

# Le cycle 3 en EPS dans les écoles du secteur de recrutement et au collège Joliot Curie de de Tonnay-Charente

En préambule, nous avons évoqué

Pour le cycle 3 :

- L'importance d'envisager l'EPS dans sa transversalité notamment pour travailler aussi l'oral et l'écrit, apprendre du nouveau vocabulaire etc..., et envisager les APSA à travers leur transversalité aussi ; par ex : les activités d'opposition collective pour le travail sur les règles, les stratégies, les conditions... si alors...
  
- Des règles communes de sécurité et de fonctionnement :
  
- **L'importance d'avoir :**
  - une tenue spécifique et adaptée à chaque activité sportive. (notamment un tee-shirt de rechange et de bonnes chaussures qui tiennent bien le pied et ont un bon amorti)
  - une gourde pour s'hydrater régulièrement
  - avoir les cheveux attachés et enlevé les bijoux

En annexe, les règles données au collège.

- **Et l'importance de persévérer, de ne pas s'arrêter au 1<sup>er</sup> échec et savoir concéder des efforts.**

Des freins à la pratique de l'EPS : le manque d'installations. Même si nous sommes bien dotés à Tonnay Charente, le nombre important de classes limite les possibilités. Et les écoles alentours ne sont pas aussi bien dotées.

A Saint Hippolyte, peu de matériel en gymnastique.

Et le coût de la natation (transport + location piscine) devient prohibitif. Pour l'instant priorité sur le cycle 2 pour la natation à raison de 8 séances par an.

A Plaisance, les élèves de CP à CM1 ont 16 séances d'1/2 heure et en CM2, ils ont 8 séances d'1/2h en septembre puis voile ou kayak

Dans l'ensemble, nous avons conçu la progression pour qu'en CM1-CM2, les élèves augmentent au maximum leur vocabulaire moteur et l'enrichisse le plus possible dans des situations variées afin qu'en 6<sup>ème</sup>, nous les organisons de manière plus culturelle c'est-à-dire plus proche de la pratique de référence sportive dans la limite des programmes.

## Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée

### APSA : Natation au collège priorité au savoir nager (validation obligatoire pour le DNB) et à fortiori en CM1 et CM2

#### Puis pour les nageurs : crawl

<i>Compétences travaillées</i>	<i>Attendus de fin de cycle 3</i>	<i>Que doit avoir appris prioritairement l'élève en CM1 et CM2 (contenus d'enseignement)</i>	<i>Situation dans laquelle s'expriment ces acquisitions</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Appliquer des principes simples pour améliorer la performance dans des activités nautiques.</li> <li>- Rester horizontalement et sans appui en équilibre dans l'eau.</li> <li>- Pendant la pratique, prendre des repères extérieurs et des repères sur son corps pour contrôler son déplacement et son effort.</li> <li>- Utiliser des outils de mesures simples pour évaluer sa performance.</li> <li>- Respecter les règles des activités.</li> <li>- Passer par les différents rôles sociaux.</li> </ul>	<p>Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus longtemps, plus haut, plus loin.</p> <p>Combiner une course un saut un lancer pour faire la meilleure performance cumulée.</p> <p>Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer, les traduire en représentations graphiques.</p> <p>Assumer les rôles de chronométreur et d'observateur.</p>	<p>Si le savoir nager est validé : Aller davantage vers le crawl</p> <p>Enchaîner différentes actions tête dans l'eau à différents niveaux</p> <p>Savoir et rechercher à glisser sur l'eau</p> <p>Se propulser par battements alternés la tête dans l'eau</p> <p>Faire un petit parcours</p> <p>NB : l'important étant la validation du savoir nager, voir la fiche « savoir nager » dans la compétence « adapter ses déplacements à des environnements variés »</p> <p>Règles d'hygiène :</p> <p>Passer au vestiaire avant l'activité pour mettre le maillot (pas de maillot depuis le matin)</p> <p>Avoir des lunettes (envisager un achat commun de lunettes / scolaires)</p> <p>Règles de sécu :</p> <p>Respect scrupuleux des consignes car c'est un milieu à risque :</p> <p>« pas un orteil dans l'eau tant qu'on ne vous a pas autorisé à aller dans l'eau »</p> <p>« pas de retour au vestiaire seul et seulement après autorisation »</p> <p>Connaître le POSS : demander à François de le préciser en début de cycle (poss de travailler le texte en classe ?)</p> <p>Qu'est ce que je fais quand je vois un copain en difficulté dans le bassin :</p> <p>Qu'est ce que je fais quand je me sens mal :</p> <p>Je m'adresse à l'adulte le + vite possible.</p>	

