Respecter les règles.</p> <p>Assumer différents rôles.</p>
<p><b>Compétence</b></p> <p>Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre.</p>	<p><b>Attendus</b></p> <p>Se comporter en respectant des règles.</p> <p>Ajuster son action en fonction du but à atteindre.</p>

<b>HSC2</b>	
Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune	
<p><b>Savoirs</b></p> <p>Connaitre les principes de communication : être compris, être réceptif aux messages des autres.</p> <p>Reconnaitre les signaux de l'environnement (repères du terrain) ou émis par des partenaires.</p> <p>Connaitre des stratégies de jeux.</p>	<p><b>Attendus</b></p> <p>Se faire comprendre, comprendre les messages des autres.</p> <p>Repérer les signaux pertinents à observer (environnement, partenaires de jeu).</p> <p>Expliquer les stratégies de jeu et ses choix d'action.</p>
<p><b>Savoir-faire</b></p> <p>Communiquer et collaborer avec un ou plusieurs partenaires en exécutant des mouvements ou des actions motrices au bon moment, au bon endroit (communication verbale et non verbale).</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Agir en fonction des signaux perçus dans l'environnement ou émis par son ou ses partenaire(s) : repérer des espaces libres et s'y positionner, aider son ou ses partenaire(s), se signaler...</p>
<p><b>Compétence</b></p> <p>Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune.</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Adapter son action à celle des partenaires en fonction du but poursuivi.</p>

<b>HSC3</b> Interagir positivement avec ses partenaires S'affirmer en respectant les autres (assertivité, vigilance aux stéréotypes...)	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À renforcer</b> Connaître les comportements positifs attendus. Découvrir la notion de fair-play.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Nommer les attitudes fair-play.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-être</b></p> <p><b>À renforcer</b> Respecter les autres et le milieu.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Respecter les autres : écouter, attendre son tour, encourager, s'exprimer en utilisant un langage verbal et non verbal correct, aider, accepter de perdre et savoir gagner, faire preuve d'honnêteté, accepter les différences* et les erreurs... Respecter le matériel et l'infrastructure.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétences</b></p> <p>Interagir positivement avec ses partenaires. S'affirmer en respectant les autres.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Adopter un comportement fair-play : maîtrise de soi, bienveillance, respect, tolérance...</p>

\* Vivre ensemble avec les différences en évitant les stéréotypes : de genre, morphologiques, médicaux, comportementaux, intellectuels... en rapport avec l'engagement dans l'activité.

## CHAMP 3 : GESTION DE SA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ

<b>GSS1</b> Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Découvrir les grands principes liés à une bonne hygiène de vie (hygiène, alimentation, hydratation, sommeil, activité physique, évitement de la sédentarité...).</p> <p>Comprendre le fonctionnement du corps à l'effort et au repos, à travers la prise de la fréquence cardiaque.</p>	<p>Identifier de bonnes habitudes de vie en matière d'alimentation, hydratation, sommeil, hygiène...</p> <p>Énoncer des bienfaits liés à la pratique quotidienne d'activités physiques.</p> <p>Situer les endroits du corps pour la prise de la fréquence cardiaque.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Expérimenter des facteurs de la condition physique, à travers des activités physiques variées : endurance, souplesse, force.</p>	<p>Comparer ses sensations corporelles à l'effort, dans les étirements et au repos.</p> <p>Adapter ses efforts à un rythme donné par le professeur. Être actif (jouer, courir, marcher activement, danser...) 80 % de la séance.</p> <p>Effectuer des efforts longs (courir, marcher activement, danser...) de faible intensité de fréquence cardiaque et à un rythme régulier.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
<p>Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique.</p>	<p>S'impliquer dans les activités de développement de la condition physique.</p>

<b>GSS2</b> Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieux naturel, urbain et aquatique	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre le numéro d'appel d'urgence.</p> <p>Penser à sa sécurité et celle des autres lors d'un accident, afin d'éviter le sur-accident.</p>	<p>Citer le numéro d'appel d'urgence : 112.</p> <p>Repérer les dangers potentiels de l'environnement.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Découvrir des actions préventives pour éviter des blessures et des accidents, lors de sa participation aux activités physiques (port du casque, tenue adéquate, s'échauffer, s'étirer, manutention, postures adéquates...).</p> <p>Exercer les composantes de la sécurité aquatique : flottaison, propulsion, immersion, respiration.</p>	<p>Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout.</p> <p>En moyenne profondeur :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- réaliser une flèche ventrale et dorsale avec ou sans aide à la flottabilité avec mouvements de jambes et/ou de bras ;</li> <li>- sauter du bord sans le tenir, flotter sur le dos et/ou sur le ventre sans aide à la flottabilité et revenir au bord en se propulsant à l'aide de mouvements de jambes et/ou des bras ;</li> <li>- souffler dans l'eau.</li> </ul>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieux naturel, urbain et aquatique.	Identifier, lors de sa participation à des activités physiques, des façons de prévenir des risques d'accident.

<b>GSS3</b> Identifier ses émotions, mobiliser des techniques de gestion des émotions et du stress	
<b>Savoir</b> Connaître le vocabulaire des émotions et des sensations liées à celles-ci (calme, détendu, crispé, joyeux, fier, confiant, peur...).	<b>Attendu</b> Nommer le vocabulaire des émotions et des sensations liées à celles-ci (calme, détendu, crispé, joyeux, fier, confiant, peur...).
<b>Savoir-faire</b> Percevoir les sensations physiques liées aux émotions : respiration, modification du tonus, sensation viscérale (maux de ventre, rythme cardiaque, sudation...)  Expérimenter des techniques de gestion des émotions.  Percevoir l'effet de ses émotions sur les autres.	<b>Attendus</b> Exprimer les sensations physiques liées aux émotions : respiration, modification du tonus, sensation viscérale.  Appliquer des techniques dirigées de gestion des émotions.
<b>Compétences</b> Identifier ses émotions.  Mobiliser des techniques de gestion des émotions.	<b>Attendu</b> Exprimer son vécu émotionnel de l'activité.

<b>GSS4</b> Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école	
<b>Savoir-faire</b> Découvrir ses goûts et capacités en matière d'activité physique.	<b>Attendu</b> Exprimer son ressenti à l'égard de l'activité physique vécue.
<b>Compétence</b> Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école.	<b>Attendus</b> Identifier ses forces en activité physique.  Reconnaître, dans son milieu, les possibilités d'activité physique.

<b>GSS5</b> Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être	
<b>Compétence</b> Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être.	<b>Attendu</b> S'interroger et formuler des questions sur divers sujets liés à la santé.

Au travers des trois champs, l'élève poursuit ses découvertes motrices, sociomotrices et citoyennes. L'acquisition des savoirs, dans le cadre du cours d'Éducation physique et à la santé, s'inscrit dans l'expérience quotidienne de l'élève.

L'intégration de l'ensemble des compétences des trois champs de l'EP&S, mobilisées à travers le jeu et le plaisir du mouvement, permettra à chaque élève :

- de prendre conscience de ses possibilités ;
- d'apprendre en participant joyeusement ;
- de faire naître le désir de s'améliorer ;
- d'identifier ses aptitudes ;
- de découvrir des orientations saines de plaisirs ;
- de créer et de s'exprimer en utilisant le mouvement comme forme de langage corporel ;
- de favoriser les relations sociales et promouvoir la participation au sein d'un groupe.

#### Dans le champ des habiletés motrices et expression

Il est important de tenir compte, dans le choix des activités, de la spécificité de l'élève et de la diversité des niveaux au sein du groupe. Les situations proposées sont nombreuses et variées pour permettre à l'élève de diversifier ses actions et d'enrichir ses sensations. Elles doivent être différenciées et adaptées pour répondre aux besoins des élèves.

En P3/4, l'élève exploite la connaissance de son corps pour choisir les mouvements adéquats. Dans des situations progressivement complexifiées, il ajuste ses mouvements aux consignes et aux buts poursuivis. Il appréhende l'espace et les objets qui l'entourent, les notions de temps et de rythme.

Il est capable de s'orienter dans un espace connu, de se déplacer avec efficacité sur différents supports et de gérer son équilibre en fonction des caractéristiques de celui-ci.

Il découvre les fondamentaux liés aux activités d'expression.

#### Dans le champ des habiletés sociomotrices et citoyenneté

Les situations globales et celles posant des problèmes à résoudre sont privilégiées. Les jeux collectifs sont soigneusement dosés, sans abuser de la compétition avec les autres, mais en faisant primer le plaisir du jeu sur le résultat.

La manipulation d'objets différents permet aux élèves de s'adapter aux nécessités de l'action, aux règles et aux signaux du ou des partenaires pour s'impliquer, dès P5, dans des stratégies collectives et collaboratives simples.

L'élève est éveillé aux notions de fair-play, de respect et de tolérance.

Dans le champ de la gestion de sa santé et de la sécurité

Au travers des situations vécues, l'élève est sensibilisé aux bénéfices d'une pratique physique régulière, à l'importance de réduire la sédentarité, notamment le temps passé devant les écrans.

Il est progressivement capable d'identifier ses goûts, ses sensations, ses forces et de se poser des questions au sujet de la santé.

Les comportements attendus sont liés, d'une part aux règles de sécurité applicables lors de la pratique d'activités physiques, et d'autre part, aux notions de premiers soins qui permettent aux élèves d'apprendre les mesures à suivre dans des situations d'urgence pouvant survenir lors de la pratique d'activités physiques.

## CHAMP 1 : HABILITÉS MOTRICES ET EXPRESSION

<b>HME1</b> Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux	
SCHÉMA CORPOREL ET LATÉRALISATION	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaître les parties du corps (segments et articulations).</p> <p>Connaître sa latéralité.</p>	<p>Nommer le vocabulaire du corps.</p> <p>Décrire une position ou un mouvement (il fléchit les jambes, il lève les mains...).</p> <p>Affirmer sa latéralité.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À réactiver</b></p> <p>Exercer sa latéralité dans la réalisation de grands mouvements.</p>	<p>Localiser et percevoir le corps et les parties du corps dans l'espace. (Intériorisation de l'image corporelle).</p> <p>Exercer la notion de gauche et droite à celle des autres et lors de déplacements (je passe à gauche de Pierre, je contourne les cônes par la gauche puis par la droite...).</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux	Exploiter la connaissance de son corps pour choisir les mouvements adéquats (pied d'impulsion, choix du type de battues, ajustement postural...) dans des situations variées.
MOTRICITÉ GLOBALE : LES GRANDS MOUVEMENTS DE DÉPLACEMENTS, LES POSITIONS ET LE GAINAGE	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des actions motrices et des positions.	Nommer le vocabulaire des mouvements et des positions lié à l'activité (flexion, extension, en appui, en suspension...).
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À réactiver</b></p> <p>Adapter ses mouvements aux circonstances et aux consignes.</p>	<p>Exercer avec fluidité les grands mouvements fondamentaux.</p> <p>Combiner deux actions motrices simples (courir et tourner...).</p> <p>Modifier son tonus musculaire (se relâcher, contracter...).</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Adapter les grands mouvements fondamentaux aux contraintes du milieu dans des situations variées.	<p>Se déplacer avec efficacité sur différents supports (stable, instable, régulier, irrégulier...).</p> <p>Ajuster les grands mouvements fondamentaux de déplacements en fonction de consignes.</p> <p>Adapter son tonus musculaire en fonction des caractéristiques de l'action (durée, vitesse, amplitude...).</p>

<b>HME2</b> Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale	
MOTRICITÉ GLOBALE AVEC MANIPULATION D'OBJETS MOTRICITÉ FINE AVEC MANIPULATION D'OBJETS	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des objets utilisés et des actions sur ceux-ci.	Nommer les objets utilisés et les actions sur ceux-ci.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<b>À renforcer</b> Manipuler des objets (foulard, raquette, bâton, balle, agrès...) en fonction de leurs caractéristiques (nature, forme, poids, fragilité, encombrement...).	Réaliser les actions : manipuler, propulser, déplacer, réceptionner, contrôler, prendre, tirer, transporter, tenir, saisir, attraper, lancer, dribbler, jongler...
Exercer la coordination de mouvements et de manipulation d'objets.	
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Coordonner et enchaîner des mouvements et des manipulations d'objets pour finaliser une action globale.	Dans des situations complexifiées : Adapter ses mouvements en vue d'agir sur des objets.  Adapter ses mouvements en vue de réaliser des tâches de la vie quotidienne.

<b>HME3</b> S'équilibrer : maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels	
ÉQUILIBRE	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<b>À réactiver</b> Exercer les techniques d'équilibre en situations dynamiques et statiques plus complexes.	Maintenir et rétablir son équilibre en positionnant son centre de gravité, ses bras, en fixant son regard, en ajustant son tonus musculaire, ses appuis, sa surface de contact.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
S'équilibrer, maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels.	Gérer équilibres et déséquilibres dans des situations plus complexes et dans des milieux différents.

<b>HME4</b> Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps, et le représenter Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice	
ESPACE, TEMPS ET RYTHME DE L'ACTION	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre le vocabulaire spatial associé à l'activité.</p> <p>Connaitre des symboles spatiaux spécifiques.</p> <p>Connaitre le vocabulaire spatiotemporel associé à l'activité (accélération, changement de rythmes...).</p>	<p>Nommer et distinguer les repères spatiaux liés à l'activité.</p> <p>Nommer et distinguer les repères temporels liés à l'activité.</p> <p>Nommer le vocabulaire spatiotemporel lié à l'activité.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À réactiver</b> Évoluer dans l'espace déterminé.</p> <p>Suivre différents rythmes.</p>	<p>Se déplacer en fonction de points de repère concrets fixes ou mobiles (obstacles, objets et personnes fixes ou mobiles).</p> <p>Se repérer dans l'espace connu en fonction de sa représentation (lecture de schémas, plans (circuits)...) et inversement, représenter le cheminement réalisé.</p> <p>Placer du matériel en fonction d'un plan.</p> <p>S'adapter à un rythme extérieur seul ou à plusieurs.</p> <p>Découvrir ses rythmes personnels (rythmes de déplacement, battements du cœur, respiration...).</p>
<b>Compétences</b>	<b>Attendus</b>
<p>Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps et le représenter.</p> <p>Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice.</p>	<p>S'orienter dans un espace connu en fonction des caractéristiques de celui-ci.</p> <p>Ajuster le rythme de ses mouvements en fonction de l'action.</p> <p>Traduire par le geste des structures rythmiques, seul ou en partenariat.</p>

<b>HME5</b> S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Découvrir des fondamentaux liés à l'activité d'expression : fermeture et ouverture du corps, temps, espace, énergie...</p> <p>Utiliser des gestes et des mouvements spontanés ou suggérés comme outil d'expression.</p>	<p>Imiter, mimer une attitude expressive.</p> <p>Improviser seul ou en partenariat sur un thème, une idée, une musique...</p> <p>Exécuter une chorégraphie simple sur une idée, un thème...</p> <p>Apprécier la production de pairs.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
<p>S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps.</p>	<p>Présenter des séquences expressives simples.</p>

## CHAMP 2 : HABILITÉS SOCIOMOTRICES ET CITOYENNETÉ

<b>HSC1</b>	
Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre	
RESPECT DES RÈGLES, RÔLES ET BUTS	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre les règles liées à l'activité.</p> <p>Connaitre le but à atteindre.</p> <p>Connaitre les différents rôles à assumer.</p>	<p>Énoncer les consignes liées à l'activité.</p> <p>Identifier le but à atteindre.</p> <p>Identifier les rôles à assumer (attaquant, défenseur, gardien, voltigeur, garant, relayeur...).</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À renforcer</b></p> <p>Contribuer à l'élaboration de règles communes.</p> <p>Appliquer des règles liées à l'activité.</p> <p>Exercer différents rôles.</p>	<p>Accepter les règles.</p> <p>Participer à l'élaboration de règles communes.</p> <p>Respecter les règles.</p> <p>Assumer différents rôles.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
<p>Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre.</p>	<p>Se comporter en respectant des règles.</p> <p>Ajuster son action en fonction du but à atteindre.</p>

54

<b>HSC2</b>	
Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À renforcer</b></p> <p>Connaitre les principes de communication : être compris, être réceptif aux messages des autres.</p> <p>Reconnaitre les signaux de l'environnement (repères du terrain) ou émis par des partenaires.</p> <p>Connaitre des stratégies de jeux.</p>	<p>Se faire comprendre, comprendre les messages des autres.</p> <p>Repérer les signaux pertinents à observer (environnement, partenaires de jeu).</p> <p>Expliquer les stratégies de jeu et ses choix d'action.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<p><b>À renforcer</b></p> <p>Communiquer et collaborer avec un ou plusieurs partenaires en exécutant des mouvements ou des actions motrices au bon moment, au bon endroit (communication verbale et non verbale).</p>	<p>Agir en fonction des signaux perçus dans l'environnement ou émis par son ou ses partenaire(s), repérer des espaces libres et s'y positionner, aider son ou ses partenaire(s), se signaler...</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
<p>Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune.</p>	<p>Adapter son action à celle des partenaires en fonction du but poursuivi.</p>

<b>HSC3</b> Interagir positivement avec ses partenaires S'affirmer en respectant les autres (assertivité, vigilance aux stéréotypes...)	
<b>Savoir</b> <b>À renforcer</b> Connaître les comportements positifs attendus. Découvrir la notion de fair-play.	<b>Attendu</b> Nommer les attitudes fair-play.
<b>Savoir-être</b> <b>À renforcer</b> Respecter les autres et le milieu.	<b>Attendus</b> Respecter les autres : écouter, attendre son tour, encourager, s'exprimer en utilisant un langage verbal et non verbal correct, aider, accepter de perdre et savoir gagner, faire preuve d'honnêteté, accepter les différences* et les erreurs... Respecter le matériel et l'infrastructure.
<b>Compétences</b> Interagir positivement avec ses partenaires. S'affirmer en respectant les autres.	<b>Attendu</b> Adopter un comportement fair-play : maîtrise de soi, bienveillance, respect, tolérance...

\* Vivre ensemble avec les différences en évitant les stéréotypes : de genre, morphologiques, médicaux, comportementaux, intellectuels... en rapport avec l'engagement dans l'activité.

