

FINALITÉ ET COMPÉTENCES GÉNÉRALES — COMMUNES AUX 3 CYCLES

L'EPS a pour finalité de former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre-ensemble. Elle amène les élèves à rechercher le bien-être et à se soucier de leur santé, et assure l'inclusion des élèves à besoins particuliers ou en situation de handicap.

 MOTRICITÉ Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps	 MÉTHODES S'approprier, par la pratique physique et sportive, des méthodes et des outils	 RÈGLES Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités	 SANTÉ Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière	 CULTURE S'approprier une culture physique sportive et artistique
--	---	---	---	--

LES 4 CHAMPS D'APPRENTISSAGE — COMMUNS AUX CYCLES 3 ET 4

Un projet pédagogique définit un parcours de formation équilibré et progressif. Chaque cycle doit permettre aux élèves de rencontrer les quatre champs d'apprentissage. Au cycle 2, le nouveau programme retient désormais quatre domaines relatifs à la motricité, correspondant à ces champs (l'orientation relevant du domaine « se déplacer pour agir dans l'espace et sur une durée »).

CHAMPS D'APPRENTISSAGE	CYCLE 1 PS – MS – GS (maternelle)	CYCLE 2 CP – CE2	CYCLE 3 CM1 – 6e	CYCLE 4 5e – 3e
CA 1 Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée	▶ Manipuler, courir, sauter, lancer, s'orienter (sous-domaine moteur BO maternelle). ▶ Acquérir un répertoire moteur de base : courir varié, sauter sans élan, lancer. ▶ Progression : courir vite (MS) puis longtemps (GS) ; lancer loin puis avec précision. ▶ Se situer dans un espace proche puis élargi puis moins connu.	▶ Nouvelle entrée par domaine relatif à la motricité — D1 : se déplacer pour agir dans l'espace et sur une durée. ▶ Se déplacer le plus vite ou le plus longtemps possible : courir vite, courir et franchir, courir longtemps. ▶ Se déplacer pour sauter le plus haut ou le plus loin, et pour lancer le plus loin possible. ▶ Se déplacer pour s'orienter dans l'espace (l'orientation est désormais rattachée à ce domaine).	▶ CM : courir vite et se relayer, franchir des obstacles, courir longtemps ; sauter loin ou haut (élan réduit) ; lancer loin différents objets. ▶ CM : s'orienter à l'aide de repères simples ; mesurer une action motrice avec précision, sans jugement de valeur. ▶ 6e : construire des appuis et alignements efficaces et coordonner ses actions pour être plus performant. ▶ 6e : comprendre et appliquer un échauffement, adapter son	▶ Gérer son effort et faire des choix pour la meilleure performance dans ≥2 familles athlétiques et/ou ≥2 styles de nages. ▶ S'engager dans un programme de préparation individuel ou collectif. ▶ Planifier et réaliser une épreuve combinée. S'échauffer avant l'effort. ▶ Assumer différents rôles sociaux (juge, chronométreur, organisateur...). ▶ Activités : athlétisme (courses, sauts, lancers), natation sportive.