FREIN A LA PRATIQUE SCOLAIRE DE LA NATATION A TONNAY : pour les primaires extérieurs à la commune : le coût, pour le collège 4 séances maximum en septembre et 4 en juin.

## Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée

### APSA : Activités athlétiques *avantage : de ces activités : la performance directement visible et mesurable est source de motivation*

<i>Compétences travaillées</i>	<i>Attendus de fin de cycle 3</i>	<i>Que doit avoir appris prioritairement l'élève en CM1 et CM2 (contenus d'enseignement)</i>	<i>Situation dans laquelle s'expriment ces acquisitions</i>
<p>- Combiner des actions simples : courir-lancer ; courir-sauter.</p> <p>- Mobiliser ses ressources pour réaliser la meilleure performance possible dans des activités athlétiques variées (courses, sauts, lancers).</p> <p>- Appliquer des principes simples pour améliorer la performance dans des activités athlétiques et/ou nautiques.</p> <p>- Utiliser sa vitesse pour aller plus loin, ou plus haut.</p> <p>- Rester horizontalement et sans appui en équilibre dans l'eau.</p> <p>- Pendant la pratique, prendre des repères extérieurs et des repères sur son corps pour contrôler son déplacement et son effort.</p> <p>- Utiliser des outils de mesures simples pour évaluer sa performance.</p> <p>- Respecter les règles des activités.</p> <p>- Passer par les différents rôles sociaux.</p>	<p>Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus longtemps, plus haut, plus loin.</p> <p>Combiner une course un saut un lancer pour faire la meilleure performance cumulée.</p> <p>Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer, les traduire en représentations graphiques.</p> <p>Assumer les rôles de chronométrateur et d'observateur.</p>	<p>A travers la pratique des activités faire ressentir les postures efficaces par des expérimentations des élèves pour qu'ils intègrent:</p> <p>- pour lancer loin :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• je mets le pied opposé au bras lanceur devant</li> <li>• j'éloigne l'engin le plus possible pour le lâcher le plus tard possible</li> </ul> <p>conn : augmenter la « rampe de lancement », faire partir l'objet loin derrière et le lâcher loin devant, lui donner de la vitesse.</p> <p>- pour lancer avec précision :</p> <p>- pour courir vite avec et sans franchissement :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• coordonner bras et jambes (bras droit, jambe gauche et inversement)</li> <li>• utiliser les bras dans l'axe</li> <li>• partir vite à un signal</li> <li>• franchir la ligne d'arrivée à vitesse maximale</li> <li>• s'organiser pour raser l'obstacle</li> <li>• trouver l'espace entre les obstacles le plus adapté à mes capacités</li> </ul> <p>- pour courir longtemps seul et à plusieurs :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne pas partir trop vite</li> <li>• Courir régulièrement</li> <li>• Aller jusqu'au bout</li> <li>• Respirer suffisamment</li> </ul> <p>- pour sauter loin :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• chercher à projeter son corps</li> <li>• avoir suffisamment de vitesse</li> <li>• utiliser les bras et les jambes pour s'aider</li> </ul> <p>- savoir enchaîner des actions variées et qui durent pour solliciter l'endurance</p> <p>Pour toutes les activités, travailler la coordination et la dissociation segmentaire (bras, jambes...)</p> <p>Par rapport à la notion d'effort : persévérer, ne pas abandonner au 1<sup>er</sup> échec          Accepter l'effort même si c'est parfois un peu inconfortable  <i>S'entraider pour mesurer, se conseiller ?</i>  <i>S'échauffer avant l'effort</i></p>	<p>Faire un parcours diversifié</p> <p>Courir longtemps par rapport à des contrats</p> <p><i>⇒ on ne l'a pas dit mais est ce qu'on pourrait envisager des parcours avec différents contrats qu'ils choisissent en fonction de leurs capacités ??? cad unifier les 2 situations énoncées ci-dessus ? pour développer la motivation à gérer un effort long ?</i></p> <p><b>On avait évoqué aussi un triathlon spécial Tonnay avec un « sauve-nage » + 1 parcours athlé + vélo :</b>  <b>A réfléchir et voir si on fait en commun avec nos 6èmes ???</b></p> <p>Challenge distance : Plaisance :          CM1 : 10' – 12' ou 15' au choix          CM2 : 12' ou 15'          Pb la motivation</p>