### CHAMP 3 : GESTION DE SA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ

<b>GSS1</b> Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Découvrir les grands principes liés à une bonne hygiène de vie (hygiène, alimentation, hydratation, sommeil, activité physique, évitement de la sédentarité...).</p> <p>Comprendre le fonctionnement du corps à l'effort et au repos, à travers la prise de la fréquence cardiaque.</p>	<p>Identifier de bonnes habitudes de vie en matière d'alimentation, hydratation, sommeil, hygiène...</p> <p>Énoncer des bienfaits liés à la pratique quotidienne d'activités physiques.</p> <p>Situer les endroits du corps pour la prise de la fréquence cardiaque.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Expérimenter des facteurs de la condition physique, à travers des activités physiques variées : endurance, souplesse, force.</p>	<p>Comparer ses sensations corporelles à l'effort, dans les étirements et au repos.</p> <p>Adapter ses efforts à un rythme donné par le professeur. Être actif (jouer, courir, marcher activement, danser...) 80 % de la séance.</p> <p>Effectuer des efforts longs (marcher activement et/ou courir et/ou nager...) de faible intensité de fréquence cardiaque et à un rythme régulier.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
<p>Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique.</p>	<p>S'impliquer dans les activités de développement de la condition physique.</p>

<b>GSS2</b> Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieux naturel, urbain et aquatique	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre le numéro d'appel d'urgence.</p> <p>Penser à sa sécurité et celle des autres lors d'un accident afin d'éviter le sur-accident.</p>	<p>Citer le numéro d'appel d'urgence : 112.</p> <p>Repérer les dangers potentiels de l'environnement.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À renforcer</b></p> <p>Découvrir des actions préventives pour éviter des blessures et des accidents lors de sa participation aux activités physiques (port du casque, tenue adéquate, s'échauffer, s'étirer, manutention, postures adéquates...).</p> <p>Exercer les composantes de la sécurité aquatique : flottaison, propulsion, immersion, respiration.</p>	<p>Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout.</p> <p>En moyenne profondeur :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- réaliser une flèche ventrale et dorsale sans aide à la flottabilité avec mouvements de jambes et/ou de bras ;</li> <li>- sauter du bord sans le tenir, flotter sur le dos ou rester en surface (mouvements de jambes et godille des bras) pendant 20 secondes et revenir au bord en se propulsant à l'aide de mouvements de jambes et/ou des bras, tête hors/ou dans l'eau.</li> </ul>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieux naturel, urbain et aquatique.	Identifier, lors de sa participation à des activités physiques, des façons de prévenir des risques d'accident.

<b>GSS3</b> Identifier ses émotions, mobiliser des techniques de gestion des émotions et du stress	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaitre le vocabulaire des émotions et des sensations liées à celles-ci (calme, détendu, crispé, joyeux, fier, confiant, peur...).	Nommer le vocabulaire des émotions et des sensations liées à celles-ci (calme, détendu, crispé, joyeux, fier, confiant, peur...).
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Percevoir les sensations physiques liées aux émotions : respiration, modification du tonus, sensation viscérale (maux de ventre, rythme cardiaque, sudation...).</p> <p>Expérimenter des techniques de gestion des émotions.</p> <p>Percevoir l'effet de ses émotions sur les autres.</p>	<p>Exprimer les sensations physiques liées aux émotions : respiration, modification du tonus, sensation viscérale.</p> <p>Appliquer des techniques dirigées de gestion des émotions.</p>
<b>Compétences</b>	<b>Attendu</b>
<p>Identifier ses émotions.</p> <p>Mobiliser des techniques de gestion des émotions.</p>	Exprimer son vécu émotionnel de l'activité.

## P4

<b>GSS4</b>	
<b>Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école</b>	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
Découvrir ses goûts et capacités en matière d'activité physique.	Exprimer son ressenti à l'égard de l'activité physique vécue.
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école	<p>Identifier ses forces en activité physique.</p> <p>Reconnaitre, dans son milieu, les possibilités d'activité physique.</p>

<b>GSS5</b>	
<b>Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être</b>	
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être.	S'interroger et formuler des questions sur divers sujets liés à la santé.

Au travers des trois champs, l'élève poursuit ses découvertes motrices, sociomotrices et citoyennes. L'acquisition des savoirs, dans le cadre du cours d'Éducation physique et à la santé, s'inscrit dans l'expérience quotidienne de l'élève.

L'intégration de l'ensemble des compétences des trois champs de l'EP&S, mobilisées à travers le jeu et le plaisir du mouvement, permettra à chaque élève :

- de prendre conscience de ses possibilités ;
- d'apprendre en participant joyeusement ;
- de faire naître le désir de s'améliorer ;
- d'identifier ses aptitudes ;
- de découvrir des orientations saines de plaisirs ;
- de créer et de s'exprimer en utilisant le mouvement comme forme de langage corporel ;
- de favoriser les relations sociales et promouvoir la participation au sein d'un groupe.

### Dans le champ des habiletés motrices et expression

Il est important de tenir compte, dans le choix des activités, de la spécificité de l'élève et de la diversité des niveaux au sein du groupe. Les situations proposées sont nombreuses et variées pour permettre à l'élève de diversifier ses actions et d'enrichir ses sensations. Elles doivent être différenciées et adaptées pour répondre aux besoins des élèves.

L'élève a acquis des habiletés lui permettant de pratiquer une variété d'activités physiques. À travers des situations d'apprentissage progressivement codifiées, il utilise et affine sa motricité et sa gestuelle de façon à être de plus en plus précis et efficace.

Il utilise des techniques liées aux activités d'expression.

### Dans le champ des habiletés sociomotrices et citoyenneté

Les jeux et sports collectifs sont privilégiés dans leurs dimensions relationnelles sans exacerber la compétition, mais en faisant primer plaisir et efficacité sur le seul résultat.

L'élève a acquis des habiletés lui permettant de s'impliquer dans un groupe, une équipe. Il participe à l'élaboration de stratégies collectives et collaboratives simples et est capable d'adopter un comportement approprié.

### Dans le champ de la gestion de sa santé et de la sécurité

Au travers des situations vécues, l'élève est sensibilisé aux bénéfices d'une pratique physique régulière. Il est capable d'identifier ses goûts, ses sensations, ses forces et celles des autres.

Les comportements attendus sont liés, d'une part aux règles de sécurité applicables lors de la pratique d'activités physiques, et d'autre part, aux notions de premiers soins qui permettent aux élèves d'apprendre les mesures à suivre dans des situations d'urgence pouvant survenir lors de la pratique d'activités physiques.

Il prend progressivement conscience de sa capacité à effectuer des choix personnels au service d'un mode de vie sain et actif. Il peut verbaliser son ressenti et poser des questions au sujet de la santé. Il est éveillé à l'apport positif des outils numériques pour affiner son schéma corporel, améliorer ses pratiques et entretenir sa santé. Parallèlement, il est sensibilisé à l'influence négative du temps passé devant les écrans.

## CHAMP 1 : HABILITÉS MOTRICES ET EXPRESSION

<b>HME1</b> Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux	
SCHÉMA CORPOREL ET LATÉRALISATION	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
Connaître les parties du corps (segments et articulations, muscles). Connaître sa latéralité.	Nommer le vocabulaire du corps. Décrire une position ou un mouvement.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<b>À renforcer</b> Exercer sa latéralité dans la réalisation de grands mouvements.	Appliquer la notion de gauche et droite à celle des autres et lors de déplacements.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux.	Utiliser la connaissance de son corps pour produire un geste efficace.
MOTRICITÉ GLOBALE : LES GRANDS MOUVEMENTS DE DÉPLACEMENTS, LES POSITIONS ET LE GAINAGE	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des actions motrices, des positions et du gainage.	Nommer le vocabulaire des mouvements et des positions lié à l'activité (ATR, sprint...).
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<b>À renforcer</b> Adapter ses mouvements aux circonstances et aux consignes.	Exercer avec fluidité les grands mouvements fondamentaux. Enchaîner les grands mouvements fondamentaux. Combiner plusieurs actions motrices. Modifier son tonus musculaire (se relâcher, contracter...).
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux.	Affiner les grands mouvements fondamentaux dans le but de découvrir l'efficacité de certains gestes techniques : Enchaîner des grands mouvements fondamentaux de déplacements en fonction de consignes.  Adapter les habiletés motrices aux contraintes du milieu dans des situations variées.  Adapter son tonus musculaire en fonction des caractéristiques de l'action (durée, vitesse, amplitude...).

<b>HME2</b> Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale	
MOTRICITÉ GLOBALE AVEC MANIPULATION D'OBJETS MOTRICITÉ FINE AVEC MANIPULATION D'OBJETS	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des objets utilisés et des actions sur ceux-ci.	Nommer les objets utilisés et les actions sur ceux-ci.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Manipuler des objets (bâton, raquette, crosse, balle, agrès...).	Réaliser des actions de manipulation progressivement codifiées : réceptionner, contrôler, passer, dribbler...
Exercer la coordination mouvements et manipulation d'objets.	Enchaîner des mouvements avec manipulation d'objets en fonction de consignes.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale.	Dans des situations progressivement codifiées : Enchaîner mouvements et manipulation d'objets en vue de finaliser en action globale (jonglerie, course et lancer, jeux de lancers...).

<b>HME3</b> S'équilibrer : maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels	
ÉQUILIBRE	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire d'équilibration lié aux activités (appuis, centre de gravité).	Expliquer les principes d'équilibration liés aux activités.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<b>À renforcer</b> Exercer les techniques d'équilibre en situations dynamiques et statiques plus complexes.	Maintenir et rétablir son équilibre en positionnant son centre de gravité, ses bras, en fixant son regard, en ajustant son tonus musculaire, ses appuis, sa surface de contact.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
S'équilibrer, maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels.	Gérer équilibres et déséquilibres dans des situations plus complexes et dans des milieux différents.

<b>HME4</b> Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps, et le représenter Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice	
ESPACE, TEMPS ET RYTHME DE L'ACTION	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre le vocabulaire spatial associé à l'activité.</p> <p>Connaitre des symboles spatiaux spécifiques.</p> <p>Connaitre le vocabulaire spatiotemporel associé à l'activité (accélération, changement de rythmes...).</p>	<p>Nommer et distinguer les repères spatiaux liés à l'activité.</p> <p>Nommer le vocabulaire spatiotemporel lié à l'activité.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À renforcer</b></p> <p>Évoluer dans l'espace déterminé.</p> <p>Exercer différents rythmes.</p>	<p>Effectuer des déplacements et des actions en fonction des caractéristiques de l'espace</p> <p>Se repérer dans l'espace en fonction de sa représentation (lecture de schémas, plans (circuits)...) et inversement.</p> <p>Représenter le cheminement réalisé.</p> <p>Modifier son rythme en fonction de la tâche à accomplir.</p>
<b>Compétences</b>	<b>Attendus</b>
<p>Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps et le représenter.</p> <p>Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice.</p>	<p>S'orienter dans un espace connu et/ou nouveau en fonction des caractéristiques du milieu.</p> <p>Ajuster le rythme de ses mouvements en fonction de l'action.</p> <p>Traduire par le geste des structures rythmiques, seul ou en partenariat.</p>

<b>HME5</b> S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Découvrir des fondamentaux liés à l'activité d'expression : fermeture et ouverture du corps, temps, espace, énergie...</p> <p>Utiliser des gestes et des mouvements spontanés ou suggérés comme outil d'expression.</p>	<p>Créer une situation d'expression corporelle, une chorégraphie simple sur une idée, un thème...</p> <p>Apprécier la production de pairs et la sienne.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
<p>S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps.</p>	<p>Élaborer et présenter une séquence expressive.</p>

## CHAMP 2 : HABILITÉS SOCIOMOTRICES ET CITOYENNETÉ

<b>HSC1</b>	
Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre	
RESPECT DES RÈGLES, RÔLES ET BUTS	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre les règles liées à l'activité.</p> <p>Connaitre le but à atteindre.</p> <p>Connaitre les différents rôles à assumer.</p>	<p>Énoncer les règles liées à l'activité.</p> <p>Identifier le but à atteindre.</p> <p>Distinguer les rôles à assumer (attaquant, défenseur, gardien, arbitre, voltigeur, garant, relayeur...).</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>A renforcer</b></p> <p>Contribuer à l'élaboration de règles communes.</p> <p>Appliquer des règles liées à l'activité.</p> <p>Exercer différents rôles.</p>	<p>Accepter les règles.</p> <p>Participer à l'élaboration de règles communes.</p> <p>Respecter les règles.</p> <p>Assumer différents rôles.</p> <p>Changer de rôles en cours de jeu : se reconnaître attaquant, défenseur, voltigeur, garant...</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
<p>Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun, en fonction du but à atteindre.</p>	<p>Se comporter en respectant des règles.</p> <p>Ajuster son action en fonction du but à atteindre.</p>

<b>HSC2</b> Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À renforcer</b> Connaître les principes de communication : être compris, être réceptif aux messages des autres.</p> <p>Reconnaître les signaux de l'environnement (repères du terrain) ou émis par des partenaires.</p> <p>Connaître des stratégies de jeux.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Se faire comprendre, comprendre les messages des autres.</p> <p>Repérer les signaux pertinents à observer (environnement, partenaires).</p> <p>Expliquer les stratégies de jeu et ses choix d'action.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À renforcer</b> Communiquer et collaborer avec un ou plusieurs partenaires en exécutant des mouvements ou des actions motrices au bon moment, au bon endroit (communication verbale et non verbale).</p> <p>Feinter et s'opposer.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Agir en fonction des signaux perçus dans l'environnement ou émis par son ou ses partenaire(s).</p> <p>Utiliser les moyens acquis pour participer à l'action collective :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- les habiletés motrices ;</li> <li>- les stratégies de jeu : exploiter l'espace, aider ses coéquipiers, se démarquer, se signaler, feinter, faire circuler, protéger le territoire/le but, immobiliser, contre-attaquer...</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Compétence</b></p> <p>Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Adapter son action à celle des partenaires en fonction du but poursuivi.</p> <p>Décider et agir dans une action commune pour se mettre au service de l'action collective, apporter des solutions à ses coéquipiers, poser des problèmes aux adversaires en situations d'opposition, de coopération ou de duel.</p>

<b>HSC3</b> Interagir positivement avec ses partenaires S'affirmer en respectant les autres (assertivité, vigilance aux stéréotypes...)	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À renforcer</b> Connaître les comportements positifs attendus.</p> <p>Connaître la notion de fair-play.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Nommer les attitudes fair-play.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-être</b></p> <p><b>À renforcer</b> Respecter les autres et le milieu.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Respecter les autres : s'exprimer en utilisant un langage verbal et non verbal correct, aider, accepter de perdre et savoir gagner, faire preuve d'honnêteté, accepter les différences* et les erreurs, reconnaître la qualité des réalisations des autres...</p> <p>Respecter le matériel et l'infrastructure.</p> <p>S'investir dans l'activité.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétences</b></p> <p><b>À renforcer</b> Interagir positivement avec ses partenaires.</p> <p>S'affirmer en respectant les autres.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Adopter un comportement fair-play : bienveillance, respect, tolérance, maîtrise de soi, empathie...</p>

\* Vivre ensemble avec les différences en évitant les stéréotypes : de genre, morphologiques, médicaux, comportementaux, intellectuels... en rapport avec l'engagement dans l'activité.

## CHAMP 3 : GESTION DE SA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ

<b>GSS1</b> Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Comprendre le fonctionnement du corps à l'effort et au repos.</p> <p>Connaitre les conditions pour que la pratique de l'activité physique soit positive pour la santé physique, psychologique et sociale et le bien-être des autres (hygiène, alimentation, hydratation, sommeil, assuétudes...).</p> <p>Connaitre les recommandations en termes d'activité physique et de lutte contre la sédentarité correspondant à chaque tranche d'âge.</p> <p>Découvrir le développement corporel et ses modifications liées à la puberté.</p>	<p>Énoncer des changements fonctionnels liés à l'effort (rythme cardiaque et respiratoire, transpiration...).</p> <p>Énoncer des conditions pour que la pratique de l'activité physique soit positive pour la santé et le bien-être.</p> <p>Énoncer les recommandations en termes d'activité physique et de lutte contre la sédentarité correspondant à sa tranche d'âge.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Expérimenter les composantes de la condition physique dans des activités physiques variées : endurance, force, souplesse et leurs bienfaits sur la santé.</p> <p>Évaluer son niveau d'effort en utilisant des méthodes simples et en tenant compte des exigences de la tâche.</p>	<p>Prendre son pouls, compter ses pulsations avec une certaine précision pour situer son effort. Fournir des efforts de longue durée à une intensité moyenne de fréquence cardiaque.</p> <p>Soutenir son effort (marcher activement et/ou courir et/ou nager et/ou danser... sans s'arrêter) pendant 15 minutes.</p> <p>Étirer les grands groupes musculaires.</p> <p>Manipuler des charges adaptées en respectant les principes de manutention.</p> <p>Adapter son effort en fonction d'indicateurs simples (fréquences respiratoire et cardiaque...).</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
<p>Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique.</p>	<p>Déterminer dans sa vie quotidienne des points forts et faibles par rapport à un style de vie sain.</p>

<b>GSS2</b> Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieux naturel, urbain et aquatique	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaitre le caractère urgent ou prioritaire d'un incident.	Énoncer des incidents à caractère urgent ou prioritaire.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Appliquer des actions préventives pour éviter des blessures et des accidents, lors de sa participation aux activités physiques.	Porter la tenue adaptée. S'échauffer, s'étirer.
Respecter les consignes de sécurité liées à l'activité.	Placer, déplacer, porter des charges en respectant les principes de manutention. Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout.
Exercer les composantes de la sécurité aquatique : flottaison, propulsion, immersion, respiration.	Appliquer les règles énoncées par l'adulte. En grande profondeur : Sauter du bord, flotter sur le dos ou rester en surface (mouvements de jambes et godille des bras) pendant 30 secondes et revenir au bord, en nageant avec respiration aérienne ou aquatique.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieux naturel, urbain et aquatique.	Adapter son comportement à la situation pour préserver son intégrité physique et celle des autres.

<b>GSS3</b> Identifier ses émotions, mobiliser des techniques de gestion des émotions et du stress	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Percevoir les sensations physiques liées aux émotions.	Exprimer les sensations physiques liées aux émotions : respiration, modification du tonus, sensation viscérale.
Expérimenter des techniques de gestion des émotions.	Appliquer des techniques de gestion des émotions.
Identifier les sensations et les signes physiologiques liés au stress positif et négatif (ex : augmentation de la fréquence cardiaque, modification de la voix et de la respiration, sudation...).	
Percevoir l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres.	Verbaliser l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres sur la dynamique du groupe.
<b>Compétences</b>	<b>Attendu</b>
Identifier ses émotions.	Exprimer son vécu émotionnel de l'activité.
Mobiliser des techniques de gestion des émotions.	

