

**REPERES D'APPRENTISSAGE**

**EN EPS**

**MATERNELLE**

**COMPETENCES VISEES : être capable de ...****CV1****Se repérer et se déplacer dans l'espace  
Adapter ses actions et ses déplacements à des environnements  
ou contraintes variés.***Activités permettant  
de courir, sauter,  
lancer :***Courir vite en ligne droite pendant 4 à 5 secondes.**

- réagir à un signal
- courir d'un point à un autre
- essayer d'arriver le premier

**Lancer loin un objet, sans sortir de la zone d'élan.**

- accepter de lancer différents objets
- adapter son geste à l'engin
- lancer loin par rapport à des repères visuels (verticaux, horizontaux)

**Sauter le plus loin ou le plus haut possible (avec ou sans élan).**

- réaliser des foulées bondissantes (impulsion 1 pied)
- sauter loin : impulsion 2 pieds (étalonnage de couleur au sol)
- sauter loin : impulsion 1 pied (étalonnage de couleur au sol)
- sauter haut : impulsion 2 pieds (atteindre une cible sonore : grelots)
- sauter haut : impulsion 1 pied (atteindre une cible sonore : grelots)

## COMPETENCES VISEES : être capable de ...

# CV2

**Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés.  
Se repérer et se déplacer dans l'espace.**

<i>Activités de rouler et de glisse (patins, roller, planche à roulette ...)</i> :	<b>Réaliser des déplacements (rouler, glisser...) et des équilibres.</b>
	- connaître le matériel utilisé ( manipulation, description, respect...)
	- connaître des règles de sécurité liées à la pratique envisagée
	- <b>accepter de glisser/rouler</b> en participant à des jeux adaptés
	- se déplacer, imaginer différents déplacements sur terrain plat ou en légère pente ( mouvements d'aisance )
	- <b>rouler, glisser en adoptant une position semi fléchie</b>
	- évoluer en courbe ( en appui sur un pied ou deux pieds )
	- accepter de glisser rouler en s'appuyant entièrement sur un seul patin
	- <b>transformer son pas marché en pas glissé ou roulé ( impulsion des jambes)</b>
	- maîtriser des trajectoires variées
- contrôler sa vitesse	
- savoir s'arrêter en urgence	
<i>Pilotage d'engins roulants de type tricycle, trottinette, draisienne, bicyclette avec ou sans stabilisateurs ...</i> :	<b>Réaliser des déplacements (rouler, ...) et des équilibres.</b>
	- connaître le matériel utilisé ( manipulation, description, respect...)
	- connaître des règles de sécurité liées à la pratique envisagée
	- accepter de rouler en participant à des jeux adaptés
	- se déplacer, imaginer différents déplacements sur terrain plat ou en légère pente (mouvements d'aisance)
	- maîtriser des trajectoires variées
	- contrôler sa vitesse
- savoir s'arrêter en urgence	
<i>Activités gymniques :</i> « ramper, sauter, rouler, glisser, grimper, s'équilibrer »	<b>Réaliser des déplacements variés (ramper, rouler, franchir, sauter) et des équilibres sur un parcours aménagé (agrès, modules gymniques,...) en prenant des risques mesurés.</b>
	- se déplacer dans un espace d'évolution en tenant compte du matériel, des consignes, des autres...
	- rouler longitudinalement
	- rouler en avant (sur un plan incliné en contrebas, à niveau)
	- rouler en arrière en gardant le dos rond (culbuto)
	- rouler en arrière sur un plan incliné
	- sauter (en contre bas, à niveau) et effectuer une réception équilibrée
	- se déplacer de façon variée en quadrupédie
	- réaliser des équilibres en variant les appuis (1, 2 ou 3)
	- effectuer une ruade
	- effectuer des franchissements en appuis manuels
	- Coordonner 2 ou 3 actions différentes et les enchaîner
	- Mémoriser un enchaînement simple

<b>Activités d'orientation :</b>	<b>Suivre des parcours élaborés par les enseignants ou proposé par les élèves.</b>
	- retrouver un objet dans un espace connu
	- situer l'origine d'un signal sonore par rapport à soi et se situer par rapport à des signaux sonores émis
	- effectuer un parcours fléché simple
	- situer un objet par rapport à soi et se situer par rapport aux objets (élaboration des concepts langagiers de base en structuration spatiale)
	- mettre en place un parcours simple dans un environnement familier
	- effectuer un parcours simple dans un environnement plus inhabituel
	- décrire ou représenter un parcours simple
- effectuer un parcours simple à l'aide d'un plan	

<b>Activités aquatiques :</b> « nager, s'équilibrer »	<b>Se laisser flotter, se déplacer, souffler dans l'eau de différentes façons</b>
	- entrer dans l'eau sans appréhension, se faire plaisir
	- cheminer le long du bord ou d'éléments fixes dans le grand bain, sans aide à la flottaison
	- immerger la tête, rester sous l'eau quelques secondes, dans le petit et le grand bain
	- ouvrir les yeux sous l'eau
	- ouvrir la bouche sous l'eau
	- descendre au fond du grand bain (2m maximum) en se servant d'appuis solides
	- se laisser remonter passivement du fond du grand bain
	- sauter dans le grand bain
	- s'allonger sur l'eau et se laisser flotter sur le ventre et sur le dos
	- réaliser une glissée ventrale
	- réaliser une glissée dorsale
- souffler dans l'eau	
- prolonger la glissée dans le petit bain en nageant sur quelques mètres sans appui ni aide matérielle	