## Adapter ses déplacements à des environnements variés

### APSA : Course d'orientation

<i>Compétences travaillées</i>	<i>Attendus de fin de cycle 3</i>	<i>Que doit avoir appris prioritairement l'élève de CM2 (contenus d'enseignement)</i>	<i>Situation dans laquelle s'expriment ces acquisitions</i>
<p>Conduire un déplacement sans appréhension et en toute sécurité.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Adapter son déplacement aux différents milieux.</li> <li>- Tenir compte du milieu et de ses évolutions (vent, eau, végétation etc.).</li> <li>- Gérer son effort pour pouvoir revenir au point de départ.</li> <li>- Aider l'autre.</li> </ul>	<p>Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.</p> <p>Connaitre et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement.</p> <p>Identifier la personne responsable a alerter ou la procédure en cas de problème.</p> <p>Valider l'attestation scolaire du savoir nager (ASSN), conformément a l'arrête du 9 juillet 2015.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Orienter sa carte par rapport au terrain.</li> <li>- Faire le lien carte/terrain</li> <li>- Savoir ce qu'est une légende (même simpliste ex : bâtiments, espaces verts....) et s'en servir</li> <li>- Suivre son parcours au fur et à mesure avec son doigt sur la carte</li> <li>- Conduire (respecter) un itinéraire défini avant de partir</li> <li>- Maîtriser droite/gauche</li> <li>- Savoir revenir au point de départ.</li> <li>- Savoir utiliser une montre pour respecter un temps maximum donné.</li> <li>- Pouvoir faire un parcours entre 3 et 5 balises en courant.</li> <li>- Avoir identifié et respecter le périmètre de la zone de travail.</li> <li>- Connaitre le protocole de sécurité à mettre en place s'il y a un camarade en difficulté. (exemple : donner un sifflet à chaque groupe)</li> </ul>	<p>Course de 3 à 5 passages obligés par 2 élèves, jeu de photos : ex Saint Hippolyte.</p> <p>Temps maximum de réalisation : 15' (adaptable en fonction des conditions de travail)</p>