<b>GSS4</b>	
<b>Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école</b>	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Découvrir ses goûts et capacités en matière d'activité physique.</p> <p>Valoriser ses propres réussites, même partielles, à adopter un mode de vie sain et actif.</p> <p>Reconnaître et accepter les capacités des autres.</p>	<p>Identifier dans l'année ses propres réussites, même partielles, à adopter un mode de vie sain et actif.</p> <p>Admettre des différences en évitant les stéréotypes de genre, morphologiques, de capacités, médicaux, comportementaux, intellectuels... en rapport à l'engagement dans l'activité.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
<p>Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école.</p>	<p>Énoncer ses forces en activité physique.</p> <p>Reconnaître, dans son milieu, les possibilités d'activité physique en lien avec la culture et l'actualité.</p>

<b>GSS5</b>	
<b>Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être</b>	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<p>Découvrir avec bienveillance son image du corps au regard de celle donnée par la société dans un objectif de santé (médias, réseaux sociaux...).</p>	<p>Repérer des images stéréotypées du corps véhiculées par la société (médias, réseaux sociaux...).</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
<p>Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être.</p>	<p>S'interroger et formuler des questions sur divers sujets liés à la santé.</p> <p>Prendre conscience des influences positives et négatives du numérique sur sa pratique physique.</p>

Au travers des trois champs, l'élève poursuit ses découvertes motrices, sociomotrices et citoyennes. L'acquisition des savoirs, dans le cadre du cours d'Éducation physique et à la santé, s'inscrit dans l'expérience quotidienne de l'élève.

L'intégration de l'ensemble des compétences des trois champs de l'EP&S, mobilisées à travers le jeu et le plaisir du mouvement, permettra à chaque élève :

- de prendre conscience de ses possibilités ;
- d'apprendre en participant joyeusement ;
- de faire naître le désir de s'améliorer ;
- d'identifier ses aptitudes ;
- de découvrir des orientations saines de plaisirs ;
- de créer et de s'exprimer en utilisant le mouvement comme forme de langage corporel ;
- de favoriser les relations sociales et promouvoir la participation au sein d'un groupe.

### Dans le champ des habiletés motrices et expression

Il est important de tenir compte, dans le choix des activités, de la spécificité de l'élève et de la diversité des niveaux au sein du groupe. Les situations proposées sont nombreuses et variées pour permettre à l'élève de diversifier ses actions et d'enrichir ses sensations. Elles doivent être différenciées et adaptées pour répondre aux besoins des élèves.

Il utilise et affine sa motricité et sa gestuelle dans de nouveaux espaces.

Il se sert des techniques liées aux activités d'expression en vue d'interpréter en S1 une séquence expressive simple.

### Dans le champ des habiletés sociomotrices et citoyenneté

Les jeux et sports collectifs sont privilégiés dans leurs dimensions relationnelles sans exacerber la compétition, mais en faisant primer plaisir et efficacité sur le seul résultat.

L'élève a acquis des habiletés lui permettant de s'impliquer dans un groupe, une équipe. Il participe à l'élaboration de stratégies collectives et collaboratives simples et est capable d'adopter un comportement approprié.

### Dans le champ de la gestion de sa santé et de la sécurité

Au travers des situations vécues, l'élève est sensibilisé aux bénéfices d'une pratique physique régulière. Il est capable d'identifier ses goûts, ses sensations, ses forces et celles des autres.

Il peut adopter les comportements attendus de sécurité, lors de la pratique d'activités physiques.

Il prend progressivement conscience de sa capacité à effectuer des choix personnels au service d'un mode de vie sain et actif. Il peut verbaliser son ressenti et poser des questions au sujet de la santé. Il est éveillé à l'apport positif des outils numériques pour affiner son schéma corporel, améliorer ses pratiques et entretenir sa santé. Parallèlement, il est sensibilisé à l'influence négative du temps passé devant les écrans.

## CHAMP 1 : HABILITÉS MOTRICES ET EXPRESSION

<b>HME1</b> Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux	
SCHÉMA CORPOREL ET LATÉRALISATION	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
Connaître les parties du corps (segments et articulations, muscles...).	Nommer le vocabulaire du corps.
Connaître sa latéralité.	Décrire une position ou un mouvement.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<b>À renforcer</b> Exercer sa latéralité dans la réalisation de grands mouvements.	Appliquer la notion de gauche et droite à celle des autres et lors de déplacements.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux.	Utiliser la connaissance de son corps pour produire un geste efficace.
MOTRICITÉ GLOBALE : LES GRANDS MOUVEMENTS DE DÉPLACEMENTS, LES POSITIONS ET LE GAINAGE	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des actions motrices, des positions et du gainage.	Nommer le vocabulaire des mouvements et des positions lié à l'activité (ATR, sprint...).
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<b>À renforcer</b> Adapter ses mouvements aux circonstances et aux consignes.	Exercer avec fluidité les grands mouvements fondamentaux.
	Enchaîner les grands mouvements fondamentaux.
	Combiner plusieurs actions motrices.
	Modifier son tonus musculaire (se relâcher, contracter...).
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux.	Affiner les grands mouvements fondamentaux dans le but de découvrir l'efficacité de certains gestes techniques : Enchaîner des grands mouvements fondamentaux de déplacements en fonction de consignes.
	Adapter les habiletés motrices aux contraintes du milieu dans des situations variées.
	Adapter son tonus musculaire en fonction des caractéristiques de l'action (durée, vitesse, amplitude...).

## P6

<b>HME2</b> Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des objets utilisés et des actions sur ceux-ci.	Nommer les objets utilisés et les actions sur ceux-ci.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<b>À renforcer</b> Manipuler des objets (bâton, raquette, crosse, balle, agrès...).	Réaliser des actions de manipulation progressivement codifiées : réceptionner, contrôler, passer, dribbler...
Exercer la coordination mouvements et manipulation d'objets.	Enchaîner des mouvements avec manipulation d'objets en fonction de consignes.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale.	Dans des situations progressivement codifiées : Enchaîner mouvements et manipulation d'objets en vue de finaliser en action globale (jonglerie, course et lancers, jeux de lancers...).

<b>HME3</b> S'équilibrer : maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels	
ÉQUILIBRE	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
<b>À réactiver</b> Connaître le vocabulaire d'équilibration lié aux activités (appuis, centre de gravité).	Expliquer les principes d'équilibration liés aux activités.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<b>À renforcer</b> Exercer les techniques d'équilibre en situations dynamiques et statiques plus complexes.	Maintenir et rétablir son équilibre en positionnant son centre de gravité, ses bras, en fixant son regard, en ajustant son tonus musculaire, ses appuis, sa surface de contact.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
S'équilibrer, maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels.	Gérer équilibres et déséquilibres dans des situations plus complexes et dans des milieux différents.

<b>HME4</b> Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps, et le représenter Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice	
<b>ESPACE, TEMPS ET RYTHME DE L'ACTION</b>	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaître le vocabulaire spatial associé à l'activité.</p> <p>Connaître des symboles spatiaux spécifiques.</p> <p>Connaître le vocabulaire spatiotemporel associé à l'activité (accélération, changement de rythmes...).</p>	<p>Nommer et distinguer les repères spatiaux liés à l'activité.</p> <p>Nommer le vocabulaire spatiotemporel lié à l'activité.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À renforcer</b></p> <p>Évoluer dans l'espace déterminé.</p> <p>Exercer différents rythmes.</p>	<p>Effectuer des déplacements et des actions en fonction des caractéristiques de l'espace.</p> <p>Se repérer dans l'espace en fonction de sa représentation (lecture de schémas, plans (circuits)...) et inversement.</p> <p>Représenter le cheminement réalisé.</p> <p>Modifier son rythme en fonction de la tâche à accomplir.</p>
<b>Compétences</b>	<b>Attendus</b>
<p>Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps et le représenter.</p> <p>Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice.</p>	<p>S'orienter dans un espace connu et/ou nouveau en fonction des caractéristiques de celui-ci.</p> <p>Ajuster le rythme de ses mouvements en fonction de l'action.</p> <p>Traduire par le geste des structures rythmiques, seul ou en partenariat.</p>

<b>HME5</b> S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Découvrir des fondamentaux liés à l'activité d'expression : fermeture et ouverture du corps, temps, espace, énergie...</p> <p>Utiliser des gestes et des mouvements spontanés ou suggérés comme outil d'expression.</p>	<p>Créer une situation d'expression corporelle, une chorégraphie simple sur une idée, un thème...</p> <p>Apprécier la production de pairs et la sienne.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
<p>S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps.</p>	<p>Élaborer et présenter une séquence expressive.</p>

## CHAMP 2 : HABILITÉS SOCIOMOTRICES ET CITOYENNETÉ

<b>HSC1</b>	
Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre	
RESPECT DES RÈGLES, RÔLES ET BUTS	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre les règles liées à l'activité.</p> <p>Connaitre le but à atteindre.</p> <p>Connaitre les différents rôles à assumer.</p>	<p>Énoncer les règles liées à l'activité.</p> <p>Identifier le but à atteindre.</p> <p>Distinguer les rôles à assumer (attaquant, défenseur, gardien, arbitre, voltigeur, garant, relayeur...).</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À renforcer</b></p> <p>Contribuer à l'élaboration de règles communes.</p> <p>Appliquer des règles liées à l'activité.</p> <p>Exercer différents rôles.</p>	<p>Accepter les règles.</p> <p>Participer à l'élaboration de règles communes.</p> <p>Respecter les règles.</p> <p>Assumer différents rôles.</p> <p>Changer de rôles en cours de jeu : se reconnaître attaquant, défenseur, voltigeur et garant...</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
<p>Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre.</p>	<p>Se comporter en respectant des règles.</p> <p>Ajuster son action en fonction du but à atteindre.</p>

<b>HSC2</b> Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À renforcer</b> Connaître les principes de communication : être compris, être réceptif aux messages des autres.</p> <p>Reconnaitre les signaux de l'environnement (repères du terrain) ou émis par des partenaires.</p> <p>Connaître des stratégies de jeux.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Se faire comprendre, comprendre les messages des autres.</p> <p>Repérer les signaux pertinents à observer (environnement, partenaires).</p> <p>Expliquer les stratégies de jeu et ses choix d'action.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À renforcer</b> Communiquer et collaborer avec un ou plusieurs partenaires en exécutant des mouvements ou des actions motrices au bon moment, au bon endroit (communication verbale et non verbale).</p> <p>Feinter et s'opposer.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Agir en fonction des signaux perçus dans l'environnement ou émis par son ou ses partenaire(s).</p> <p>Utiliser les moyens acquis pour participer à l'action collective :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- les habiletés motrices ;</li> <li>- les stratégies de jeu : exploiter l'espace, aider ses coéquipiers, se démarquer, se signaler, feinter, faire circuler, protéger le territoire /le but, immobiliser, contre-attaquer...</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Compétence</b></p> <p>Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Adapter son action à celle des partenaires en fonction du but poursuivi.</p> <p>Décider et agir dans une action commune pour se mettre au service de l'action collective, apporter des solutions à ses coéquipiers, poser des problèmes aux adversaires en situations d'opposition, de coopération ou de duel.</p>

<b>HSC3</b> Interagir positivement avec ses partenaires S'affirmer en respectant les autres (assertivité, vigilance aux stéréotypes...)	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À renforcer</b></p> <p>Connaitre les comportements positifs attendus.</p> <p>Connaitre la notion de fair-play.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Nommer les attitudes fair-play.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-être</b></p> <p><b>À renforcer</b></p> <p>Respecter les autres et le milieu.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Respecter les autres : s'exprimer en utilisant un langage verbal et non verbal correct, aider, accepter de perdre et savoir gagner, faire preuve d'honnêteté, accepter les différences* et les erreurs, reconnaître la qualité des réalisations des autres...</p> <p>S'investir dans l'activité.</p> <p>Respecter le matériel et l'infrastructure.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétence</b></p> <p><b>À renforcer</b></p> <p>Interagir positivement avec ses partenaires.</p> <p>S'affirmer en respectant les autres.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Adopter un comportement fair-play : bienveillance, respect, tolérance, maîtrise de soi, empathie...</p>

\* Vivre ensemble avec les différences en évitant les stéréotypes : de genre, morphologiques, médicaux, comportementaux, intellectuels... en rapport avec l'engagement dans l'activité.

### CHAMP 3 : GESTION DE SA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ

<b>GSS1</b> Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Comprendre le fonctionnement du corps à l'effort et au repos.</p> <p>Connaitre les conditions pour que la pratique de l'activité physique soit positive pour la santé physique, psychologique et sociale et le bien-être des autres (hygiène, alimentation, hydratation, sommeil, assuétudes...).</p> <p>Connaitre des recommandations en termes d'activité physique et de lutte contre la sédentarité correspondant à chaque tranche d'âge.</p> <p>Découvrir le développement corporel et ses modifications liées à la puberté.</p>	<p>Énoncer des changements fonctionnels liés à l'effort (rythme cardiaque et respiratoire, transpiration...).</p> <p>Énoncer des conditions pour que la pratique de l'activité physique soit positive pour la santé et le bien-être.</p> <p>Énoncer des recommandations en termes d'activité physique et de lutte contre la sédentarité correspondant à sa tranche d'âge.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Expérimenter les composantes de la condition physique dans des activités physiques variées : endurance, force, souplesse et leurs bienfaits sur la santé.</p> <p>Évaluer son niveau d'effort en utilisant des méthodes simples et en tenant compte des exigences de la tâche.</p>	<p>Prendre son pouls, compter ses pulsations avec une certaine précision pour situer son effort.</p> <p>Fournir des efforts de longue durée à une intensité moyenne de fréquence cardiaque.</p> <p>Soutenir son effort (marcher activement et/ou courir et/ou nager et/ou danser... sans s'arrêter) pendant 15 minutes.</p> <p>Étirer les grands groupes musculaires.</p> <p>Manipuler des charges adaptées en respectant les principes de manutention.</p> <p>Adapter son effort en fonction d'indicateurs simples (fréquences respiratoire et cardiaque...).</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
<p>Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique.</p>	<p>Déterminer dans sa vie quotidienne des points forts et faibles par rapport à un style de vie sain.</p> <p>Planifier ses activités physiques hebdomadaires pour atteindre les recommandations de santé.</p>

<b>GSS2</b>	
<b>Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieux naturel, urbain et aquatique</b>	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le caractère urgent ou prioritaire d'un incident.	Reconnaître le caractère urgent ou prioritaire d'un incident.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À renforcer</b></p> <p>Appliquer des actions préventives pour éviter des blessures et des accidents, lors de sa participation aux activités physiques.</p> <p>Respecter les consignes de sécurité liées à l'activité.</p> <p>Exercer les composantes de la sécurité aquatique : flottaison, propulsion, immersion, respiration.</p>	<p>Porter la tenue adaptée.</p> <p>S'échauffer, s'étirer.</p> <p>Placer, déplacer, porter des charges en respectant les principes de manutention.</p> <p>Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout.</p> <p>Appliquer les règles énoncées par l'adulte.</p> <p>En grande profondeur : Sauter du bord, flotter sur le dos ou rester en surface (mouvements de jambes et godille des bras) pendant 40 secondes et revenir au bord, en nageant avec respiration aérienne ou aquatique.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieux naturel, urbain et aquatique.	Adapter son comportement à la situation pour préserver son intégrité physique et celle des autres.

<b>GSS3</b>	
<b>Identifier ses émotions, mobiliser des techniques de gestion des émotions et du stress</b>	
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Percevoir les sensations physiques liées aux émotions.</p> <p>Expérimenter des techniques de gestion des émotions.</p> <p>Identifier les sensations et les signes physiologiques liés au stress positif et négatif (ex : augmentation de la fréquence cardiaque, modification de la voix et de la respiration, sudation...).</p> <p>Percevoir l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres.</p>	<p>Exprimer les sensations physiques liées aux émotions : respiration, modification du tonus, sensation viscérale.</p> <p>Appliquer des techniques de gestion des émotions.</p> <p>Verbaliser l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres sur la dynamique du groupe.</p>
<b>Compétences</b>	<b>Attendu</b>
<p>Identifier ses émotions.</p> <p>Mobiliser des techniques de gestion des émotions.</p>	Exprimer son vécu émotionnel de l'activité.

<b>GSS4</b>	
<b>Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école</b>	
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À renforcer</b></p> <p>Découvrir ses goûts et capacités en matière d'activité physique.</p> <p>Valoriser ses propres réussites, même partielles, à adopter un mode de vie sain et actif.</p> <p>Reconnaître et accepter les capacités des autres.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Identifier dans l'année ses propres réussites, même partielles, à adopter un mode de vie sain et actif.</p> <p>Admettre les différences en évitant les stéréotypes de genre, morphologiques, de capacités, médicales, intellectuelles... en rapport à l'engagement dans l'activité.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétence</b></p> <p>Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Reconnaître, dans son milieu, les possibilités d'activité physique en lien avec la culture et l'actualité.</p>

<b>GSS5</b>	
<b>Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être</b>	
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-faire</b></p> <p>Découvrir avec bienveillance son image du corps au regard de celle donnée par la société (médias, réseaux sociaux...).</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Repérer des images du corps stéréotypées véhiculées par la société (médias, réseaux sociaux...).</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétence</b></p> <p>Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>S'interroger et formuler des questions sur divers sujets liés à la santé.</p> <p>Prendre conscience des influences positives et négatives du numérique sur sa pratique physique.</p>

Au travers des trois champs, l'élève poursuit ses découvertes motrices, sociomotrices et citoyennes. L'acquisition des savoirs, dans le cadre du cours d'Éducation physique et à la santé, s'inscrit dans l'expérience quotidienne de l'élève.

À partir de S1, l'intégration de l'ensemble des compétences des trois champs de l'EP&S permettra à chaque élève, au travers du plaisir de l'action motrice :

- d'apprendre en participant activement ;
- d'identifier ses aptitudes ;
- de progresser ;
- de poser des choix ;
- de créer et d'entreprendre ;
- de s'exprimer ;
- de s'impliquer au sein d'un groupe.

### Dans le champ des habiletés motrices et expression

---

Il est important de tenir compte, dans le choix des activités, de la spécificité de l'élève et de la diversité des niveaux au sein du groupe. Les situations proposées sont nombreuses et variées pour permettre à l'élève d'affiner ses actions et d'enrichir ses sensations. Elles doivent être différenciées et adaptées pour répondre aux besoins des élèves.

L'élève a acquis des habiletés lui permettant de pratiquer une variété d'activités physiques. À travers des situations d'apprentissage progressivement codifiées, il utilise les gestes techniques appris de façon à être de plus en plus précis et efficace.

Il utilise les codes du geste expressif pour construire et/ou interpréter une séquence expressive.

### Dans le champ des habiletés sociomotrices et citoyenneté

---

Les activités, les jeux et les sports collectifs sont pratiqués en mettant l'accent sur la construction collective et le respect, sans exacerber la compétition.

L'élève a acquis des habiletés lui permettant de s'impliquer dans un groupe, une équipe. Il participe à l'élaboration de stratégies collectives et de collaboration en adoptant un comportement approprié aux buts poursuivis et aux rôles à tenir.

