

### Cycle des apprentissages fondamentaux, chapitre « EPS » : CP et CE1

L'éducation physique vise le développement des capacités nécessaires aux conduites motrices et offre une première initiation aux activités physiques, sportives et artistiques. Tout en répondant au besoin et au plaisir de bouger, elle permet de développer le sens de l'effort et de la persévérance. Les élèves apprennent à mieux se connaître, à mieux connaître les autres ; ils apprennent aussi à veiller à leur santé.

La pratique des activités est organisée sur les deux années du cycle en exploitant les ressources locales.

#### **Réaliser une performance**

- Activités athlétiques : courir vite, longtemps, en franchissant des obstacles, sauter loin et haut, lancer loin.
- Natation : se déplacer sur une quinzaine de mètres.

#### **Adapter ses déplacements à différents types d'environnement**

- Activités d'escalade : grimper jusqu'à 3 m et redescendre (mur équipé).
- Activités aquatiques et nautiques : s'immerger, se déplacer sous l'eau, se laisser flotter.
- Activités de roule et glisse : réaliser un parcours simple en roller ou en vélo.
- Activités d'orientation : retrouver quelques balises dans un milieu connu.

#### **Coopérer et s'opposer individuellement et collectivement**

- Jeux de lutte : agir sur son adversaire pour l'immobiliser.
- Jeux de raquettes : faire quelques échanges.
- Jeux traditionnels et jeux collectifs avec ou sans ballon : coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires, en respectant des règles, en assurant des rôles différents (attaquant, défenseur, arbitre).

#### **Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique**

- Danse : exprimer corporellement des personnages, des images, des sentiments pour communiquer des émotions en réalisant une petite chorégraphie (3 à 5 éléments), sur des supports sonores divers.
- Activités gymniques : réaliser un enchaînement de 2 ou 3 actions "acrobatiques" sur des engins variés (barres, plinths, poutres, gros tapis).