**APSA : KAYAK ou VOILE : seulement en CM**

## Adapter ses déplacements à des environnements variés : « SAVOIR NAGER »

<i>Compétences travaillées</i>	<i>Attendus de fin de cycle 3</i>	<i>Que doit avoir appris prioritairement l'élève en CM1 et CM2 (contenus d'enseignement)</i>	<i>Situation dans laquelle s'expriment ces acquisitions</i>
<p>Conduire un déplacement sans appréhension et en toute sécurité.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Adapter son déplacement aux différents milieux.</li> <li>- Tenir compte du milieu et de ses évolutions (vent, eau, végétation etc.).</li> <li>- Gérer son effort pour pouvoir revenir au point de départ.</li> <li>- Aider l'autre.</li> </ul>	<p>Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.</p> <p>Connaitre et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement.</p> <p>Identifier la personne responsable a alerter ou la procédure en cas de problème.</p> <p>Valider l'attestation scolaire du savoir nager (ASSN), conformément a l'arrête du 9 juillet 2015.</p>	<p>Etre en mesure d'aller dans le grand bain sans ceinture et sans aide</p> <p>Etre capable de mettre la tête sous l'eau et dans l'eau</p> <p>Faire une traversée au moins dans la largeur sans aide et sans toucher le bord</p> <p>Entrer dans l'eau de différentes manières (échelle, sauter par l'avant, par l'arrière, plongeon pour certains) sans aide à la flottaison</p> <p>S'immerger de différentes façons et de + en plus longtemps.</p> <p>Avoir senti et « intégré » les conséquences de la position de la tête sur la flottaison et la position du corps dans l'eau et sous l'eau</p> <p>Piste : se référer aux différents constituants du test du savoir nager (9 juillet 2015)</p> <p>Règles d'hygiène :</p> <p>Passer au vestiaire avant l'activité pour mettre le maillot (pas de maillot depuis le matin)</p> <p>Avoir des lunettes (envisager un achat commun de lunettes / scolaires)</p> <p><b>Règles de sécu :</b></p> <p>Respect scrupuleux des consignes car c'est un milieu à risque :</p> <p>« pas un orteil dans l'eau tant qu'on ne vous a pas autorisé à aller dans l'eau »</p> <p>« pas de retour au vestiaire seul et après autorisation »</p> <p>Connaitre le POSS : demander à François de le préciser en début de cycle (poss de travailler le texte en classe ?)</p> <p>Qu'est ce que je fais quand je vois un copain en difficulté dans le bassin :</p> <p>Qu'est ce que je fais quand je me sens mal :</p> <p>Je m'adresse à l'adulte le + vite possible.</p>	<p>Parcours avec des immersions, des actions variées tête dans l'eau ou pas, avec des inclinaisons variées du corps en mouvement ou immobile sur le ventre, sur le dos à la verticale, et des objets à aller chercher au fond. Le tout sur une longueur de bassin si possible sans se tenir au bord et sans aide.</p> <p>Pour les meilleurs, validation du savoir nager (texte du 9 juillet 2015 joint en annexeII)</p> <p><i>Nous nous sommes pris à rêver du club de plongée de Chatellaillon qui pourrait proposer des parcours subaquatiques avec des poubelles renversées, des cordes au fond du bassin etc, de sorte que les élèves ne remontent quasiment pas à la surface de toute la séance... piste à défricher ...</i></p>

## Adapter ses déplacements à des environnements variés :

### APSA : « VELO »

<b>Compétences travaillées</b>	<b>Attendus de fin de cycle 3</b>	<b>Que doit avoir appris prioritairement l'élève en CM1 et CM2 (contenus d'enseignement)</b>	<b>Situation dans laquelle s'expriment ces acquisitions</b>
<p>Conduire un déplacement sans appréhension et en toute sécurité.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Adapter son déplacement aux différents milieux.</li> <li>- Tenir compte du milieu et de ses évolutions (vent, eau, végétation etc.).</li> <li>- Gérer son effort pour pouvoir revenir au point de départ.</li> <li>- Aider l'autre.</li> </ul>	<p>Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.</p> <p>Connaitre et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement.</p> <p>Identifier la personne responsable a alerter ou la procédure en cas de problème.</p> <p>Valider l'attestation scolaire du savoir nager (ASSN), conformément a l'arrête du 9 juillet 2015.</p>	<p>Plaisance et St Hippolyte</p> <p>Validation par tous les CM du savoir faire du vélo :</p> <p>Maniabilité du vélo (ex : lâcher une main, attraper une balle, reposer une balle... passer sous)</p> <p>Equilibre</p> <p>Freinage</p> <p>endurance</p> <p>Règles de sécu :</p> <p>« au signal, on freine on s'arrête en respectant les règles de sécurité)</p> <p>Permis vélo + mallette Maïf travaillée + équipe de prévention routière</p> <p>D'après les collègues de primaire, 97% des élèves savent déjà faire du vélo donc pas d'obligation en primaire en cycle 3</p> <p>FREIN (<i>c'est le cas de le dire</i>) à la pratique de l'activité :</p> <p>Gestion des vélos</p> <p>Importance d'avoir leur vélo ce qui permet aussi de vérifier leur état + casque</p>	<p>Sortie vélo 15 km (ex venir de ST Hippo à la piscine et rentrer après...)</p> <p>+ marais</p> <p>Plaisance : 1 seule classe de CM</p> <p>Circuits avec rampe et bascule, freinage précis, passer au dessus d'un obstacle, maintenir l'équilibre pour lâcher une main, prendre un objet et le reposer à un endroit précis sans poser le pied au sol, tenir sur la durée du parcours sans se fatiguer.</p>

