

EPS

Références au programme (BO)

Champs d'apprentissage (CA)

- **CA 1 : Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée**
→ *Activités athlétiques : course, lancer, saut*
- **CA 2 : Adapter ses déplacements à différents types d'environnement**
→ *Natation (savoir nager), escalade, vélo (savoir rouler), course d'orientation*
- **CA 3 : S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique**
→ *Danse, arts du cirque, acrosport*
- **CA 4 : Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel**
→ *Lutte, jeux de raquettes, sports collectifs*
- **Savoir s'entraîner** (compétence transversale)
→ *Travail sur le renforcement musculaire, step, course de durée*

Contexte

Cette fiche s'inscrit dans une logique de progression au sein d'un cycle d'EPS. Elle permet de situer les contenus d'enseignement dans le cadre des attendus institutionnels, tout en prenant en compte le niveau réel des élèves.

Pré-requis attendus

- Connaissance des règles de sécurité de base
- Habitude à suivre des consignes simples
- Expériences motrices préalables en course, déplacements ou coopération
- Capacités d'attention suffisantes pour entrer dans des situations structurées

Objectifs pédagogiques

En lien avec le programme (attendus de fin de cycle)

Cycle 2 : Courir longtemps sans s'arrêter, gérer son effort, comprendre les règles de base d'un jeu ou d'un enchaînement

Cycle 3 : Améliorer une performance mesurable, adapter son engagement, respecter un rôle (joueur, observateur, juge), coopérer et s'organiser dans un groupe

Objectifs spécifiques disciplinaires

- Identifier et comprendre les effets de l'effort sur le corps
- Savoir s'échauffer, s'organiser, récupérer
- S'engager dans une tâche physique avec persévérance
- Utiliser des repères simples pour gérer l'intensité (rythme, souffle, posture)

Programmation et structuration des apprentissages

- **Programmation annuelle** : répartition des champs d'apprentissage sur l'année scolaire
- **Progression** : montée en complexité des tâches et des exigences pédagogiques
- **Séquence** : ensemble de séances ciblant une compétence précise
- **Séance** : unité de travail concrète, avec objectifs, situations, matériel et critères de réussite
- **Situation d'apprentissage** : tâche ou jeu proposé aux élèves pour faire émerger une compétence

Organisation pédagogique

L'enseignement de l'EPS nécessite une préparation rigoureuse de l'espace, du temps, du matériel et des rôles.

À prévoir :

Temps de chaque situation (échauffement, activité principale, retour au calme)

Matériel : plots, chronomètre, cerceaux, dossards, tapis, etc.

Nombre de groupes : selon effectif, souvent en 4 à 6 sous-groupes

Schéma d'aménagement : plan visuel conseillé pour repérer l'espace de travail, les zones de sécurité et la place de l'enseignant (E)

Remédiations pédagogiques

Pour rendre la tâche plus difficile :

- Allonger la durée de l'effort ou réduire les pauses
- Introduire des contraintes supplémentaires (vitesse, direction, précision)
- Proposer un objectif chiffré ou à atteindre en autonomie
- Complexifier la tâche par une gestion du rythme ou par une contrainte cognitive (ex : relais avec stratégie)

Pour rendre la tâche plus facile :

- Réduire la distance ou la durée
- Proposer une version de la tâche avec aide ou accompagnement
- Autoriser des pauses ou des variantes plus accessibles
- Donner des repères visuels, auditifs ou kinesthésiques clairs