### Dans le champ de la gestion de sa santé et de la sécurité

---

Au travers des situations vécues, l'élève est sensibilisé aux bénéfices d'une pratique physique régulière. Il est capable d'identifier ses goûts, ses sensations, ses forces et celles des autres.

Il est à l'écoute de ses états émotionnels et physiques, il est éveillé aux techniques permettant de les gérer.

Il est attentif à son intégrité physique ainsi qu'à celle des autres et affine ses connaissances pour réagir en situation d'urgence.

Il pose des choix pertinents au service d'un mode de vie sain et actif au quotidien.

Il utilise les outils numériques pour affiner l'image de son corps en mouvement, améliorer ses pratiques et entretenir sa santé. Parallèlement, il reste sensibilisé à l'influence négative du temps passé devant les écrans.

## CHAMP 1 : HABILITÉS MOTRICES ET EXPRESSION

<b>HME1</b> Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux	
SCHÉMA CORPOREL ET LATÉRALISATION	
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux.	Mobiliser la connaissance du corps pour choisir les mouvements adéquats dans des situations variées
MOTRICITÉ GLOBALE : LES GRANDS MOUVEMENTS DE DÉPLACEMENTS, LES POSITIONS ET LE GAINAGE	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des habiletés motrices, des positions et du gainage, lié à l'activité progressivement codifiée.	Nommer le vocabulaire des habiletés motrices, des positions et du gainage.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<b>À renforcer</b> Adapter ses mouvements aux circonstances et aux consignes dans des situations progressivement codifiées.  Utiliser sa latéralité et celle des autres.	Enchaîner avec fluidité plusieurs mouvements.  Enchaîner avec précision plusieurs mouvements.  Utiliser adéquatement sa latéralité et celle des autres.
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Maitriser et enchaîner des habiletés motrices.	Affiner les grands mouvements fondamentaux dans le but de découvrir l'efficacité de certains gestes techniques : Enchaîner des grands mouvements fondamentaux de déplacements en fonction de consignes.  Adapter les habiletés motrices aux contraintes du milieu dans des situations variées.  Adapter son tonus musculaire en fonction des caractéristiques de l'action (durée, vitesse, amplitude...).

<b>HME2</b> Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale	
MOTRICITÉ GLOBALE AVEC MANIPULATION D'OBJETS MOTRICITÉ FINE AVEC MANIPULATION D'OBJETS	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des objets utilisés et des actions sur ceux-ci.	Nommer les objets utilisés et les actions sur ceux-ci.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<b>À renforcer</b> Manipuler des objets.  Exercer la coordination mouvements et manipulation d'objets.	Réaliser des actions de manipulation progressivement codifiées : réceptionner, contrôler, passer, dribbler...  Enchaîner des mouvements avec manipulation d'objets en fonction de consignes.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale.	Dans des situations progressivement codifiées : Enchaîner mouvements et manipulation d'objets en vue de finaliser en action globale (danse avec engins, gymnastique rythmique, jeux et sports collectifs ...).

<b>HME3</b> S'équilibrer : maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels	
ÉQUILIBRE	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<b>À renforcer</b> Connaître les principes du maintien postural.  Connaître les notions d'appuis, de base de sustentation, de centre de gravité.	Expliquer les principes du maintien postural.  Expliquer les notions d'appuis, de base de sustentation, de centre de gravité.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
Exercer les techniques d'équilibration en situations dynamiques et statiques plus complexes.	Utiliser les techniques d'équilibration en situations statiques et dynamiques, seul et à plusieurs.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
S'équilibrer, maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels.	Gérer équilibres et déséquilibres dans des situations complexifiées et dans des milieux différents.

<b>HME4</b> Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps, et le représenter Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice	
ESPACE, TEMPS ET RYTHME DE L'ACTION	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaître le vocabulaire spatial et les notions (proportions, échelle...) associés à l'activité.</p> <p>Connaître la structure rythmique de l'action.</p>	<p>Nommer et distinguer les repères spatiaux et de proportion (échelle) liés à l'activité.</p> <p>Distinguer les rythmes liés à l'activité.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À renforcer</b> Évoluer dans l'espace déterminé.</p> <p>Appliquer la structure rythmique de l'action.</p>	<p>Effectuer des actions en fonction des caractéristiques de l'espace et du but poursuivi.</p> <p>Se repérer à partir d'une représentation de l'espace.</p> <p>Représenter le cheminement réalisé.</p> <p>Modifier son rythme en fonction de la tâche à accomplir.</p>
<b>Compétences</b>	<b>Attendus</b>
<p>Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps et le représenter.</p> <p>Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice.</p>	<p>S'orienter dans un espace connu et/ou nouveau en fonction des caractéristiques du milieu.</p> <p>Ajuster le rythme de ses mouvements en fonction de l'action.</p> <p>Traduire par le geste des structures rythmiques, seul ou en partenariat.</p>

<b>HME5</b> S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaître les fondamentaux liés aux activités d'expression (pas, sauts, figures, tonus, placement de la respiration, utilisation de l'espace...).</p> <p>Connaître des éléments des codes attendus d'un spectateur.</p>	<p>Nommer les fondamentaux liés à l'activité d'expression.</p> <p>Nommer des éléments des codes attendus d'un spectateur.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À réactiver</b> Utiliser des gestes et des mouvements spontanés ou suggérés comme outil d'expression.</p> <p>Utiliser des éléments des codes attendus d'un spectateur.</p>	<p>Créer une situation d'expression corporelle, une chorégraphie sur une idée, un thème...</p> <p>Apprécier la production de pairs et la sienne.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps.	Élaborer et présenter des séquences expressives.

**CHAMP 2 : HABILITÉS SOCIOMOTRICES ET CITOYENNETÉ**

<b>HSC1</b>	
Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre	
RESPECT DES RÈGLES, RÔLES ET BUTS	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
Connaître les règles liées à l'activité.	Énoncer les règles liées à l'activité.
Connaître le but à atteindre.	Préciser le but à atteindre.
Connaître les différents rôles à assumer.	Distinguer les rôles à assumer.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Appliquer les règles liées à l'activité.	Respecter les règles attendues.
Participer à l'élaboration des règles et à leur respect.	Participer au respect des règles (compter les points, observer des critères de réalisation, arbitrer des situations simples...).
Exercer différents rôles.	Assumer tous les rôles.
	Utiliser les apprentissages acquis (HME, CP...) pour participer à une action collective.
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre.	Se comporter en respectant des règles dans des situations progressivement codifiées.
	Ajuster son action en fonction du but à atteindre et des rôles à tenir.

<b>HSC2</b> Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À réactiver</b> Connaître les principes de communication : être compris, être réceptif aux messages des autres.</p> <p>Reconnaître les signaux de l'environnement (repères du terrain) ou émis par des partenaires.</p> <p>Connaître des stratégies de jeux.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Se faire comprendre, comprendre les messages des autres.</p> <p>Repérer les signaux pertinents à observer (environnement, partenaires).</p> <p>Expliquer les stratégies de jeu et ses choix d'action.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À réactiver</b> Communiquer et collaborer avec un ou plusieurs partenaires en exécutant des mouvements ou des actions motrices au bon moment, au bon endroit (communication verbale et non verbale).</p> <p>Feinter et s'opposer.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Agir en fonction des signaux perçus dans l'environnement ou émis par son ou ses partenaire(s).</p> <p>Utiliser les moyens acquis pour participer à l'action collective :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- les habiletés motrices ;</li> <li>- les stratégies de jeu : attaquer au moment opportun, récupérer l'objet rapidement dans le but de poursuivre l'échange...</li> </ul> <p>Analyser ses actions et celles des autres.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétence</b></p> <p>Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Adapter son action à celle des partenaires en fonction du but poursuivi dans une action commune progressivement codifiée.</p> <p>Décider et agir dans une action commune pour se mettre au service de l'action collective, apporter des solutions à ses coéquipiers, poser des problèmes aux adversaires en situations d'opposition, de coopération ou de duel.</p>

<b>HSC3</b> <b>Interagir positivement avec ses partenaires</b> <b>S'affirmer en respectant les autres (assertivité, vigilance aux stéréotypes...)</b>	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À renforcer</b> Connaître les comportements positifs attendus.</p> <p>Connaître la notion de fair-play (respect de l'adversaire, des règles, des décisions de l'arbitre, du public et de l'esprit du jeu, loyauté, maîtrise de soi et dignité dans la victoire et la défaite).</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Construire le concept de fair-play.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-être</b></p> <p><b>À renforcer</b> Respecter les autres et le milieu.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Respecter les autres : s'exprimer en utilisant un langage verbal et non verbal correct, aider, accepter de perdre et savoir gagner, faire preuve d'honnêteté, accepter les différences* et les erreurs, reconnaître la qualité des réalisations des autres, participer à l'élaboration des règles de vie...</p> <p>Respecter le matériel et l'infrastructure.</p> <p>S'investir dans l'activité.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétences</b></p> <p>Interagir positivement avec ses partenaires.</p> <p>S'affirmer en respectant les autres.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Adopter un comportement fair-play : bienveillance, respect, tolérance, maîtrise de soi, empathie...</p>

\* Vivre ensemble avec les différences en évitant les stéréotypes : de genre, morphologiques, médicaux, comportementaux, intellectuels... en rapport avec l'engagement dans l'activité.

## CHAMP 3 : GESTION DE SA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ

<b>GSS1</b> Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Comprendre des notions élémentaires de la physiologie de l'effort.</p> <p>Connaitre les conditions pour que la pratique de l'activité physique soit positive pour la santé physique, psychologique et sociale et le bien-être des autres : hygiène, alimentation, gestion du poids corporel, hydratation, sommeil, assuétudes...</p> <p>Connaitre des recommandations en termes d'activité physique et de lutte contre la sédentarité correspondant à chaque tranche d'âge.</p> <p>Comprendre le développement corporel et ses modifications liées à la puberté.</p>	<p>Énoncer les grands principes d'une bonne hygiène de vie.</p> <p>Énoncer des recommandations en termes d'activité physique et de lutte contre la sédentarité correspondant à sa tranche d'âge.</p> <p>Définir activité physique, activité sportive et sédentarité.</p> <p>Percevoir sur soi les changements corporels liés à la puberté.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À réactiver</b> Expérimenter les composantes de la condition physique dans des activités physiques variées : endurance, force, souplesse et leurs bienfaits sur la santé.</p> <p>Évaluer son niveau d'effort en utilisant des méthodes simples et en tenant compte des exigences de la tâche.</p>	<p>Prendre son pouls, compter ses pulsations avec une certaine précision pour situer son effort.</p> <p>Fournir des efforts de longue durée à une intensité moyenne de fréquence cardiaque.</p> <p>Soutenir son effort (marcher activement et/ou courir et/ou nager et/ou danser... sans s'arrêter) pendant 15 minutes.</p> <p>Étirer les grands groupes musculaires.</p> <p>Manipuler des charges adaptées en respectant les principes de manutention.</p> <p>Adapter son effort en fonction d'indicateurs simples (fréquences respiratoire et cardiaque...).</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
<p>Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique.</p>	<p>Reconnaitre ses capacités et continuer à s'engager dans les activités physiques proposées, avec l'objectif de maintenir et d'améliorer sa condition physique et son bien-être.</p> <p>Mettre en pratique et ajuster son planning personnel d'activités physiques.</p>

<b>GSS2</b> Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieu naturel, urbain et aquatique	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre la procédure d'appel d'urgence.</p> <p>Découvrir la fonction d'un DEA.</p> <p>Connaitre les règles de sécurité liées à l'activité.</p>	<p>Énoncer la procédure d'appel d'urgence.</p> <p>Indiquer l'emplacement du DEA dans l'école et les infrastructures fréquentées.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À réactiver</b></p> <p>Appliquer des actions préventives pour éviter des blessures et des accidents, lors de sa participation aux activités physiques.</p> <p>Respecter les consignes de sécurité liées à l'activité.</p> <p>Exercer les composantes de la sécurité aquatique : flottaison, propulsion, immersion, respiration.</p> <p>Premiers secours : appliquer la procédure face à une personne inconsciente.</p>	<p>Porter la tenue adaptée.</p> <p>S'échauffer, s'étirer.</p> <p>Placer, déplacer, porter des charges en respectant les principes de manutention.</p> <p>Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout.</p> <p>Appliquer les règles de sécurité liées à l'activité.</p> <p>Sauter du bord, flotter sur le dos et/ou rester en surface (mouvements de jambes et godille des bras) pendant 1 minute et gagner le bord opposé, en nageant avec la respiration adaptée à la nage choisie.</p> <p>En simulation, appeler le numéro d'urgence et effectuer un massage cardiaque.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieu naturel, urbain et aquatique.	Adapter son comportement à la situation pour préserver son intégrité physique et celle des autres.

<b>GSS3</b> Identifier ses émotions, mobiliser des techniques de gestion des émotions et du stress	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaitre les facteurs de stress et leurs effets sur la santé.	Décrire l'effet du stress sur la santé.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Percevoir et exprimer les sensations physiques liées aux émotions.</p> <p>Expérimenter des techniques de gestion des émotions et du stress.</p> <p>Percevoir l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres.</p>	<p>Identifier les facteurs de ses stress éventuels.</p> <p>Mobiliser les techniques expérimentées pour gérer ses émotions et ses stress.</p> <p>Verbaliser l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres sur la dynamique du groupe.</p>
<b>Compétences</b>	<b>Attendu</b>
<p>Identifier ses émotions.</p> <p>Mobiliser des techniques de gestion des émotions.</p>	Exprimer son vécu émotionnel.

<b>GSS4</b>	
<b>Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école</b>	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître les facteurs qui peuvent motiver ou décourager une participation quotidienne aux activités physiques.	Identifier des facteurs qui peuvent motiver ou décourager une participation quotidienne aux activités physiques.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<b>À renforcer</b> Valoriser ses propres réussites, même partielles, à adopter un mode de vie sain et actif.  Relever les pratiques des autres à adopter un mode de vie sain et actif.	Réaliser une trace de ses réussites à adopter un mode de vie sain et actif.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école.	Reconnaître et analyser, dans son milieu, les possibilités d'activité physique en lien avec la culture et l'actualité.

<b>GSS5</b>	
<b>Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être</b>	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître les effets négatifs sur la santé de la sédentarité et des excès liés à certaines pratiques sportives (dopage, compléments alimentaires, boissons énergisantes, surentrainement...).	Identifier des effets négatifs sur la santé de la sédentarité et des excès liés à certaines pratiques sportives (dopage, compléments alimentaires, boissons énergisantes...).
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<b>À renforcer</b> Analyser avec bienveillance son image du corps au regard de celle donnée par la société dans un objectif de santé (médias, réseaux sociaux...).	Décoder les images du corps données par la société (médias, réseaux sociaux...) dans un objectif de santé.
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être.	S'interroger et formuler des questions sur divers sujets liés à la santé.  Prendre conscience des influences positives et négatives du numérique sur sa pratique physique.

Au travers des trois champs, l'élève poursuit ses découvertes motrices, sociomotrices et citoyennes. L'acquisition des savoirs, dans le cadre du cours d'Éducation physique et à la santé, s'inscrit dans l'expérience quotidienne de l'élève.

À partir de S1, l'intégration de l'ensemble des compétences des trois champs de l'EP&S permettra à chaque élève, au travers du plaisir de l'action motrice :

- d'apprendre en participant activement ;
- d'identifier ses aptitudes ;
- de progresser ;
- de poser des choix ;
- de créer et d'entreprendre ;
- de s'exprimer ;
- de s'impliquer au sein d'un groupe.

### Dans le champ des habiletés motrices et expression

---

Il est important de tenir compte, dans le choix des activités, de la spécificité de l'élève et de la diversité des niveaux au sein du groupe. Les situations proposées sont nombreuses et variées pour permettre à l'élève d'affiner ses actions et d'enrichir ses sensations. Elles doivent être différenciées et adaptées pour répondre aux besoins des élèves.

L'élève a acquis des habiletés lui permettant de pratiquer une variété d'activités physiques. À travers des situations d'apprentissage progressivement codifiées, il utilise les gestes techniques appris de façon à être de plus en plus précis et efficace.

Il utilise les codes du geste expressif pour construire et/ou interpréter une séquence expressive.

### Dans le champ des habiletés sociomotrices et citoyenneté

---

Les activités, les jeux et les sports collectifs continuent d'être pratiqués en mettant l'accent sur la construction collective et le respect, sans exacerber la compétition.

L'élève s'implique dans l'élaboration de stratégies collectives et de collaboration, il est capable d'adopter un comportement approprié aux buts poursuivis et aux rôles à tenir.

### Dans le champ de la gestion de sa santé et de la sécurité

---

Au travers des situations vécues, l'élève est sensibilisé aux bénéfices d'une pratique physique régulière. Il est capable d'identifier ses goûts, ses sensations, ses forces et celles des autres.

Il est à l'écoute de ses états émotionnels et physiques, il est éveillé aux techniques permettant de les gérer. Il est attentif à son intégrité physique ainsi qu'à celle des autres, il devient capable de réagir en situation d'urgence.

Il pose des choix pertinents au service d'un mode de vie sain et actif au quotidien.

Il utilise les outils numériques pour affiner l'image de son corps en mouvement, améliorer ses pratiques et entretenir sa santé. Parallèlement, il reste sensibilisé à l'influence négative du temps passé devant les écrans.

## CHAMP 1 : HABILITÉS MOTRICES ET EXPRESSION

<b>HME1</b> Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux	
SCHÉMA CORPOREL ET LATÉRALISATION	
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux.	Mobiliser la connaissance du corps pour choisir les mouvements adéquats dans des situations variées.
MOTRICITÉ GLOBALE : LES GRANDS MOUVEMENTS DE DÉPLACEMENTS, LES POSITIONS ET LE GAINAGE	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaitre le vocabulaire des habiletés motrices, des positions et du gainage, lié à l'activité progressivement codifiée.	Nommer le vocabulaire des habiletés motrices, des positions et du gainage.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<b>À renforcer</b> Adapter ses mouvements aux circonstances et aux consignes dans des situations progressivement codifiées.	Enchaîner avec fluidité plusieurs mouvements.
Utiliser sa latéralité et celle des autres.	Enchaîner avec précision plusieurs mouvements.
	Utiliser adéquatement sa latéralité et celle des autres.
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Maitriser et enchaîner des habiletés motrices.	Affiner les grands mouvements fondamentaux dans le but de découvrir l'efficacité de certains gestes techniques : Enchaîner plusieurs mouvements dans le but d'une action précise.  Adapter les habiletés motrices aux contraintes du milieu dans des situations variées progressivement codifiées.  Adapter son tonus musculaire en fonction des caractéristiques de l'action (durée, vitesse, amplitude..).