## S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique

### APSA : danse (non effectuée au collège mais dont les acquisitions favoriseront le jeu d'acteur en cirque pratiqué au collège)

La danse est beaucoup pratiquée dans la circonscription notamment avec le projet « danse sur les rives » avec un thème différent chaque année. En 2016-17, le thème était « Musiques du Monde » En cycle 3 tous les élèves ont effectué au moins un cycle de 10 séances de la danse folklorique à la danse de création

<i>Compétences travaillées</i>	<i>Attendus de fin de cycle 3</i>	<i>Que doit avoir appris prioritairement l'élève de CM2 (contenus d'enseignement)</i>	<i>Situation dans laquelle s'expriment ces acquisitions</i>
<p>Utiliser le pouvoir expressif du corps de différentes façons.</p> <p>Enrichir son répertoire d'actions afin de communiquer une intention ou une émotion.</p> <p>S'engager dans des actions artistiques ou acrobatiques destinées à être présentées aux autres en maîtrisant les risques et ses émotions.</p> <p>Mobiliser son imaginaire pour créer du sens et de l'émotion, dans des prestations collectives.</p>	<p>Réaliser en petits groupes deux séquences : une à visée acrobatique destinée à être jugée, une autre à visée artistique destinée à être appréciée et à émouvoir.</p> <p>Savoir filmer une prestation pour la revoir et la faire évoluer.</p> <p>Respecter les prestations des autres et accepter de se produire devant les autres.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avoir proposé une prestation collective devant les autres.</li> <li>- Savoir jouer un rôle dans une histoire.</li> <li>- Pouvoir modifier un geste habituel et/ou une émotion (amplifier, ralentir...)</li> <li>- Reproduire le geste d'un autre.</li> <li>- Réussir à utiliser son imaginaire pour produire.</li> <li>- Regarder avec respect les autres groupes</li> <li>- Proposer des idées dans son groupe et accepter celles des autres</li> <li>- Proposer des idées à d'autres groupes et accepter des idées des autres</li> </ul>	<p>Inventer et présenter une chorégraphie à 2-4 élèves sur un thème choisi en classe et intégrant quelques contraintes de création définies par l'enseignant et en modifiant à certains moments la motricité par rapport à la motricité habituelle.</p>

## S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique

### APSA : gymnastique

<i>Compétences travaillées</i>	<i>Attendus de fin de cycle 3</i>	<i>Que doit avoir appris prioritairement l'élève de CM2 (contenus d'enseignement)</i>	<i>Situation dans laquelle s'expriment ces acquisitions</i>
<p>Utiliser le pouvoir expressif du corps de différentes façons. Enrichir son répertoire d'actions afin de communiquer une intention ou une émotion. S'engager dans des actions artistiques ou acrobatiques destinées à être présentées aux autres en maîtrisant les risques et ses émotions. Mobiliser son imaginaire pour créer du sens et de l'émotion, dans des prestations collectives.</p>	<p>Réaliser en petits groupes deux séquences : une à visée acrobatique destinée à être jugée, une autre à visée artistique destinée à être appréciée et à émouvoir. Savoir filmer une prestation pour la revoir et la faire évoluer. Respecter les prestations des autres et accepter de se produire devant les autres.</p>	<p>Entrer dans l'activité par des verbes d'action : se maintenir, se balancer, rouler, (se renverser), sauter, voler... L'objectif étant qu'ils aient vécu des situations variées de leur corps en mouvement et dans différents espaces. Exemples :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Etre en mesure de <u>se maintenir</u> dans une posture équilibrée avec peu d'appuis au sol ou des appuis différents de la posture debout et la tenir 3 secondes sans bouger (ex chandelle, debout jambes tendues dos plat bras tendu devant) expérimentation de postures limites du déséquilibre ⇒ nécessite d'avoir senti si ce n'est le gainage au moins que les muscles doivent se contracter sans oublier de respirer.</li> <li>- Avoir <u>roulé en avant et en arrière</u> même si c'est sur des plans inclinés ⇒ nécessite d'avoir senti l'importance de rentrer la tête (menton poitrine) et de mettre son corps en boule (rond comme un ballon) ; et au sol : d'utiliser les bras soit comme amortisseur soit pour pousser ⇒ avoir senti la différence entre rouler dans l'axe ou sur le côté</li> </ul> <p>-s'appuyer sur les mains de différentes façons par ex dans la famille « sauter » ex sauts de grenouille, sauts de lapin... dans la famille « se déplacer » galoper, marcher comme un éléphant etc... Eventuellement <u>se renverser</u> : poirier (situation corps renversé, tête au sol) ⇒ nécessité d'avoir senti que l'appui manuel est solide et que l'on peut s'appuyer dessus sans s'effondrer, avoir confiance dans ces appuis.</p> <p><u>Sauter</u> de différentes façons à partir de différents supports mais en conservant le gainage (muscles contractés) et en restant équilibré jusqu'à la réception correcte.</p> <p>Persévérer jusqu'à réussir l'élément choisi ou défini Demander de l'aide Savoir « parer » ou aider un camarade sur un élément sans se mettre en danger Savoir quand l'élément est correct Réussir à mémoriser et enchaîner différents éléments devant d'autres élèves</p>	<p>Parcours d'actions différentes plus ou moins combinées qui répondent aux verbes d'action respectent des critères de réalisation et de correction. Voir si parcours différenciés, si enchaînements prédéfinis proposés ? s'ils choisissent ? s'ils jugent ?</p>

## Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel

**APSA : jeux variés en CM y compris jeux de raquettes et les règlements spécifiques arriveront au collège (cependant un cycle de jeux pré-sportifs au collège en cycle 3)**

<i>Compétences travaillées</i>	<i>Attendus de fin de cycle 3</i>	<i>Que doit avoir appris prioritairement l'élève de CM2 (contenus d'enseignement)</i>	<i>Situation dans laquelle s'expriment ces acquisitions</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rechercher le gain de l'affrontement par des choix tactiques simples.</li> <li>- Adapter son jeu et ses actions aux adversaires et à ses partenaires.</li> <li>- Coordonner des actions motrices simples.</li> <li>- Se reconnaître attaquant / défenseur.</li> <li>- Coopérer pour attaquer et défendre.</li> <li>- Accepter de tenir des rôles simples d'arbitre et d'observateur.</li> <li>- S'informer pour agir.</li> </ul>	<p><b>En situation aménagée ou à effectif réduit,</b>            S'organiser tactiquement pour gagner le duel ou le match en identifiant les situations favorables de marque.            Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu.            Respecter les partenaires, les adversaires et l'arbitre.            Assurer différents rôles sociaux (joueur, arbitre, observateur) inhérents à l'activité et à l'organisation de la classe.            Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter</p>	<p>Accepter de jouer : gagner et perdre            Se reconnaître attaquant et défenseur            Attraper un ballon à l'arrêt et en mouvement (épouser la forme du ballon et non pas mettre ses mains en opposition)            Savoir gérer le lancer : une main, deux mains en fonction de la taille du ballon ; le bon pied devant (cf. athlétisme)            Savoir lancer à un partenaire immobile ou en mouvement            Savoir envoyer et renvoyer un volant, des balles de tailles différentes avec des raquettes de tailles différentes            Savoir frapper le volant, les balles sur différents plans par-dessus par-dessous...  <i>Jouer au pied ?(pas de football au collège)</i></p> <p>Combat : accepter le corps à corps, le contact avec un autre élève</p> <p><i>Pouvoir observer et proposer des stratégies collectives ou individuelles            Accepter de les essayer et « d'évaluer » si elles permettent de mieux réussir            Arbitrer ?            Respecter les règles, ses partenaires et adversaires en maîtrisant au mieux ses émotions            Pouvoir discuter après le jeu des non respects ou fautes repérées</i></p>	<p><i>Jeux variés à équipes ou à adversaires directs, règles très simplifiées ou jeux pré-sportifs (complexes) dont le but est de marquer plus que les adversaires, gagner ou ne pas perdre ou simplement jouer(alliances, dés-alliances...).</i></p>