CHAMPS D'APPRENTISSAGE	CYCLE 1 PS – MS – GS (maternelle)	CYCLE 2 CP – CE2	CYCLE 3 CM1 – 6e	CYCLE 4 5e – 3e
	▶ Activités : ateliers de motricité, athlétisme aménagé, parcours d'orientation simples.	▶ Recueillir et apprécier des résultats : relever, communiquer et mesurer ses progrès. ▶ Deux degrés d'acquisition (CP puis CE) ; exemples de réussite indicatifs. ▶ Activités : activités athlétiques aménagées, parcours d'orientation.	engagement à l'effort, mémoriser ses sensations. ▶ 6e : connaître règles, hygiène et sécurité ; recueillir des informations et connaître ses performances. ▶ Activités : athlétisme aménagé, orientation (CM) ; courses/sauts/lancers, épreuves combinées, natation de vitesse et longue (6e).	
CA 2 Adapter ses déplacements à des environnements variés	▶ Tourner, grimper, rouler, glisser, nager (« Construire des équilibres »). ▶ Nouveaux équilibres dans des environnements variés et inhabituels, en sécurité. ▶ Patins, vélo, luge (MS) ; milieu aquatique et combinaisons d'actions (GS). ▶ Aisance aquatique visée avant 7 ans (note de service du 28-2-2022). ▶ Activités : motricité, glisse, vélo, draisienne, natation.	▶ Nouvelle entrée par domaine relatif à la motricité — D2 : construire des équilibres pour s'adapter à des environnements inhabituels. ▶ Construire des équilibres terrestres : activités gymniques (rouler, voler, se renverser, se suspendre) et déplacement sur support vertical (escalade). ▶ Construire des équilibres avec un moyen de locomotion : rouler et glisser (vélo, roller, patinette). ▶ Construire des équilibres en milieu aquatique : modifier ses repères, nouvel équilibre horizontal. ▶ Agir en toute sécurité pour soi et pour les autres ; éducation à la prise de risque dans un cadre sécurisé. ▶ Contribue aux savoirs sportifs fondamentaux : savoir nager et savoir rouler à vélo.	▶ CM : construire de nouveaux équilibres terrestres (rouler en arrière, voler/se suspendre, se renverser, paroi verticale). ▶ CM : circuler et glisser avec un engin ; accepter le déséquilibre et se déplacer dans l'eau (équilibre horizontal). ▶ CM : agir en sécurité pour soi et les autres ; contribue aux savoirs « savoir nager » et « savoir rouler à vélo ». ▶ 6e : construire des techniques de progression et conduire un itinéraire en assurant le retour et sa sécurité. ▶ 6e : s'inscrire dans une démarche écoresponsable et limiter l'empreinte de son déplacement. ▶ 6e : valider l'attestation du savoir nager en sécurité (ASNS) en fin de cycle 3.	▶ Réussir un déplacement planifié en milieu naturel ou artificiellement recréé. ▶ Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé. ▶ Assurer la sécurité de son camarade. Respecter et faire respecter les règles. ▶ Analyser et justifier les choix a posteriori. ▶ Activités : orientation, escalade, randonnée, kayak, sauvetage, VTT, ski.

CHAMPS D'APPRENTISSAGE	CYCLE 1 PS – MS – GS (maternelle)	CYCLE 2 CP – CE2	CYCLE 3 CM1 – 6e	CYCLE 4 5e – 3e
CA 3 S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique	▶ Explorer, danser, observer (« S'exprimer avec son corps »). ▶ Oser s'exprimer seul et avec les autres ; reproduire un mouvement avec intention. ▶ Geste dansé et espace scénique (MS) ; chorégraphie collective et arts du cirque (GS). ▶ Posture de spectateur actif : observer, exprimer, formuler un conseil. ▶ Activités : danse, expression corporelle, arts du cirque.	▶ Activités : activités gymniques, roule et glisse, activité aquatique, parcours d'escalade (l'orientation relève désormais du D1). ▶ Nouvelle entrée par domaine relatif à la motricité — D3 : s'exprimer avec son corps pour éprouver et partager des émotions. ▶ Développer une motricité à visée artistique : s'approprier l'espace scénique et le monde sonore. ▶ Créer des enchaînements simples et mémorisés, présentés devant les autres. ▶ Éprouver et exprimer des émotions ; construire une posture d'artiste ; apprécier une prestation sans jugement de valeur. ▶ Assumer différents rôles : danseur, acrobate, chorégraphe, spectateur (lien avec le PEAC). ▶ Activités : danses, activités gymniques, arts du cirque.	▶ Activités : gym, roule/glisse, aquatique, escalade (CM) ; orientation, escalade, canoë-kayak, randonnée, sauvetage, ski, voile, VTT (6e). ▶ CM : développer une motricité à visée artistique (espace scénique, monde sonore) et coordonner ses actions. ▶ CM : créer et mémoriser des enchaînements simples, fluides et esthétiques. ▶ CM : se présenter en artiste, apprécier une prestation et donner des conseils (sans jugement de valeur). Lien PEAC. ▶ 6e : mobiliser une motricité expressive et acrobatique pour produire un effet sur un public ou un juge. ▶ 6e : imaginer et présenter une composition artistique et acrobatique (procédés simples) ; coopérer en aidant ses pairs. ▶ 6e : observer les prestations avec des indicateurs ciblés et découvrir des courants artistiques. ▶ Activités : danses, gym, arts du cirque (CM) ; acrosport, danses, gymnastique artistique et rythmique (6e).	▶ Mobiliser les capacités expressives du corps pour composer et interpréter une séquence artistique ou acrobatique. ▶ Participer activement à l'élaboration et la formalisation d'un projet artistique collectif. ▶ Apprécier des prestations avec différents supports d'observation et d'analyse (numérique). ▶ Activités : danse, arts du cirque, acrosport, gymnastique sportive.