<b>HME2</b> Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale	
MOTRICITÉ GLOBALE AVEC MANIPULATION D'OBJETS MOTRICITÉ FINE AVEC MANIPULATION D'OBJETS	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître le vocabulaire des objets utilisés et des actions sur ceux-ci.	Nommer les objets utilisés et les actions sur ceux-ci.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<b>À renforcer</b> Manipuler des objets.	Exercer des actions de manipulation codifiées : réceptionner, contrôler, passer, dribbler...
Exercer la coordination mouvements et manipulation d'objets.	Enchaîner des mouvements avec manipulation d'objets en fonction de consignes.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale.	Dans des situations codifiées : Enchaîner mouvements et manipulations d'objets en vue de finaliser en action globale (danse avec engins, gymnastique rythmique, jeux et sports collectifs...).

<b>HME3</b> S'équilibrer : maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels
--

À partir de S2, l'équilibre n'est plus travaillé en tant que tel, mais intégré dans le travail des autres compétences.

<b>HME4</b>	
<b>Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps, et le représenter</b>	
<b>Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice</b>	
<b>ESPACE, TEMPS ET RYTHME DE L'ACTION</b>	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À renforcer</b> Connaître le vocabulaire spatial et les notions (proportions, échelle...) associés à l'activité.</p> <p>Connaître la structure rythmique de l'action.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Nommer et distinguer les repères spatiaux et de proportion (échelle) liés à l'activité.</p> <p>Distinguer les rythmes liés à l'activité.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À renforcer</b> Évoluer dans l'espace déterminé.</p> <p>Appliquer la structure rythmique de l'action.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Effectuer des actions en fonction des caractéristiques de l'espace et du but poursuivi.</p> <p>Se repérer à partir d'une représentation de l'espace.</p> <p>Représenter le cheminement réalisé.</p> <p>Modifier son rythme en fonction de la tâche à accomplir.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétences</b></p> <p>Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps et le représenter.</p> <p>Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Ajuster ses actions en tenant compte de contraintes spatiotemporelles.</p> <p>S'orienter dans l'espace en fonction des caractéristiques de celui-ci.</p> <p>Gérer le rythme du mouvement en fonction de l'action.</p>

<b>HME5</b>	
<b>S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps</b>	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À renforcer</b> Connaître les fondamentaux liés aux activités d'expression (pas, sauts, figures, tonus, placement de la respiration, utilisation de l'espace...).</p> <p>Connaître des éléments des codes attendus d'un spectateur.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Nommer les fondamentaux liés à l'activité d'expression.</p> <p>Nommer des éléments des codes attendus d'un spectateur.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À renforcer</b> Utiliser des gestes et des mouvements spontanés ou suggérés comme outil d'expression.</p> <p>Utiliser des éléments des codes attendus d'un spectateur.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Créer une situation d'expression corporelle, une chorégraphie sur une idée, un thème...</p> <p>Apprécier la production de pairs et la sienne.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétence</b></p> <p>S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Construire et interpréter une présentation élaborée.</p>

## CHAMP 2 : HABILITÉS SOCIOMOTRICES ET CITOYENNETÉ

<b>HSC1</b>	
Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre	
RESPECT DES RÈGLES, RÔLES ET BUTS	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre les règles liées à l'activité.</p> <p>Connaitre le but à atteindre.</p> <p>Connaitre les différents rôles à assumer.</p>	<p>Énoncer les règles liées à l'activité.</p> <p>Préciser le but à atteindre.</p> <p>Distinguer les rôles à assumer (porteur du ballon, attaquant, défenseur, gardien, arbitre...).</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Appliquer les règles liées à l'activité.</p> <p>Participer à l'élaboration des règles et à leur respect.</p> <p>Exercer différents rôles.</p>	<p>Respecter les règles attendues.</p> <p>Participer au respect des règles (compter les points, observer des critères de réalisation, arbitrer des situations simples...).</p> <p>Assumer tous les rôles.</p> <p>Utiliser les apprentissages acquis (HME, CP...) pour participer à une action collective.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
<p>Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre.</p>	<p>Se comporter en respectant des règles dans des situations progressivement codifiées.</p> <p>Ajuster son action en fonction du but à atteindre et des rôles à tenir.</p>

<b>HSC2</b> Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre les principes de communication : être compris, être réceptif aux messages des autres.</p> <p>Reconnaitre les signaux de l'environnement (repères du terrain) ou émis par des partenaires.</p> <p>Connaitre des stratégies de jeux.</p>	<p>Se faire comprendre, comprendre les messages des autres.</p> <p>Repérer les signaux pertinents à observer (environnement, partenaires).</p> <p>Expliquer les stratégies de jeu et ses choix d'action.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À renforcer</b></p> <p>Communiquer et collaborer avec un ou plusieurs partenaires en exécutant des mouvements ou des actions motrices au bon moment, au bon endroit (communication verbale et non verbale).</p> <p>Feinter et s'opposer.</p>	<p>Agir en fonction des signaux perçus dans l'environnement ou émis par son ou ses partenaire(s).</p> <p>Utiliser les moyens acquis pour participer à l'action collective :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- les habiletés motrices ;</li> <li>- les stratégies de jeu : diriger l'adversaire vers les zones moins favorables, marquer l'adversaire, relancer rapidement l'attaque, attaquer au moment opportun, récupérer l'objet rapidement dans le but de poursuivre l'échange...</li> </ul> <p>Analyser ses actions et celles des autres.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
<p>Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune.</p>	<p>Adapter son action à celle des partenaires en fonction du but poursuivi, dans une action commune progressivement codifiée.</p> <p>Décider et agir dans une action commune pour se mettre au service de l'action collective, apporter des solutions à ses coéquipiers, poser des problèmes aux adversaires en situations d'opposition, de coopération ou de duel.</p>

<b>HSC3</b> Interagir positivement avec ses partenaires S'affirmer en respectant les autres (assertivité, vigilance aux stéréotypes...)	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À renforcer</b> Connaître les comportements positifs attendus.</p> <p>Connaître la notion de fair-play (respect de l'adversaire, des règles, des décisions de l'arbitre, du public et de l'esprit du jeu, loyauté, maîtrise de soi et dignité dans la victoire et la défaite).</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Construire le concept de fair-play.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-être</b></p> <p><b>À renforcer</b> Respecter les autres et le milieu.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Respecter les autres : s'exprimer en utilisant un langage verbal et non verbal correct, aider, accepter de perdre et savoir gagner, faire preuve d'honnêteté, accepter les différences* et les erreurs, reconnaître la qualité des réalisations des autres, participer à l'élaboration des règles de vie...</p> <p>Respecter le matériel et l'infrastructure.</p> <p>S'investir dans l'activité.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétences</b></p> <p>Interagir positivement avec ses partenaires (coéquipiers et adversaires).</p> <p>S'affirmer en respectant les autres.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Adopter un comportement fair-play : bienveillance, respect, tolérance, maîtrise de soi, empathie...</p>

\* Vivre ensemble avec les différences en évitant les stéréotypes : de genre, morphologiques, médicaux, comportementaux, intellectuels... en rapport avec l'engagement dans l'activité.

## CHAMP 3 : GESTION DE SA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ

<b>GSS1</b> Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À renforcer</b> Comprendre des notions élémentaires de la physiologie de l'effort.</p> <p>Connaitre le placement d'un cardiofréquencemètre.</p> <p>Connaitre les conditions pour que la pratique de l'activité physique soit positive pour la santé physique, psychologique et sociale et le bien-être des autres : hygiène, alimentation, gestion du poids corporel, hydratation, sommeil, assuétudes...</p> <p>Connaitre les recommandations en termes d'activité physique et de lutte contre la sédentarité correspondant à chaque tranche d'âge.</p> <p>Comprendre le développement corporel et ses modifications liées à la puberté.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Expliquer les notions d'aérobie, d'anaérobie, d'échauffement, de récupération et de retour au calme, en relation avec les pulsations cardiaques.</p> <p>Énoncer les grands principes d'une bonne hygiène de vie.</p> <p>Énoncer des recommandations en termes d'activité physique et de lutte contre la sédentarité correspondant à sa tranche d'âge.</p> <p>Définir activité physique, activité sportive et sédentarité.</p> <p>Percevoir sur soi les changements corporels liés à la puberté.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À renforcer</b> Expérimenter les composantes de la condition physique dans des activités physiques variées : endurance, force, souplesse et leurs bienfaits sur la santé.</p> <p>Évaluer son niveau d'effort en utilisant des méthodes simples et en tenant compte des exigences de la tâche.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Placer et lire un cardiofréquencemètre pour situer son effort.</p> <p>Fournir des efforts de longue durée à une intensité moyenne de fréquence cardiaque.</p> <p>Soutenir son effort (marcher activement et/ou courir et/ou nager et/ou danser... sans s'arrêter) pendant 20 minutes.</p> <p>Étirer les grands groupes musculaires.</p> <p>Manipuler des charges adaptées en respectant les principes de manutention.</p> <p>Adapter son effort en fonction d'indicateurs simples (fréquences respiratoire et cardiaque...).</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétence</b></p> <p>Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Reconnaitre ses capacités et continuer à s'engager dans les activités physiques proposées avec l'objectif de maintenir et d'améliorer sa condition physique et son bien-être.</p> <p>Mettre en pratique et ajuster son planning personnel d'activités physiques.</p>

<b>GSS2</b> <b>Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieux naturel, urbain et aquatique</b>	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre la procédure d'appel d'urgence.</p> <p>Découvrir la fonction d'un DEA.</p> <p>Connaitre les règles de sécurité liées à l'activité.</p>	<p>Énoncer la procédure d'appel d'urgence.</p> <p>Indiquer l'emplacement du DEA dans l'école et les infrastructures fréquentées.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À renforcer</b></p> <p>Appliquer des actions préventives pour éviter des blessures et des accidents, lors de sa participation aux activités physiques.</p> <p>Respecter les consignes de sécurité liées à l'activité.</p> <p>Exercer les composantes de la sécurité aquatique : flottaison, propulsion, immersion, respiration.</p> <p>Premiers secours : appliquer la procédure face à une personne inconsciente.</p>	<p>Porter la tenue adaptée.</p> <p>S'échauffer, s'étirer.</p> <p>Placer, déplacer, porter des charges en respectant les principes de manutention.</p> <p>Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout.</p> <p>Appliquer les règles de sécurité liées à l'activité.</p> <p>Sauter du bord, flotter sur le dos et/ou rester en surface (mouvements de jambes et godille des bras) pendant 1 minute, gagner le bord opposé et revenir au bord de départ, en nageant avec la respiration adaptée à la nage choisie.</p> <p>En simulation, appeler le numéro d'urgence et effectuer un massage cardiaque.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieux naturel, urbain et aquatique.	Adapter son comportement à la situation pour préserver son intégrité physique et celle des autres.

<b>GSS3</b> <b>Identifier ses émotions, mobiliser des techniques de gestion des émotions et du stress</b>	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaitre les facteurs de stress et leurs effets sur la santé.	Décrire l'effet du stress sur la santé.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Percevoir, exprimer et agir sur les sensations physiques liées aux émotions et au stress.</p> <p>Percevoir l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres.</p>	<p>Identifier les facteurs de ses stress éventuels.</p> <p>Mobiliser les techniques expérimentées pour gérer ses émotions et ses stress.</p> <p>Verbaliser l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres sur la dynamique du groupe.</p>
<b>Compétences</b>	<b>Attendu</b>
<p>Identifier ses émotions.</p> <p>Mobiliser des techniques de gestion des émotions.</p>	Exprimer son vécu émotionnel.

<b>GSS4</b>	
<b>Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école</b>	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître les facteurs qui peuvent motiver ou décourager une participation quotidienne aux activités physiques.	Identifier des facteurs qui peuvent motiver ou décourager une participation quotidienne aux activités physiques.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<b>À renforcer</b> Valoriser ses propres réussites, même partielles, à adopter un mode de vie sain et actif.  Relever les pratiques des autres à adopter un mode de vie sain et actif.	Réaliser une trace de ses réussites à adopter un mode de vie sain et actif.
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école.	Reconnaître et analyser, dans son milieu, les possibilités d'activité physique en lien avec la culture et l'actualité.

<b>GSS5</b>	
<b>Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être</b>	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître les effets négatifs sur la santé de la sédentarité et des excès liés à certaines pratiques sportives (dopage, compléments alimentaires, boissons énergisantes, surentrainement...).	Identifier des effets négatifs sur la santé de la sédentarité et des excès liés à certaines pratiques sportives (dopage, compléments alimentaires, boissons énergisantes...).
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<b>À renforcer</b> Analyser avec bienveillance son image du corps au regard de celle donnée par la société dans un objectif de santé (médias, réseaux sociaux...).	Décoder les images du corps données par la société (médias, réseaux sociaux...) dans un objectif de santé.
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être.	S'interroger et formuler des questions sur divers sujets liés à la santé.  Analyser les influences positives et négatives du numérique sur sa pratique physique.

Au travers des trois champs, l'élève s'engage dans l'action en vue d'entraîner ses habiletés motrices, sociomotrices et citoyennes. L'acquisition des savoirs, dans le cadre du cours d'Éducation physique et à la santé, s'inscrit dans l'expérience quotidienne de l'élève.

En S3, l'intégration de l'ensemble des compétences des trois champs de l'EP&S permettra à chaque élève, au travers du plaisir de l'action motrice :

- d'apprendre en participant activement ;
- d'identifier ses aptitudes ;
- de progresser ;
- de poser des choix ;
- de créer et d'entreprendre ;
- de s'exprimer ;
- de prendre sa place, de s'affirmer au sein d'un groupe en respectant les différences.

#### Dans le champ des habiletés motrices et expression

---

Il est important de tenir compte, dans le choix des activités, de la spécificité de l'élève et de la diversité des niveaux au sein du groupe. Les situations proposées sont nombreuses et variées pour permettre à l'élève d'affiner ses actions et d'enrichir ses sensations. Elles doivent être différenciées et adaptées pour répondre aux besoins des élèves.

L'élève a acquis des habiletés lui permettant de pratiquer une variété d'activités physiques et de disciplines sportives. À travers des situations d'apprentissage codifiées et/ou institutionnalisées, il utilise avec précision, fluidité et efficacité les gestes techniques appris.

En expression, il est capable de construire et d'interpréter une présentation élaborée.

#### Dans le champ des habiletés sociomotrices et citoyenneté

---

Les jeux et sports collectifs sont pratiqués en mettant l'accent sur la construction collective et le respect, sans exacerber la compétition.

L'élève a acquis des habiletés lui permettant de s'impliquer dans un groupe, une équipe. Il participe à l'élaboration de stratégies collectives et est capable d'adopter un comportement approprié aux buts poursuivis et aux rôles à tenir.

#### Dans le champ de la gestion de sa santé et de la sécurité

---

L'élève devient acteur de la gestion de sa santé en connaissant les facteurs favorisant un mode de vie sain et actif.

Il est à l'écoute de ses états émotionnels et physiques, il applique les techniques apprises permettant de les gérer.

Il est attentif à son intégrité physique ainsi qu'à celle des autres et sait réagir adéquatement en situations d'urgence.

Il exprime une opinion argumentée sur des sujets liés à l'activité physique et à la santé.

Il est capable d'utiliser au quotidien les outils numériques dans leur dimension positive, au bénéfice d'une pratique physique saine et régulière.

## CHAMP 1 : HABILITÉS MOTRICES ET EXPRESSION

<b>HME1</b> <b>Maitriser et enchaîner des grands mouvements fondamentaux</b>	
MOTRICITÉ GLOBALE : LES GRANDS MOUVEMENTS DE DÉPLACEMENTS, LES POSITIONS ET LE GAINAGE	
<p><b>Savoir</b></p> <p>Connaitre le vocabulaire des habiletés motrices, des positions et du gainage, lié à l'activité progressivement codifiée.</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Nommer le vocabulaire des habiletés motrices, des positions et du gainage.</p>
<p><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À maîtriser</b> Adapter ses mouvements aux circonstances et aux consignes dans des situations codifiées.</p> <p>Utiliser sa latéralité et celle des autres.</p>	<p><b>Attendus</b></p> <p>Enchaîner avec fluidité et précision plusieurs mouvements.</p> <p>Utiliser adéquatement sa latéralité et celle des autres.</p>
<p><b>Compétence</b></p> <p>Maitriser et enchaîner des habiletés motrices.</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Enchaîner avec fluidité des habiletés motrices codifiées dans le but d'une action efficace.</p>

<b>HME2</b> <b>Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale</b>	
MOTRICITÉ GLOBALE AVEC MANIPULATION D'OBJETS MOTRICITÉ FINE AVEC MANIPULATION D'OBJETS	
<p><b>Savoir</b></p> <p>Connaitre le vocabulaire des objets utilisés et des actions sur ceux-ci.</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Nommer les objets utilisés et les actions sur ceux-ci.</p>
<p><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À maîtriser</b> Manipuler des objets.</p> <p>Exercer la coordination mouvements et manipulation d'objets.</p>	<p><b>Attendus</b></p> <p>Exécuter des actions de manipulation codifiées : réceptionner, contrôler, passer, dribbler...</p> <p>Enchaîner des mouvements avec manipulation d'objets en fonction de consignes.</p>
<p><b>Compétence</b></p> <p><b>À maîtriser</b> Coordonner et enchaîner des mouvements et des gestes avec manipulation d'objets pour finaliser une action globale.</p>	<p><b>Attendu</b></p> <p>Dans des situations codifiées : Enchaîner efficacement des mouvements avec manipulation d'objets en vue de finaliser en action globale.</p>

<b>HME3</b> <b>S'équilibrer : maintenir son équilibre et gérer les déséquilibres programmés ou accidentels</b>
---

À partir de S2, l'équilibre n'est plus travaillé en tant que tel, mais intégré dans le travail des autres compétences.