## ANNEXE I.

### INFORMATIONS AUX PARENTS (ET AUX ELEVES) CONCERNANT L'EPS :

L'année est divisée en 5 périodes : 1 période par activité soit 5 activités plus la natation pour les 6<sup>èmes</sup> – 5<sup>èmes</sup>

#### **La tenue d'EPS est obligatoire, soit :**

- Une paire de chaussures avec un bon amorti et qui maintiennent fermement le pied
- Un tee-shirt de rechange
- Un short ou un survêtement
- Un élastique pour attacher les cheveux
- Un porte-vues

Les objets de valeur (bijoux, téléphones...) sont vivement déconseillés les jours où votre enfant a cours d'EPS. Les professeurs ne seront pas responsables des éventuels vols dans les vestiaires.

#### **En ce qui concerne les problèmes de santé :**

Tous les cours sont obligatoires et seul le professeur d'EPS est habilité à dispenser un élève de cours d'EPS. L'élève doit donc venir au début du cours voir son professeur même s'il a un mot ou un certificat médical d'inaptitude et avoir sa tenue.

3 cas possibles :

- Votre enfant s'est blessé et vous devez l'emmener chez le médecin. Pensez à prendre le certificat médical spécial permettant au médecin d'indiquer ce qu'il peut faire ou ne pas faire : ses incapacités. Cela permettra au professeur d'adapter son cours en fonction des possibilités, de donner un autre rôle à votre enfant ou de lui proposer d'aller en permanence. (certificats disponibles auprès des professeurs d'EPS, de la vie scolaire et sur le site du collège, rubrique EPS). En cas d'oubli ou de refus du médecin, merci de lui demander d'indiquer les incapacités de votre enfant (ce qu'il ne peut pas faire), préciser les activités interdites par exemple.
- Votre enfant a été malade dans la nuit, vous avez mis un mot dans le carnet pour nous indiquer le souci et nous voyons avec lui en début de cours ce qu'il peut faire.
- Vous n'avez pas eu le temps de mettre un mot, c'est la même chose, votre enfant vient voir son professeur et ils décident ensemble de ce qui sera fait.

Les enseignants d'EPS sont soucieux de la santé de votre enfant et prendront les décisions les plus opportunes.

#### **L'association sportive du collège : AS**

En plus de ses horaires d'EPS, votre enfant peut bénéficier d'activités supplémentaires proposées par les enseignants du collège : M. GOUINEAU, Mme POMMIER, Mme ANNONIER, Mme BOUIN.

Tous les jours 2 activités différentes sont proposées en entraînement : Hand-ball, GR, ou Badminton

Des compétitions sont proposées le mercredi après midi pour toutes ces activités, ainsi que du surf, de la course d'orientation, du cross, un raid, et des journées de découverte.

Très important : consulter fréquemment le tableau d'affichage UNSS situé près de l'infirmerie pour les horaires et les inscriptions.

Mme Valeau propose aussi de la danse contemporaine une fois dans la semaine

## ANNEXE II. Texte du savoir nager

**ANNEXES ANNEXE 1 LE SAVOIR-NAGER** Le savoir-nager correspond à une maîtrise du milieu aquatique. Il reconnaît la compétence à nager en sécurité, dans un établissement de bains ou un espace surveillé (piscine, parc aquatique, plan d'eau calme à pente douce). Il ne doit pas être confondu avec les activités de la natation fixées par les programmes d'enseignement. Son acquisition est un objectif des classes de CM1, CM2 et sixième (qui constitueront le cycle de consolidation à compter de la rentrée 2016). Le cas échéant, l'attestation scolaire «savoir-nager» pourra être délivrée ultérieurement. Sa maîtrise permet d'accéder à toute activité aquatique ou nautique susceptible d'être programmée dans le cadre des enseignements obligatoires ou d'activités optionnelles en EPS, ou à l'extérieur de l'école, notamment pour la pratique des activités sportives mentionnées aux articles A. 322-42 et A. 322-64 du code du sport