<b>Acrosport :</b>	<b>Réaliser des figures simples à 2 ou + en appui ou en porter simple sur un parcours défini</b>
	- reproduire des figures simples à partir d'images
	- construire seul puis à 2 ou + des positions d'équilibre et les maintenir
	- maintenir solidement une posture pour permettre l'appui ou le porter
	- s'appuyer en confiance sur un camarade ou donner son poids (porter simple) sans lui faire mal, et garder la position deux secondes
	- mémoriser des figures à 2 ou + en appui ou porter simple et les reproduire
- enchaîner déplacements et équilibres sur un parcours défini	

<b>Activités d'escalade :</b> « ...grimper... »	<b>Réaliser, enchaîner des actions élémentaires pour grimper, traverser, désescalader</b>
	- utiliser des appuis et des prises variées pour grimper ou traverser
	- privilégier les appuis pédestres
- s'engager et prendre des risques mesurés	

## COMPETENCES VISEES : être capable de ...

# CV3

**Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement.  
Accepter des contraintes collectives.**

<b>Jeux d'opposition :</b>	<b>Coopérer puis s'opposer collectivement dans des jeux de lutte. S'opposer individuellement dans des jeux de lutte.</b>
	- coopérer collectivement avec objet médiateur
	- coopérer collectivement sans objet médiateur
	- s'opposer collectivement avec objet médiateur
	- s'opposer collectivement sans objet médiateur
	- s'opposer individuellement avec objet médiateur
	- s'opposer individuellement sans objet médiateur
	- accepter le contact avec l'autre
	- utiliser des éléments simples d'attaque (saisir, tirer, pousser), pour plaquer, retourner, immobiliser
	- utiliser des éléments simples de défense (repousser, esquiver, être mobile, répartir ses appuis)
- respecter les règles d'or (ne pas faire mal...)	
<b>Jeux collectifs :</b> « jeux de balle, jeux d'adresse »	<b>Comprendre, accepter et s'impliquer dans des jeux collectifs</b>
	- participer au jeu, prendre du plaisir
	- s'intégrer, s'impliquer dans une équipe
	- comprendre et respecter les règles
	- connaître son rôle (attaquant/défenseur – poursuivant/poursuivi)
	- collaborer pour un résultat d'équipe
	<b>Utiliser un répertoire d'actions élémentaires pour coopérer avec des partenaires et affronter collectivement des adversaires dans un jeu collectif.</b>
	- courir, réagir vite, éviter, transporter,...
	- lancer une balle ou un ballon, viser, tirer
	- attraper une balle ou un ballon
- enchaîner plusieurs actions élémentaires	
<b>Vers les jeux de raquettes et de crosses</b> « jeux d'adresse »	<b>Réaliser des manipulations variées</b>
	- s'approprier un matériel adapté (balles, raquettes, ...)
	- envoyer un engin (balle, volant) dans une cible verticale, horizontale ou une zone déterminée (avant/arrière, droite/gauche) grâce à une crosse, une raquette,...
	- frapper la balle avec une raquette après un (ou plusieurs) rebond(s)
	- enchaîner plusieurs actions élémentaires
	<b>Renvoyer (balle, volant, palet...) dans des situations aménagées.</b>
	- servir vers le camp adverse
	- utiliser des gestes techniques de base pour renvoyer un volant, une balle : coup droit/revers    frappe haute/basse
	- se déplacer en fonction de trajectoires variées

**COMPETENCES VISEES : être capable de ...**

**CV4**

**S'exprimer sur un rythme musical ou non, avec ou sans engin. Exprimer des sentiments et des émotions par le geste ou le déplacement.**

<i>Danse de création :</i>	<b>S'exprimer sur divers supports sonores, en utilisant un répertoire aussi large que possible d'actions élémentaires. Avec aide, construire une courte séquence dansée.</b>
	- improviser à partir d'inducteurs variés
	- varier les mouvements : attitudes, sauts, tours, déplacements, chutes,...
	- se repérer, se déplacer dans l'espace, dans différentes directions, selon différents trajets,... réaliser des mouvements en variant les hauteurs
	- danser en tenant compte d'une musique, d'un rythme, d'un tempo, s'arrêter...
	- tenir compte des autres pour gérer à plusieurs un espace collectif, entrer en « relation instantanée » avec d'autres
	- accepter de s'engager, et de se produire devant les autres
<i>Rondes, jeux chantés et danses collectives :</i>	<b>Danser avec les autres enfants, en concordance avec un chant, et/ou une musique, selon un espace défini.</b>
	- identifier, saisir, respecter la pulsation et le rythme d'un support sonore (voix, instrument, musique...) en réalisant des mouvements simples
	- réaliser, en concordance avec les autres et avec le support sonore, des évolutions dans un espace défini
	- mémoriser les mouvements, les trajets, les formes de groupement, pour tenir sa place dans une production collective
	- accepter de s'engager, et de se produire devant les autres
	- observer, donner son avis, apprécier (rôle de spectateur)
	<i>Gymnastique rythmique :</i>
- reproduire une manipulation proposée	
- inventer des manipulations originales	
- rechercher la mise à distance de l'engin (amplitude)	
- réaliser des manipulations simples dans plusieurs familles différentes de manipulations propres à cet engin	
- se déplacer dans un espace d'évolution en tenant compte du matériel, des consignes, des autres...	
- s'adapter à d'autres élèves pour évoluer à plusieurs	
- enchaîner différentes manipulations	
- mémoriser un enchaînement simple	