<b>HME4</b> Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps, et le représenter Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice	
ESPACE, TEMPS ET RYTHME DE L'ACTION	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À maîtriser</b> Connaître le vocabulaire spatial et les notions (proportions, échelle...) associés à l'activité.</p> <p>Connaître la structure rythmique de l'action.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Distinguer les repères spatiaux et de proportion (échelle) liés à l'activité.</p> <p>Distinguer les rythmes liés à l'activité.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À maîtriser</b> Évoluer dans l'espace déterminé.</p> <p>Appliquer la structure rythmique de l'action.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Effectuer des actions en fonction des caractéristiques de l'espace et du but poursuivi.</p> <p>Se repérer à partir d'une représentation de l'espace.</p> <p>Représenter le cheminement réalisé.</p> <p>Modifier son rythme en fonction de la tâche à accomplir.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétences</b></p> <p><b>À maîtriser</b> Se repérer, se déplacer dans l'espace et le temps et le représenter.</p> <p>Percevoir un rythme et l'exprimer par une action motrice.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Ajuster ses actions en tenant compte de contraintes spatiotemporelles.</p> <p>S'orienter dans l'espace en fonction des caractéristiques de celui-ci.</p> <p>Gérer le rythme du mouvement en fonction de l'action.</p>

<b>HME5</b> S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À renforcer</b> Connaître les fondamentaux liés aux activités d'expression (pas, sauts, figures, tonus, placement de la respiration, utilisation de l'espace...).</p> <p>Connaître des éléments des codes attendus d'un spectateur.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Nommer les fondamentaux liés à l'activité d'expression.</p> <p>Nommer des éléments des codes attendus d'un spectateur.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À renforcer</b> Utiliser des gestes et des mouvements spontanés ou suggérés comme outil d'expression.</p> <p>Utiliser des éléments des codes attendus d'un spectateur.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Créer une situation d'expression corporelle, une chorégraphie sur une idée, un thème...</p> <p>Apprécier la production de pairs et la sienne.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétence</b></p> <p>S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Construire et interpréter une présentation élaborée.</p>

## CHAMP 2 : HABILITÉS SOCIOMOTRICES ET CITOYENNETÉ

<b>HSC1</b>	
Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre	
RESPECT DES RÈGLES, RÔLES ET BUTS	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À maîtriser</b></p> <p>Connaitre les règles liées à l'activité.</p> <p>Connaitre le but à atteindre.</p> <p>Connaitre les différents rôles à assumer.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Énoncer les règles liées à l'activité.</p> <p>Préciser le but à atteindre.</p> <p>Distinguer les rôles à assumer.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À maîtriser</b></p> <p>Appliquer les règles liées à l'activité.</p> <p>Participer à l'élaboration des règles.</p> <p>Exercer différents rôles.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Respecter les règles attendues.</p> <p>Assumer tous les rôles.</p> <p>Utiliser les apprentissages acquis (HME, CP...) pour participer à une action collective.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétence</b></p> <p><b>À maîtriser</b></p> <p>Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Se comporter en respectant des règles dans des situations codifiées institutionnalisées ou non.</p> <p>Ajuster son action en fonction du but à atteindre et des rôles à tenir.</p>

<b>HSC2</b>	
Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À maîtriser</b></p> <p>Connaitre les principes de communication : être compris, être réceptif aux messages des autres.</p> <p>Reconnaitre les signaux de l'environnement (repères du terrain) ou émis par des partenaires.</p> <p>Connaitre des stratégies de jeux.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Se faire comprendre, comprendre les messages des autres.</p> <p>Repérer les signaux pertinents à observer (environnement, coéquipiers/adversaires).</p> <p>Expliquer les stratégies de jeu et ses choix d'action.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-faire</b></p> <p><b>À maîtriser</b></p> <p>Communiquer et collaborer avec un ou plusieurs partenaires en exécutant des mouvements ou des actions motrices au bon moment, au bon endroit (communication verbale et non verbale).</p> <p>Feinter et s'opposer.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Agir en fonction des signaux perçus dans l'environnement ou émis par son ou ses partenaires.</p> <p>Utiliser les moyens acquis pour participer à l'action collective :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- les habiletés motrices ;</li> <li>- les stratégies de jeu : diriger l'adversaire vers les zones moins favorables, marquer l'adversaire, relancer rapidement l'attaque, attaquer au moment opportun, récupérer l'objet rapidement dans le but de poursuivre l'échange...</li> </ul> <p>Analyser ses actions et celles des autres.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétence</b></p> <p>Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Participer à l'élaboration de stratégies collectives en fonction du but à atteindre.</p>

<b>HSC3</b> Interagir positivement avec ses partenaires S'affirmer en respectant les autres (assertivité, vigilance aux stéréotypes...)	
<p style="text-align: center;"><b>Savoirs</b></p> <p><b>À renforcer</b> Connaître les comportements positifs attendus.</p> <p>Connaître la notion de fair-play (respect de l'adversaire, des règles, des décisions de l'arbitre, du public et de l'esprit du jeu, loyauté, maîtrise de soi et dignité dans la victoire et la défaite).</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Construire le concept de fair-play.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Savoir-être</b></p> <p><b>À renforcer</b> Respecter les autres et le milieu.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendus</b></p> <p>Respecter les autres : s'exprimer en utilisant un langage verbal et non verbal correct, aider, accepter de perdre et savoir gagner, faire preuve d'honnêteté, accepter les différences* et les erreurs, reconnaître la qualité des réalisations des autres, participer à l'élaboration des règles de vie...</p> <p>S'investir dans l'activité.</p> <p>Respecter le matériel et l'infrastructure.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Compétences</b></p> <p>Interagir positivement avec ses partenaires (coéquipiers et adversaires).</p> <p>S'affirmer en respectant les autres.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Attendu</b></p> <p>Adopter un comportement fair-play : bienveillance, respect, tolérance, maîtrise de soi, empathie...</p>

\* Vivre ensemble avec les différences en évitant les stéréotypes : de genre, morphologiques, médicaux, comportementaux, intellectuels... en rapport avec l'engagement dans l'activité.

## CHAMP 3 : GESTION DE SA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ

<b>GSS1</b> Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Comprendre des notions élémentaires de la physiologie de l'effort.</p> <p>Connaître les conditions pour que la pratique de l'activité physique soit positive pour la santé physique, psychologique et sociale et le bien-être des autres : hygiène, alimentation, gestion du poids corporel, hydratation, sommeil, assuétudes...</p> <p>Connaître les recommandations en termes d'activité physique et de lutte contre la sédentarité correspondant à chaque tranche d'âge.</p> <p>Comprendre le développement corporel et ses modifications liées à la puberté.</p>	<p>Énoncer des changements fonctionnels liés à la régularité de la pratique.</p> <p>Énoncer des conditions pour que la pratique de l'activité physique soit positive pour la santé et le bien-être.</p> <p>Situer son niveau d'activité en lien avec les recommandations en termes d'activité physique et de lutte contre la sédentarité correspondant à sa tranche d'âge.</p> <p>Percevoir sur soi les changements corporels liés à la puberté.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p>Expérimenter les composantes de la condition physique dans des activités physiques variées : endurance, force, souplesse et leurs bienfaits sur la santé.</p> <p>Évaluer son niveau d'effort en utilisant des méthodes simples et en tenant compte des exigences de la tâche.</p>	<p>Identifier les signes physiologiques de l'effort (essoufflement, accélération du pouls, augmentation de la température corporelle, transpiration...) en rapport à l'intensité de l'activité physique pratiquée.</p> <p>Fournir des efforts de longue durée à une intensité moyenne.</p> <p>Utiliser un cardiofréquencemètre pour rester dans sa zone d'endurance lors d'un effort (marcher activement et/ou courir et/ou nager et/ou danser...) de 25 minutes.</p> <p>Étirer les grands groupes musculaires.</p> <p>Manipuler des charges adaptées en respectant les principes de manutention.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
<p>Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique.</p>	<p>Reconnaître ses capacités et continuer à s'engager dans les activités physiques proposées avec l'objectif de maintenir et d'améliorer sa condition physique et son bien-être.</p> <p>Mettre en pratique les principes de la condition physique de façon à mener une vie saine et active.</p> <p>Mettre en pratique un contrat individuel de progression vers une pratique d'activité physique régulière.</p>

<b>GSS2</b> <b>Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieu naturel, urbain et aquatique</b>	
<b>Savoirs</b>	<b>Attendus</b>
<p>Connaitre la fonction d'un DEA et son emplacement.</p> <p>Connaitre les principes ergonomiques dans sa vie quotidienne, en classe et dans sa pratique d'activité physique.</p>	<p>Expliquer la fonction d'un DEA et indiquer son emplacement dans l'école et les infrastructures fréquentées.</p> <p>Distinguer les postures favorables ou nuisibles liées à l'activité pratiquée.</p>
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
<p><b>À maîtriser</b></p> <p>Appliquer des actions préventives pour éviter des blessures et des accidents, lors de sa participation aux activités physiques.</p> <p>Respecter les consignes de sécurité liées à l'activité.</p> <p>Exercer les composantes de la sécurité aquatique : flottaison, propulsion, immersion, respiration.</p> <p>Premiers secours :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- appliquer la procédure d'urgence face à une personne inconsciente.</li> <li>- découvrir la défibrillation.</li> </ul>	<p>Porter la tenue adaptée.</p> <p>S'échauffer, s'étirer.</p> <p>Placer, déplacer, porter des charges en respectant les principes de manutention.</p> <p>Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout.</p> <p>Sauter du bord, flotter sur le dos et/ou rester en surface (mouvements de jambes et mains hors de l'eau) pendant 1 minute, parcourir une distance autodéterminée dans la(les) nage(s) de son choix, avec la respiration adaptée.</p> <p>En simulation, appeler le numéro d'urgence, effectuer un massage cardiaque, avec ou sans insufflations.</p>
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
<p>Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieu naturel, urbain et aquatique.</p>	<p>Adapter son comportement à la situation et aux milieux pour préserver son intégrité physique et celle des autres.</p> <p>Nager en autonomie en connaissant la distance que l'on est capable de parcourir.</p>

S3

<b>GSS3</b>	
<b>Identifier ses émotions, mobiliser des techniques de gestion des émotions et du stress</b>	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître les facteurs de stress et leurs effets sur la santé.	Décrire l'effet du stress sur la santé.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendus</b>
Percevoir, exprimer et agir sur les sensations physiques liées aux émotions et au stress.	Identifier les facteurs de ses stress éventuels.
Percevoir l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres.	Mobiliser les techniques expérimentées pour gérer ses émotions et ses stress.
<b>Compétences</b>	<b>Attendu</b>
Identifier ses émotions.	Verbaliser l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres sur la dynamique du groupe.
Mobiliser des techniques de gestion des émotions.	Exprimer son vécu émotionnel.

<b>GSS4</b>	
<b>Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école</b>	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître les facteurs qui peuvent motiver ou décourager une participation quotidienne aux activités physiques.	Identifier des facteurs qui peuvent motiver ou décourager une participation quotidienne aux activités physiques.
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
<b>À renforcer</b> Valoriser ses propres réussites, même partielles, à adopter un mode de vie sain et actif*.	Réaliser une trace de ses réussites à adopter un mode de vie sain et actif.
Relever les pratiques des autres à adopter un mode de vie sain et actif.	
<b>Compétence</b>	<b>Attendu</b>
Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école.	Analyser, dans son milieu, les possibilités d'activité physique en lien avec la culture et l'actualité.

\* À prolonger au degré supérieur de l'enseignement secondaire par l'analyse des réussites.

<b>GSS5</b> <b>Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être</b>	
<b>Savoir</b>	<b>Attendu</b>
Connaître les effets négatifs sur la santé de la sédentarité et des excès liés à certaines pratiques sportives (dopage, compléments alimentaires, boissons énergisantes, surentrainement ...)*.	Identifier des effets négatifs sur la santé de la sédentarité et des excès liés à certaines pratiques sportives (dopage, compléments alimentaires, boissons énergisantes...).
<b>Savoir-faire</b>	<b>Attendu</b>
Analyser avec bienveillance son image du corps au regard de celle donnée par la société dans un objectif de santé (médias, réseaux sociaux...).	Décoder les images du corps données par la société (médias, réseaux sociaux...) dans un objectif de santé.
<b>Compétence</b>	<b>Attendus</b>
Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être.	Exprimer une opinion argumentée sur un sujet lié à la santé et au bien-être.  Analyser les influences positives et négatives du numérique sur sa pratique physique.

\* À renforcer au degré supérieur de l'enseignement secondaire.

# VISÉES TRANSVERSALES DES DOMAINES 6, 7 ET 8

Éléments essentiels du curriculum de tronc commun, les domaines transversaux 6, 7 et 8 définissent des apprentissages à développer via les contenus répertoriés dans l'ensemble des référentiels disciplinaires.

« *La créativité, l'engagement et l'esprit d'entreprendre* » constituent le premier de ces trois domaines transversaux. Il concerne l'aptitude à associer des actes aux idées, c'est-à-dire à transformer des réflexions en actions et en projets effectifs. L'esprit d'entreprendre suppose de l'initiative, de la créativité, de l'innovation et de l'engagement, ainsi que la capacité de programmer et de gérer des projets en vue de la réalisation d'objectifs. Il passe également par le développement d'aptitudes telles que l'habileté à la planification, à l'organisation, à l'analyse, à la communication, au travail individuel ou collaboratif et donc à la gestion de groupes.

Le deuxième domaine transversal, « *Apprendre à apprendre et poser des choix* », est relatif à l'aptitude à entreprendre et à poursuivre un apprentissage par une gestion efficace du temps et de l'information de manière individuelle et en groupe. Cette gestion de son propre apprentissage suppose également d'être capable de s'autoévaluer. Il s'agit de rendre l'élève capable de tirer des enseignements de ses expériences antérieures d'apprentissage et de vie, tout en préservant la motivation et la confiance en soi, et d'identifier progressivement et de plus en plus clairement ses affinités.

« *Apprendre à s'orienter* » constitue le troisième domaine transversal incarnant par excellence la fonction essentielle d'aide à l'orientation de l'ensemble du curriculum du tronc commun. Ce qui est visé ici est la capacité de chaque élève de se mettre en projet et de se forger progressivement une vision de l'avenir, cette capacité étant conçue dans la perspective large et à long terme de la « construction de sa vie ».

Les apprentissages relatifs aux domaines 6, 7 et 8 ont été regroupés autour de six visées transversales puisque ces trois domaines sont fortement complémentaires et présentent entre eux de nombreuses interconnexions. Les trois domaines se nourrissent en effet les uns et les autres, avec des zones non négligeables de recouvrements. À titre d'exemple, « l'esprit d'entreprendre » bénéficie des habiletés développées dans le registre de « l'apprendre à apprendre et poser des choix » et réciproquement.

Les six visées transversales qui permettent de couvrir l'ensemble des apprentissages relatifs aux domaines 6, 7 et 8 sont les suivantes :

- Se connaître et s'ouvrir aux autres ;
- Apprendre à apprendre ;
- Développer une pensée critique et complexe ;
- Développer la créativité et l'esprit d'entreprendre ;
- Découvrir le monde scolaire, la diversité des filières et des options qui s'ouvrent après le tronc commun et mieux connaître le monde des activités professionnelles ;
- Développer des projets personnels et professionnels : anticiper et poser des choix.



Se connaître  
et s'ouvrir  
aux autres

Se connaître et s'ouvrir aux autres requièrent de développer une conscience de soi et de l'autre, du temps et de l'espace ainsi que du collectif.

Au travers de l'activité physique, l'élève est amené à connaître ses forces et défis, ses goûts, son ressenti émotionnel pour interagir avec les autres et collaborer.

L'intégration de l'ensemble des compétences des trois champs de l'EP&S permet à chaque enfant d'apprendre en s'engageant, de prendre conscience de ses possibilités et d'éprouver le désir de s'améliorer. Sa présence active au sein d'un groupe lui permet de favoriser ses relations sociales et de s'ouvrir aux autres. Dans des situations adaptées, la liberté lui est donnée de créer et de s'exprimer en utilisant le mouvement comme forme de langage corporel.

Il découvre des pratiques d'activités saines et génératrices de plaisir, des outils et des stratégies lui permettant de poser des choix pour un mode de vie sain et actif, en lien avec son expérience quotidienne.

Composantes de la visée	Exemples de contenus ou d'attendus contributifs
<b>Prendre conscience de soi et de l'autre</b>	
Connaître ses domaines de compétences et en développer de nouveaux.	GSS4 Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école : Identifier ses forces en activité physique. (C, P3-P4) Énoncer ses forces en activité physique. (C, P5) HSC1 Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre : Assumer différents rôles et responsabilités. (SF, P1 à P6) Assumer tous les rôles. (SF, S1 à S3)
Connaître et utiliser les règles de civilité favorisant le vivre-ensemble.	HSC3 Interagir positivement avec ses partenaires. S'affirmer en respectant les autres (assertivité, vigilance aux stéréotypes...) : Respecter les autres et le milieu. (SF, P1-P2) Adopter un comportement fair-play. (C, P1 à S3)
Vivre des relations humaines basées sur la bienveillance, le respect mutuel.	GSS3 Identifier ses émotions, mobiliser des techniques de gestion des émotions et du stress : Verbaliser l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres sur la dynamique du groupe. (SF, P5 à S3) Mobiliser les techniques expérimentées pour gérer ses émotions et ses stress. (SF, S1 à S3) GSS4 Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école : Admettre les différences en évitant les stéréotypes de genre, morphologiques, de capacités, médicaux, comportementaux, intellectuels... en rapport à l'engagement dans l'activité. (SF, P5-P6) HSC1 Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre : Se comporter en respectant des règles. (C, P1 à S3) Participer à l'élaboration et au respect de règles communes. (SF, P3 à S3)

<b>Prendre conscience du temps et de l'espace</b>	
Se situer dans son environnement, dans la réalité qui l'entoure. Anticiper, organiser et planifier.	GSS1 Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique : Identifier les possibilités d'activités physiques durant la journée. (C, P1-P2) Planifier ses activités hebdomadaires pour atteindre les recommandations de santé. (C, P6) Mettre en pratique et ajuster son planning personnel d'activités physiques. (C, S1-S2) Mettre en pratique les principes de la condition physique de façon à mener une vie saine et active. (C, S3)
<b>Prendre conscience du collectif</b>	HSC2 Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune : Décider et agir dans une action commune pour se mettre au service de l'action collective. (C, P5 à S2)



Apprendre  
à apprendre

Apprendre à apprendre requiert que les élèves développent les opérations mentales de base susceptibles de les aider à organiser leurs apprentissages et la réalité qui les entoure. Les élèves sont également amenés à prendre conscience, analyser et réguler ces opérations et en particulier à maîtriser les principales compétences méthodologiques du « métier d'élève ». Enfin, ils sont incités à développer un environnement personnel d'apprentissage, c'est-à-dire un ensemble organisé de ressources et d'outils physiques et/ou numériques à mobiliser et à agencer pour apprendre.

En EP&S, la mobilisation d'un ensemble de ressources et d'outils permet à l'élève de découvrir ses capacités et de devenir acteur de ses apprentissages.

Il est amené progressivement à faire le lien entre sensations, mouvements et activités perceptives et cognitives. Il prend conscience de la place du mouvement dans tous les types d'apprentissage.