Il est défini comme suit: Parcours à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes: – à partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau en chute arrière; – se déplacer sur une distance de 3 m 50 en direction d'un obstacle; – franchir en immersion complète l'obstacle sur une distance de 1 m 50; – se déplacer sur le ventre sur une distance de 15 mètres; – au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un surplace vertical pendant 15 secondes puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres; – faire demi-tour sans reprise d'appuis et passer d'une position ventrale à une position dorsale; – se déplacer sur le dos sur une distance de 15 mètres; – au cours de ce déplacement, au signal sonore réaliser un surplace en position horizontale dorsale pendant 15 secondes, puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres; – se retourner sur le ventre pour franchir à nouveau l'obstacle en immersion complète; – se déplacer sur le ventre pour revenir au point de départ. Connaissances et attitudes: – savoir identifier la personne responsable de la surveillance à alerter en cas de problème; – connaître les règles de base liées à l'hygiène et la sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé; – savoir identifier les environnements et les circonstances pour lesquels la maîtrise du savoir-nager est adaptée.

ANNEXE 2 MODÈLE D'ATTESTATION SCOLAIRE «SAVOIR-NAGER» Recto: Verso: 11 juillet 2015 JOURNAL OFFICIEL DE LA RÉPUBLIQUE FRANÇAISE Texte 22 sur.

<p>Académie de _____</p> <p>Cachet de l'établissement et signature du directeur de l'école ou du chef d'établissement</p> <p><i>Attestation scolaire « savoir-nager »</i></p> <p>NOM : _____</p> <p>Prénom : _____</p> <p>Date de naissance : __/__/__</p> <p>École / collège : _____</p> <p><small>MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE, DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR ET DE LA RECHERCHE</small></p>	<p style="text-align: center;"><i>Attestation scolaire « savoir-nager »</i></p> <p>Le professeur des écoles et le _____, ou le professeur d'éducation physique et sportive<sup>(1)</sup>, certifient que l'élève _____ maîtrise le savoir-nager défini par l'arrêté du 8 juillet 2015 (parcours de capacités, connaissances et attitudes). le __/__/_____</p> <p>Noms et signatures du</p> <table style="width: 100%;"><tr><td style="width: 50%; text-align: center;">Professionnel agréé (et titre)</td><td style="width: 50%; text-align: center;">Professeur</td></tr></table> <p>(1) compléter ou rayer la mention inutile</p>	Professionnel agréé (et titre)	Professeur
Professionnel agréé (et titre)	Professeur		

# Programmation au collège à partir de sept 2016

Compétences propres à l'EPS	Groupes d'activités	APSA	Niveau de compétence attendu par niveau de classe			
			6 <sup>ème</sup>	5 <sup>ème</sup>	4 <sup>ème</sup>	3 <sup>ème</sup>
<b>CA1 :</b> <i>Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée</i> <i>(ce qui représente % des APSA enseignées)</i>	Athlétiques	<a href="#">Triathlon</a>		X		
		<a href="#">Demi-fond</a>			X	X
		<a href="#">Vitesse/relais</a>				X
	Aquatiques	<a href="#">Natation longue</a>	X	X		
		<a href="#">Savoir nager</a>	X	X		
<b>CA 2 :</b> <i>Se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains</i> <i>(ce qui représente % des APSA enseignées)</i>	APPN	<a href="#">vélo</a>	X			
		<a href="#">Course d'orientation</a>	X	X		
<b>CA 3 :</b> <i>Réaliser une prestation corporelle à visée artistique ou acrobatique</i> <i>(ce qui représente 20 % des APSA enseignées)</i>	Gymniques	<a href="#">Gymnastique sportive</a>	X		X	
		<a href="#">Acrosport</a>		X		X
	Artistiques	<a href="#">Arts du cirque</a>	X			
<b>CA 4 :</b> <i>Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif</i> <i>(ce qui représente 40 % des APSA enseignées)</i>	Coopération et opposition : Sports collectifs	<a href="#">Hand-ball</a>	X	X		
		<a href="#">Volley-ball</a>			X	X
		<a href="#">Basket-ball</a>			X	
	Opposition duelle : Raquette	<a href="#">badminton</a>			X	X
	Combat	<a href="#">Combat de préhension</a>		X		
<b>APSA spécifique à l'établissement</b>	CA1 et CA2	<a href="#">Vélo</a> ou <a href="#">Jeux pré-sportifs</a>	X			