Composantes de la visée	Exemples de contenus ou d'attendus contributifs
Développer son environnement personnel d'apprentissage.  Acquérir une conscience de ses apprentissages.	GSS1 Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique : Reconnaître ses capacités et continuer à s'engager dans les activités physiques proposées avec l'objectif de maintenir et d'améliorer sa condition physique et son bien-être. (C, S1 à S3) Mettre en pratique et ajuster son planning personnel d'activités physiques. (C, S1 à S3)  GSS4 Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école : Identifier dans l'année ses propres réussites, même partielles, à adopter un mode de vie sain et actif. (SF, P5-P6) Réaliser une trace de ses réussites à adopter un mode de vie sain et actif. (SF, S1 à S3)

Développer  
une pensée  
critique et  
complexe

Développer une pensée critique et complexe requiert de recourir à des catégories d'analyse multiples pour lutter contre les généralisations, de développer une appréhension des causalités circulaires ainsi que de trouver, traiter et évaluer des sources d'informations fiables, quel qu'en soit le support, y compris numérique.

En EP&S, l'élève est amené à analyser, comparer et objectiver les informations reçues, à s'approprier des valeurs, à déconstruire les stéréotypes et les préjugés en matière d'activité physique, sportive et de santé, à accepter l'autre dans sa différence et à lui laisser sa place.

Composantes de la visée	Exemples de contenus ou d'attendus contributifs
<b>Trouver, traiter et évaluer ses sources d'informations</b>	
Évaluer la fiabilité des informations pour déceler s'il s'agit de faits avérés, d'opinions, de stéréotypes ou de préjugés.	GSS5 Exercer sa pensée critique sur divers sujets liés à la santé et au bien-être : S'interroger et formuler des questions sur divers sujets liés à la santé. (C, P1 à S3) Exprimer une opinion argumentée sur un sujet lié à la santé et au bien-être. (C, S3) Repérer des images stéréotypées du corps véhiculées par la société (médias, réseaux sociaux...). (SF, P5 à S3) Identifier des effets négatifs sur la santé de la sédentarité et des excès liés à certaines pratiques sportives (dopage, compléments alimentaires, boissons énergisantes...). (S, S1 à S3)

Développer  
la créativité  
et l'esprit  
d'entreprendre

L'esprit d'entreprendre suppose de l'initiative, de la créativité, de l'innovation et de l'engagement, ainsi que la capacité de programmer et de gérer des projets en vue de la réalisation d'objectifs. Il s'agit de pouvoir transformer des idées en actes. On peut dire qu'il y a créativité lorsqu'au terme d'une réalisation les élèves proposent une (piste de) solution nouvelle (pertinente, efficace et originale) ou lorsque leur processus de recherche démontre leur capacité à produire des idées ou des comportements divergents.

En EP&S, lors des activités de motricité générale, d'expression et d'organisation collective, la créativité et les prises d'initiatives sont encouragées.

En développant sa confiance en lui, l'élève ose entreprendre et acquiert progressivement de l'autonomie. Dans cette optique, le droit à l'erreur est reconnu et utilisé pour progresser, la liberté d'action et d'expression est stimulée.

Composantes de la visée	Exemples de contenus ou d'attendus contributifs
Réaliser une œuvre, s'engager dans des actions concrètes.	HME5 S'exprimer et communiquer à l'aide de son corps : Improviser sur un thème, une idée, une musique... (SF, P1-P2) Improviser seul ou en partenariat sur un thème, une idée, une musique... (SF, P3-P4) Créer une situation d'expression corporelle, une chorégraphie sur une idée, un thème... (SF, P5 à S3)
Découvrir différentes techniques et stratégies pour résoudre les tâches proposées.	HSC2 Contribuer activement à la construction d'une réalisation commune : Décider et agir dans une action commune pour se mettre au service de l'action collective. (C, P5 à S2) Participer à l'élaboration de stratégies collectives en fonction du but à atteindre. (C, S3)
Oser entreprendre, prendre des initiatives.	HSC1 Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre : Participer à l'élaboration de règles communes. (SF, P3 à P6)

Découvrir le monde scolaire, la diversité des filières et des options qui s'ouvrent après le tronc commun et mieux connaître le monde des activités professionnelles

S'orienter repose sur la connaissance de soi, mais aussi sur une découverte du monde extérieur et de l'éventail des possibles qu'il offre en matière de filières d'études et de métiers, ainsi que de liens entre filières et métiers. C'est aussi établir des relations entre les savoirs, savoir-faire et compétences enseignées à l'école et les grandes sphères de l'activité professionnelle et humaine de manière plus générale. Il s'agit, pour les élèves, de découvrir les mondes professionnel et scolaire dans leurs composantes et leur organisation, les liens qu'ils entretiennent avec la société et ses évolutions, et de réfléchir au sens qu'ils revêtent à leurs yeux.

Composantes de la visée	Exemples d'opportunités offertes par le référentiel
<p>Découvrir différents milieux professionnels et leur diversité et être sensibilisé tant aux contributions sociétales qu'aux enjeux éthiques liés à ces divers mondes socioprofessionnels.</p> <p>Découvrir différentes options et filières de formations ultérieures qui s'ouvrent en fin de parcours de tronc commun.</p> <p>Relier des sphères professionnelles et des métiers à des parcours d'études et de formations.</p> <p>Relier des savoirs, savoir-faire ou compétences disciplinaires ou transversaux, travaillés en classe, avec des filières et des options qui s'ouvrent après le tronc commun et avec des sphères professionnelles et des métiers.</p>	<p><i>Les savoirs, savoir-faire et compétences suivants seront des occasions de découvrir une diversité de métiers :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Créer une situation d'expression corporelle, une chorégraphie sur une idée, un thème... (SF, HME5, P5 à S3) Apprécier la production de pairs et la sienne. (SF, HME5, P5 à S3) <i>Métiers artistiques (comédien, danseur, circassien...).</i></li> <li>• La physiologie de l'effort physique. (S, SF, C, GSS1, P1 à S3) Les principes de manutention et les postures appropriées aux positions assise et debout. (SF, GSS2, P1 à S3) Les grands principes liés à une bonne hygiène de vie (hygiène, alimentation, hydratation, sommeil, activité physique, évitement de la sédentarité...). (S, SF, C, GSS1, P1 à S3) Les effets négatifs sur la santé de la sédentarité et des excès liés à certaines pratiques sportives (dopage, compléments alimentaires, boissons énergisantes, surentrainement...). (S, GSS5, P1 à S3) Les techniques de gestion des émotions et du stress. (SF, GSS3, P1 à S3) <i>Métiers de la santé (médecin, diététicien, kinésithérapeute, ergothérapeute, psychologue...).</i> <i>Métiers du sport (entraîneur et/ou moniteur sportif, sportif de haut niveau, préparateur physique, coach individuel...).</i></li> <li>• Les composantes de la sécurité en milieu naturel, urbain et aquatique. (S, SF, C, GSS2, de P1 à S3) <i>Métiers de la sécurité (secouriste, maitre-nageur...).</i></li> </ul> <p><i>Les apprentissages et découvertes des élèves constitueront des opportunités pour mettre en relation des métiers ou des sphères professionnelles avec les options et filières d'études de l'après tronc commun, et/ou avec des parcours d'études ou de formations et/ou avec des projets personnels.</i></p>

Développer des  
projets personnels  
et professionnels :  
anticiper et poser  
des choix

Relevant davantage d'un savoir-agir, il s'agit ici pour l'élève de rassembler, d'articuler et d'incarner ce qu'il a appris sur lui-même et sur les autres, ce qu'il a appris du monde scolaire, de la diversité des filières et options scolaires qui s'ouvrent après le tronc commun et ce qu'il connaît du monde des activités professionnelles, de manière à se forger une vision de l'avenir et à se mettre en projet. Sur la base d'une identification de plus en plus claire et du développement progressif de leurs intérêts, goûts, et domaines privilégiés de compétences, les élèves apprennent à élaborer peu à peu un projet, de formation, d'études et de vie ; ils apprennent à «construire leur vie». Il s'agit aussi de les sensibiliser à l'importance de disposer de plusieurs scénarios d'avenir et de concevoir la sélection progressive de l'un d'entre eux comme un processus dynamique, évolutif, non figé.

Composantes de la visée	Exemples d'opportunités offertes par le référentiel
Développer leur capacité à pouvoir agir sur leur vie, mais aussi prendre conscience des contraintes et des limites qui pèsent sur ce savoir-agir.	<p><i>Par une prise de conscience progressive des facteurs susceptibles d'influencer les habitudes de vie positivement ou négativement, l'élève apprend à poser des choix lui permettant de développer et de préserver sa santé. Il apprend à poser un regard critique sur les stéréotypes et préjugés véhiculés en cette matière par la société :</i></p> <p>Mettre en pratique et ajuster son planning personnel d'activités physiques. (C, GSS1, S1 à S3)</p> <p>Identifier des facteurs qui peuvent motiver ou décourager une participation quotidienne aux activités physiques. (S, GSS4, S1 à S3)</p> <p>Adapter son comportement à la situation pour préserver son intégrité physique et celle des autres. (C, GSS2, P5 à S3)</p> <p>Nager en autonomie en connaissant la distance que l'on est capable de parcourir. (C, GSS2, S3)</p> <p>Distinguer les postures favorables ou nuisibles liées à l'activité pratiquée. (S, GSS2, S3)</p>
Repérer et critiquer les facteurs, explicites et implicites, qui influencent les choix, y compris en ce qui concerne le choix à poser en fin de tronc commun : stéréotypes de genre, stéréotypes sociaux, proximité géographique, amis, goûts, projet, poursuite d'études, état du marché du travail.	<p>Prendre conscience et analyser les influences positives et négatives du numérique sur sa pratique physique. (C, GSS5, P5 à S3)</p> <p>Repérer des images stéréotypées du corps véhiculées par la société (médias, réseaux sociaux). (SF, GSS5, P5 à S3)</p>
Transformer des connaissances et des observations en choix et en actions qui les concrétisent.	Mettre en pratique et ajuster son planning personnel d'activités physiques. (C, GSS1, S1 à S3)
Argumenter leurs choix.	Exprimer une opinion argumentée sur un sujet lié à la santé et au bien-être. (C, GSS5, S3)

En outre, l'Éducation physique et à la santé contribue à l'atteinte des visées d'apprentissage de l'Éducation à la Vie Relationnelle, Affective & Sexuelle (EVRAS). La fin de cette section reprend un tableau qui récapitule les principaux apports de l'EP&S à certaines des grandes visées d'apprentissage de l'EVRAS<sup>18</sup>.

Thématiques propres à l'EVRAS	Sous-thématiques	Champs en EP&S	Compétences en EP&S	Contenus en EP&S
CORPS HUMAIN ET DÉVELOPPEMENT	Développement corporel, puberté, image corporelle, hygiène corporelle	1	HME1	Avoir conscience de son schéma corporel pour agir avec son corps. (C, P1-P2)
		3	GSS1	Adopter un style de vie sain et actif, être activement responsable de sa condition physique. (C, P1 à S3)
			GSS5	Analyser avec bienveillance son image du corps au regard de celle donnée par la société dans un objectif de santé (médias, réseaux sociaux...). (SF, S1 à S3)
VALEURS, CULTURES, DROITS	Normes sociales et culturelles	3	GSS5	Analyser avec bienveillance son image du corps au regard de celle donnée par la société dans un objectif de santé (médias, réseaux sociaux...). (SF, S1 à S3)
	Droits/système de valeurs	2	HSC1	Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre. (C, P1 à S3)
RELATIONS INTER-PERSONNELLES	Intégrité physique du corps, Intimité (vestiaires)	3	GSS2	Être activement responsable de sa sécurité et de celle des autres en salle, en milieu naturel, urbain et aquatique. (C, P1 à S3)
	Émotions	2	HSC3	Interagir positivement avec ses partenaires. (C, P1 à S3) S'affirmer en respectant les autres (assertivité, vigilance aux stéréotypes...). (C, P1 à S3)
		3	GSS3	Identifier ses émotions, mobiliser des techniques de gestion des émotions et du stress. (C, P1 à S3)
	Estime de soi	3	GSS4	Construire une image positive de soi, développer son sentiment de compétence et plus largement son estime de soi à adopter un mode de vie sain et actif, dans et en dehors de l'école. (C, P1 à S3)
	Équité, tolérance, respect	2	HSC3	Interagir positivement avec ses partenaires. (C, P1 à S3) S'affirmer en respectant les autres (assertivité, vigilance aux stéréotypes...). (C, P1 à S3)
		3	GSS5	Analyser avec bienveillance son image du corps au regard de celles données par la société dans un objectif de santé (médias, réseaux sociaux...). (SF, S1 à S3)

18 [www.evras.be](http://www.evras.be)

## CROISEMENTS ENTRE DISCIPLINES

Dans une perspective de décroisement des apprentissages, chère à la philosophie du tronc commun, et également parce que certains contenus d'apprentissage peuvent concourir à asseoir les visées d'autres domaines ou d'autres disciplines, cette section identifie concrètement quels savoirs, savoir-faire et compétences sont susceptibles de croisements avec ceux développés dans d'autres domaines ou disciplines. Il s'agit d'exemples non exhaustifs, identifiés en tant que croisements possibles, particulièrement féconds.

Le repérage des possibilités de croisements entre les différents référentiels répond à plusieurs finalités. D'abord, l'association de deux ou de plusieurs contenus rend parfois leur acquisition plus aisée et plus efficace parce qu'ils se développent en relation étroite ou parce qu'ils permettent une reprise, une répétition et une remobilisation concourant à leur consolidation. Il arrive également qu'un contenu trouve l'un de ses prérequis au sein d'un référentiel apparenté. Des contenus peuvent par ailleurs offrir des occasions de mise en pratique ou d'application d'un contenu issu d'un autre référentiel, ce qui favorise leur approfondissement mutuel. Des contenus combinés peuvent aussi apporter un surcroît de compréhension, en croisant les regards issus de plusieurs disciplines sur un même objet. Enfin, un rapprochement entre contenus peut ouvrir la voie à la conception d'activités pédagogiques globales (des projets, par exemple) et contribuer ainsi au sens des apprentissages.

Pour des raisons de lisibilité, les croisements sont présentés sous la forme de tableaux annuels à double entrée qui mettent en relation un contenu ou un attendu d'une discipline avec un contenu ou un attendu d'une autre discipline<sup>19</sup>. Toutefois, ces croisements « bi-disciplinaires » peuvent être étendus à des croisements multidimensionnels associant plusieurs, voire toutes les disciplines ainsi qu'à des croisements entre années.

Bien sûr, le type et l'ampleur des croisements gagneront à être diversifiés et adaptés à l'âge des élèves. Ainsi, au début du curriculum en particulier, des croisements simples impliquant deux disciplines peuvent déjà se montrer très utiles, tandis que la démarche consistant à entrelacer divers regards disciplinaires à propos d'un même thème ne se construira que très progressivement tout au long du tronc commun.

Le champ des possibles est donc très vaste. Certains contenus s'articulent deux à deux et peuvent se construire en interaction. Par exemple, en P2, l'attendu de Sciences « Décrire différentes situations météorologiques » se décline utilement avec l'approche des saisons dans la Formation historique et géographique (découpage de l'année en saisons et variations de températures et de précipitations selon les saisons), sans présupposer une quelconque antériorité de l'un sur l'autre. De même en P5, la mesure d'une grandeur en Mathématiques s'articule profitablement avec la mesure de masses en Sciences.

<sup>19</sup> Dans ce référentiel, les savoirs, savoir-faire ou compétences sont identifiés dans les tableaux de croisements à partir de leurs attendus. On rappellera cependant toute l'importance d'appréhender les contenus et les attendus de concert.

En se croisant, d'autres contenus issus de différentes disciplines permettent un apprentissage plus dense et plus riche. En P3, « Estimer et comparer la consommation d'eau... » en Sciences sera rendu plus intelligible grâce à certaines compétences mathématiques liées à la mesure de grandeurs. De plus, ces apprentissages gagneront à être liés au savoir-faire d'Éducation à la philosophie et à la citoyenneté « S'informer pour questionner l'impact de ses gestes quotidiens », pour leur offrir un éclairage supplémentaire et ainsi accroître leur sens.

Des contenus de disciplines différentes contribuent également à éclairer un concept ou un thème grâce aux outils de pensée propres à chaque discipline. Ainsi peut-il en aller du concept de travail en S2, qui peut être abordé à travers la Formation historique (« Exemplifier une innovation technologique et expliquer en quoi elle est un facteur de changement dans l'évolution du processus de mondialisation ») et les Sciences (« Décrire et expliquer comment l'utilisation d'une machine simple facilite la vie dans une situation concrète »), mais aussi en liant ces approches à l'Éducation culturelle et artistique (« Appréhender quelques grandes découvertes ou inventions qui ont marqué l'histoire ») et à la Formation manuelle, technique, technologique et numérique (« Concevoir un objet technologique intégrant une ou plusieurs machines simples et un circuit électrique simple »). Avec des élèves plus jeunes déjà, ces liens enrichissants peuvent être mobilisés pour aborder un concept. Par exemple, en P6, l'utilisation responsable d'énergie peut être envisagée à travers les prismes de la Formation manuelle, technique, technologique et numérique (« Utiliser rationnellement les consommables et les énergies »), des Sciences (« Justifier des moyens utilisés pour limiter les pertes d'énergie thermique dans des perspectives d'utilisation responsable d'énergie ») et de la Formation économique et sociale (« Identifier des acteurs de la production et de la consommation responsable et expliquer en quoi cela fait d'eux des producteurs et des consommateurs responsables »).

Pour tous les exemples évoqués plus haut, on imagine aisément que les quatre visées du cours de Français (« lire, écouter, parler et écrire ») peuvent être mobilisées, ce qui renforce l'enseignement transversal de la langue française. Outre qu'elle offre de nouvelles occasions de pratiquer la langue, cette intrication continue avec le français attire l'attention sur le versant linguistique et langagier des apprentissages disciplinaires, c'est-à-dire sur les façons de lire, d'écouter, de parler et d'écrire qui sont spécifiques aux disciplines.

Toutes les disciplines permettent donc de travailler la maîtrise du français et cette maîtrise bénéficie à toutes les disciplines. Que ce soit en renforçant, au sein de chacune des disciplines, le développement des capacités d'expression et de compréhension (par exemple, par la maîtrise d'un lexique et de techniques d'argumentation spécifiques). Ou en offrant au cours de français des supports particulièrement significatifs pour le travail des savoirs, savoir-faire et compétences qui y sont visés.

P1

ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ	Découvrir ses rythmes personnels (rythmes de déplacement, battements de cœur, respiration...). (SF)	Identifier et nommer les différents rythmes du corps en mouvement : rythme cardiaque, de la marche, de la respiration. (S)	ECA <sup>20</sup>
	S'adapter à un rythme extérieur simple (rythme extrinsèque : tempo donné...). (SF)	Exprimer la pulsation corporellement (balancement, marche, frappe, sur un tempo fixe). (SF)	
	Se déplacer en tenant compte de points de repère concrets (obstacles, objets et personnes fixes ou mobiles). (SF)	Se déplacer ou déplacer un objet dans l'espace 3D (réel, vécu, miniaturisé) en suivant deux consignes orales consécutives. (SF)	MATHÉMATIQUES
	Placer du matériel en fonction de repères concrets. (SF)	Placer un objet ou soi-même selon des consignes données ou un modèle observé dans l'espace 3D (réel, vécu, miniaturisé). (SF)	
	Réaliser les actions : manipuler, propulser, déplacer, contrôler, prendre, tirer, transporter, lancer, faire rebondir... (SF)	Proposer différentes façons d'agir sur un objet (ex. : pousser, tirer, déformer, appuyer, porter...). (SF)	SCIENCES
	Repérer un danger potentiel de l'environnement. (S)	Associer les risques et dangers liés à l'environnement de travail, aux consommables, aux outils, aux machines. (SF)	FMTTN <sup>21</sup>
	Respecter le matériel et l'infrastructure. (SF)	Formuler ensemble (élèves et enseignant) des raisons qui expliquent des différences de règles de conduite entre l'utilisation d'un bien collectif et d'un bien individuel. (C, FES)	FHGES <sup>22</sup>
	Trouver un point de repère de l'espace connu en fonction de sa représentation (photo, dessin, plan très simple...). (SF)	Lire un croquis cartographique, un plan, une carte. (SF, FG)	
	Exprimer son vécu émotionnel de l'activité. (C)	Percevoir, exprimer et interroger les émotions de base : peur, colère, joie, tristesse, surprise, dégoût et leurs effets sur le comportement. (SF)	EPC <sup>23</sup>
Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe et de chacun en fonction du but à atteindre. (C)	Identifier – exemplifier la notion de règle. (S)		

118

20 ECA : Éducation culturelle et artistique.

21 FMTTN : Formation manuelle, technique, technologique et numérique.

22 FHGES : Formation historique, géographique, économique et sociale.

23 EPC : Éducation à la philosophie et à la citoyenneté.

ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ	S'adapter à un rythme extérieur simple (tempo donné...). (SF)	Identifier le rythme des mouvements : leur vitesse, leur durée (lent/brusque/rapide/arrêt/accélération). (S)	ECA
		Identifier et définir la pulsation. (S)	
	Se déplacer de différentes façons et dans des directions variées, en utilisant différentes parties du corps. (SF)	Identifier : - les actions motrices (ex. : tourner, tirer, pousser...); - les types de mouvements (ex. : long/court/ample/arrondi/linéaire/discontinu/saccadé...). (S)	
		Identifier : - la direction des déplacements : (gauche/droite, avant/arrière); - le positionnement des corps dans l'espace (ex. : face à face, côte à côte, l'un derrière l'autre, en ligne, en cercle...); - les niveaux de déplacement (haut/moyen/bas). (S)	
		Exprimer les actions en variant les mouvements, leur rythme, leur direction, leur niveau... (SF)	
	Improviser sur un thème, une idée, une musique... (SF)	Combiner des types de mouvements, des actions motrices, des gestes, des déplacements dans une composition personnelle. (SF)	MATHÉMATIQUES
	Trouver un point de repère de l'espace connu en fonction de sa représentation. (SF)	Situer un objet ou soi-même avec le vocabulaire adéquat : - dans l'espace 3D (réel, vécu, miniaturisé) et 2D (dessin, croquis, photo); - selon le point de vue de l'enfant. (SF)	
	Placer du matériel en fonction de repères concrets.	Placer un objet ou soi-même selon des consignes données ou un modèle observé dans l'espace 3D (réel, vécu, miniaturisé) et 2D (dessin, croquis, photo). (SF)	
	Se déplacer en tenant compte de points de repère concrets.	Se déplacer ou déplacer un objet dans l'espace 3D (réel, vécu, miniaturisé) en suivant à minima trois consignes orales consécutives. (SF)	
	Estimer la durée de différentes actions. (SF)	Estimer en secondes la durée d'une activité à vivre ou vécue. (C)	
Repérer un danger potentiel de l'environnement. (S)	Associer les risques et dangers liés à l'environnement de travail, aux consommables, aux outils, aux machines. (SF)	FMTTN	
Percevoir l'effet des émotions des autres sur soi. (SF)	Percevoir, exprimer et interroger les émotions de base : peur, colère, joie, tristesse, dégoût et leurs effets sur le comportement. (SF)	EPC	
Adopter un comportement fair-play : bienveillance, tolérance, respect... (C)	Interroger les limites de sa liberté à travers la reconnaissance de celle des autres. (SF)		

P3

ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ	Utiliser des gestes et des mouvements spontanés ou suggérés comme outil d'expression. (SF)	Improviser des séquences rythmiques à partir de différentes parties du corps (pieds, cuisses, mains, poitrine, doigts...). (SF)	ECA
	Exercer avec fluidité les grands mouvements fondamentaux. (SF)	Travailler la fluidité et l'équilibre dans un espace scénique. (SF)	
	Appliquer les techniques d'équilibration globale dans des situations simples statiques et dynamiques. (SF)		
	Présenter des séquences expressives simples. (C)	Imaginer une mise en voix et une mise en espace en lien avec les savoirs abordés durant l'année. (C)	MATHÉMATIQUES
	Se déplacer en fonction de points de repère concrets fixes ou mobiles (obstacles, objets et personnes). (SF)	Se déplacer ou déplacer un objet dans l'espace 3D (réel, vécu, miniaturisé) en suivant des consignes orales. (SF)	
	Représenter le cheminement réalisé. (SF)	Tracer, sur un plan, un déplacement vécu. (SF)	
	Se repérer dans l'espace connu en fonction de sa représentation (lecture de schémas, plans (circuits)...) et inversement, représenter le cheminement réalisé. (SF)	Situer un objet ou soi-même avec le vocabulaire adéquat : - dans l'espace 3D (réel, vécu, miniaturisé) et 2D (dessin, croquis, photo, plan) ; - selon le point de vue de l'enfant ou d'un(e) autre personnage/personne. (SF)	
	Placer du matériel en fonction d'un plan. (SF)	Placer un objet ou soi-même selon des consignes données ou un modèle observé dans l'espace 3D (réel, vécu, miniaturisé) et 2D (dessin, croquis, photo, plan). (SF)	
	Découvrir des actions préventives pour éviter des blessures et des accidents, lors de sa participation aux activités physiques (port du casque, tenue adéquate, s'échauffer, s'étirer, manutention, postures adéquates...). (SF)	Énoncer les équipements de protection requis en lien avec l'environnement de travail, les consommables, les outils, les ustensiles et les techniques. (S)	FMTTN
	Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout. (SF)	Adopter la posture ergonomique recommandée par l'enseignant. (SF)	EPC
	Adopter un comportement fair-play : maîtrise de soi, bienveillance, tolérance, respect... (C)	Se coordonner, s'entraider, solliciter de l'aide pour soi, pour les autres et pour tous. (SF)	
	S'interroger et formuler des questions sur divers sujets liés à la santé. (C)	Formuler son étonnement (parole, dessin ou geste...) à propos de situations, de problèmes... et en dégager une question. (SF)	

<b>ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ</b>	Présenter des séquences expressives simples. (C)	Exercer les mouvements suivants par rapport à un espace scénique défini : entrées, sorties, transitions, changements de décors. (SF)	<b>ECA</b>
		Inventer une production à partir d'une combinaison de moyens verbaux, corporels, scéniques. (C)	
	Se déplacer en fonction de points de repère concrets fixes ou mobiles (obstacles, objets et personnes fixes ou mobiles). (SF)	Se déplacer ou déplacer un objet dans l'espace 3D (réel, vécu, miniaturisé) en suivant des consignes orales. (SF)	<b>MATHÉMATIQUES</b>
	Se repérer dans l'espace connu en fonction de sa représentation (lecture de schémas, plans (circuits)...) et inversement, représenter le cheminement réalisé. (SF)	Situer un objet ou soi-même avec le vocabulaire adéquat : - dans l'espace 3D (réel, miniaturisé) et 2D (dessin, croquis, photo, plan) ; - selon le point de vue de l'enfant ou d'un(e) autre personnage/personne. (SF) Tracer un déplacement sur un plan, en suivant un enchaînement de consignes orales ou écrites. (SF)	
	Placer du matériel en fonction d'un plan. (SF)	Placer un ensemble d'objets ou soi-même selon des consignes données ou un modèle observé dans l'espace 3D (réel, vécu, miniaturisé) et 2D (dessin, croquis, photo, plan). (SF)	
	Identifier de bonnes habitudes de vie en matière d'alimentation, hydratation, sommeil, hygiène, activité physique, évitement de la sédentarité... (S)	Énoncer quelques règles d'hygiène de vie : - alimentation saine (variée et adaptée aux besoins) ; - nécessité de boire de l'eau ; - activité physique régulière ; - sommeil. (S)	<b>SCIENCES</b>
	Exploiter la connaissance de son corps pour choisir les mouvements adéquats (pied d'impulsion, choix du type de battues...) dans des situations variées. (C)	Repérer le muscle qui est responsable d'un mouvement du bras ou d'une jambe. (SF)	
		Repérer les articulations suivantes : hanche, genoux, chevilles, épaule et poignet. (SF)	
		Repérer quelques os sur un squelette. (S)	
	Dans des situations complexifiées : - adapter ses mouvements en vue d'agir sur des objets ; - adapter ses mouvements en vue de réaliser des tâches de la vie quotidienne. (C)	Énoncer qu'un mouvement peut être commandé par le cerveau et que l'information circule par les nerfs. (S)	
	Découvrir des actions préventives pour éviter des blessures et des accidents, lors de sa participation aux activités physiques (port du casque, tenue adéquate, s'échauffer, s'étirer, manutention, postures adéquates...). (SF)	Identifier que lorsqu'il y a une mise en mouvement, un changement dans le mouvement ou un changement de la forme d'un objet, il y a une force qui s'exerce sur l'objet. (S)	<b>FMTTN</b>
	Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout. (SF)	Énoncer les équipements de protection requis en lien avec l'environnement de travail, les consommables, les outils, les ustensiles et les techniques. (S)	
	Adopter un comportement fair-play : maîtrise de soi, bienveillance, tolérance, respect... (C)	Adopter la posture ergonomique recommandée par l'enseignant. (SF)	<b>EPC</b>
	Assumer des rôles différents (défenseur, attaquant, voltigeur, garant, relayeur... (SF)	Se coordonner, s'entraider, solliciter de l'aide pour soi, pour les autres et pour tous. (SF)	
S'interroger et formuler des questions sur divers sujets liés à la santé. (C)	Se décentrer pour comprendre le point de vue d'autrui. (SF)		
	Formuler son étonnement à propos de situations, de problèmes... et en dégager une question. (SF)		

P5

<b>ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ</b>	Élaborer et présenter une séquence expressive. (C)	Inventer et mettre en espace une production scénique à partir de combinaisons de moyens corporels et verbaux abordés. (C)	<b>ECA</b>
	Se repérer dans l'espace en fonction de sa représentation (lecture de schémas, plans (circuits)...) et inversement. (SF)	Situer un objet ou soi-même avec le vocabulaire adéquat : - dans l'espace 2D (photo, plan) ; - selon le point de vue de l'enfant ou d'un(e) autre personnage/personne. (SF)	<b>MATHÉMATIQUES</b>
	Représenter le cheminement réalisé. (SF)	Tracer un déplacement sur un plan, en suivant un enchaînement de consignes orales ou écrites. (SF)	
	Découvrir le développement corporel et ses modifications liées à la puberté. (S)	Décrire des changements physiques propres à la puberté (pilosité, mue de la voix, musculature, glandes mammaires...). (S)	<b>SCIENCES</b>
	Appliquer des actions préventives pour éviter des blessures et des accidents, lors de sa participation aux activités physiques. (SF)	Énoncer les équipements de protection requis en lien avec l'environnement de travail, les consommables, les outils, les ustensiles et les techniques. (S)	<b>FMTTN</b>
	Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout. (SF)	Adopter la posture ergonomique recommandée par l'enseignant. (SF)	
	Décider et agir dans une action commune. (C)	Se concerter en vue de coopérer. (SF)	<b>EPC</b>
	Repérer des images stéréotypées du corps véhiculées par la société (médias, réseaux sociaux...). (SF)	Questionner – expliciter des stéréotypes et des préjugés. (S)	

<b>ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ</b>	Élaborer et présenter des séquences expressives. (C)	Synchroniser le mouvement et l'univers sonore dans une courte chorégraphie ou une courte scène jouée. (SF)	<b>ECA</b>
		Inventer une courte composition scénique ou chorégraphique. (SF)	
		S'exprimer corporellement en tenant compte des fondamentaux abordés durant l'année. (C)	
	Se repérer dans l'espace en fonction de sa représentation (lecture de schémas, plans (circuits...) et inversement. (SF)	Situer un objet ou soi-même avec le vocabulaire adéquat : - dans l'espace 2D (photo, plan) ; - selon le point de vue de l'enfant ou d'un(e) autre personnage/personne. (SF)	<b>MATHÉMATIQUES</b>
	Représenter le cheminement réalisé. (SF)	Tracer un déplacement sur un plan, en suivant un enchaînement de consignes orales ou écrites. (SF)	
	Adapter son effort en fonction d'indicateurs simples (fréquences respiratoire et cardiaque...). (SF)	Représenter les mouvements ventilatoires à l'aide d'un dispositif et comparer son fonctionnement avec la réalité. (SF)	<b>SCIENCES</b>
	Énoncer des changements fonctionnels liés à l'effort (rythme cardiaque et respiratoire, transpiration...). (S)	Évaluer le nombre de mouvements ventilatoires avant et après l'effort et les interpréter pour comprendre les liens entre ventilation et activité physique. (SF)	
	Prendre son pouls, compter ses pulsations avec une certaine précision pour situer son effort. (SF)	Évaluer le rythme cardiaque avant et après l'effort et l'interpréter pour comprendre les liens entre rythme cardiaque et activité physique. (SF)	
	Appliquer des actions préventives pour éviter des blessures et des accidents, lors de sa participation aux activités physiques. (SF)	Énoncer les équipements de protection requis en lien avec l'environnement de travail, les consommables, les outils, les ustensiles et les techniques. (S)	<b>FMTTN</b>
Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout. (SF)	Adopter la posture ergonomique recommandée par l'enseignant. (SF)		
Décider et agir dans une action commune. (C)	Se concerter en vue de coopérer. (SF)	<b>EPC</b>	

S1

ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ	Mobiliser la connaissance du corps pour choisir les mouvements adéquats dans des situations variées. (C)	Concevoir de courtes productions scéniques variées mettant en jeu les fondamentaux abordés durant l'année. (C)	ECA
	Élaborer et présenter des séquences expressives. (C)	S'exprimer par le corps et par la voix dans l'espace scénique. (SF)	
	Percevoir sur soi les changements corporels liés à la puberté. (S)	Énoncer les transformations du corps liées à la puberté (pilosité, mue de la voix, musculature, seins...). (S)	SCIENCES
	Appliquer des actions préventives pour éviter des blessures et des accidents, lors de sa participation aux activités physiques. (SF)	Énoncer les équipements de protection requis en lien avec l'environnement de travail, les consommables, les outils, les ustensiles et les techniques. (S)	FM/TTN
	Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout. (SF)	Adopter la posture ergonomique recommandée par l'enseignant. (SF)	
	Admettre les différences en évitant les stéréotypes de genre, morphologiques, de capacités, médicaux, comportementaux, intellectuels... en rapport à l'engagement dans l'activité. (SF)	Questionner – expliciter des stéréotypes et des préjugés. (S)	EPC
	Verbaliser l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres sur la dynamique de groupe. (C)	Identifier, exprimer et interroger les émotions que suscitent les autres, les médias, les événements et leurs effets sur le comportement. (SF)	

124

S2

ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ	Créer une situation d'expression corporelle, une chorégraphie sur un thème, une idée... (SF)	Composer une production scénique à partir d'une combinaison de moyens corporels, verbaux et sonores, en fonction d'une intention donnée. (C)	ECA
	Appliquer les règles de sécurité liées à l'activité. (SF)	Associer les risques et dangers liés à l'environnement de travail, aux machines, aux outils... (S)	FM/TTN
	Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout. (SF)	Adopter la posture ergonomique recommandée par l'enseignant. (SF)	EPC
	Verbaliser l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres sur la dynamique de groupe. (C)	Identifier, exprimer et interroger les émotions que suscitent les autres, les médias, les événements et leurs effets sur le comportement. (SF)	

S3

ÉDUCATION PHYSIQUE ET À LA SANTÉ	Construire et interpréter une présentation élaborée. (C)	Concevoir et présenter une forme scénique et en assurer la communication. (SF) Soumettre une production scénique élaborée à partir d'une combinaison de moyens corporels, verbaux et sonores, en fonction d'une intention choisie. (C)	ECA
	Adapter son comportement à la situation et aux milieux pour préserver son intégrité physique et celle des autres. (C)	Adopter, avec l'aide de l'enseignant, une attitude proactive qui prend en considération les risques et les dangers, pour soi et pour les autres, lors de la préparation du poste de travail et de l'exécution des gestes techniques, en recourant notamment aux équipements de protection adéquats. (C)	FMFTN
	Distinguer les postures favorables ou nuisibles liées à l'activité physique. (S)	Adopter la posture ergonomique recommandée par l'enseignant. (SF)	
	Adopter les postures appropriées aux positions assise et debout. (SF)		
	Verbaliser l'effet croisé de ses émotions et de celles des autres sur la dynamique du groupe. (SF)	Réfléchir sur les affects et leurs effets sur le comportement. (SF)	EPC

# TABLEAUX SYNOPTIQUES

Les tableaux synoptiques, présentant une vue panoramique des contenus et/ou attendus, sur tout le parcours des apprentissages du tronc commun (de P1 à S3), sont consultables [ici](#).



Fédération Wallonie-Bruxelles / Ministère  
Administration générale de l'Enseignement  
Avenue du Port, 16 – 1080 Bruxelles  
[www.fw-b.be](http://www.fw-b.be) – 0800 20 000

Juin 2022

Le Médiateur de la Wallonie et de la Fédération Wallonie-Bruxelles  
Rue Lucien Namèche, 54 – 5000 Namur  
[courrier@le-mediateur.be](mailto:courrier@le-mediateur.be) – 0800 19 199

Éditeur responsable : Quentin DAVID, Directeur général

La « Fédération Wallonie-Bruxelles » est l'appellation désignant usuellement la « Communauté française »  
visée à l'article 2 de la Constitution