CHAMPS D'APPRENTISSAGE	CYCLE 1 PS – MS – GS (maternelle)	CYCLE 2 CP – CE2	CYCLE 3 CM1 – 6e	CYCLE 4 5e – 3e
CA 4 Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel	▶ Coopérer et s'opposer dans des jeux moteurs. ▶ Découvrir des rôles simples (PS) puis attaquant / défenseur (MS) / arbitre (GS). ▶ Coopérer puis élaborer seul ou à plusieurs des stratégies pour gagner. ▶ Plaisir du jeu dans le respect des règles, des partenaires et adversaires. ▶ Activités : jeux de poursuite, jeux collectifs, jeux d'opposition (lutte adaptée).	▶ Nouvelle entrée par domaine relatif à la motricité — D4 : coopérer et s'opposer pour apprendre à jouer en respectant les règles et les autres. ▶ Développer des habiletés motrices dans des situations d'opposition individuelles et collectives. ▶ Faire des choix (tactiques simples) pour marquer et faire marquer. ▶ Respecter les règles, les partenaires et les adversaires ; maîtriser ses émotions dans la victoire comme dans la défaite (fair-play). ▶ Assumer les rôles de joueur, d'arbitre et d'organisateur (autoarbitrage en CE2) — lien avec le parcours citoyen. ▶ Activités : jeux traditionnels, jeux collectifs avec ou sans ballon, jeux de combat, jeux de raquette.	▶ CM : développer ses habiletés motrices en opposition (individuelle et collective) et orienter ses déplacements vers la cible. ▶ CM : faire des choix tactiques simples pour marquer, au service d'un projet individuel ou collectif. ▶ CM : connaître et faire respecter les règles, coopérer à l'organisation du jeu, gérer ses émotions. Lien parcours citoyen. ▶ 6e : acquérir des habiletés technicotactiques (lire une trajectoire, se placer, enchaîner ses actions). ▶ 6e : concevoir des projets tactiques : exploiter un point fort et les déséquilibres adverses. ▶ 6e : respecter et faire respecter les règles, coopérer au sein d'un collectif (citoyenneté en actes). ▶ Activités : jeux trad./collectifs, jeux de combat et de raquette (CM) ; badminton, basket, foot, hand, judo, lutte, rugby, tennis de table, volley (6e).	▶ Réaliser des actions décisives en situation favorable pour faire basculer le rapport de force. ▶ Adapter son engagement moteur en fonction de son état physique et du rapport de force. ▶ Être solidaire des partenaires et respectueux des adversaires. Co-arbitrer. ▶ Accepter le résultat et l'analyser avec objectivité. ▶ Activités : sports collectifs (handball, basket, foot, volley, ultimate, rugby), raquettes (badminton, tennis de table), combat (lutte, judo, boxe).

SPÉCIFICITÉS ET PROGRESSIVITÉ PAR CYCLE

CYCLE 1 — PS à GS	CYCLE 2 — CP à CE2	CYCLE 3 — CM1 à 6e	CYCLE 4 — 5e à 3e
• L'élève entre dans une école qui s'adapte aux rythmes de développement et aux besoins de jeu. • EPS quotidienne (30 à 45 min effectives) ; au moins 6 à 8 séances par activité. • Construction d'un répertoire moteur de base par modulation de la vitesse, de l'intensité et de l'intention. • Apprentissage par le jeu, l'imitation et l'observation, en sécurité physique et affective. • Attention particulière à l'égalité filles-garçons et aux compétences psychosociales. • Aisance aquatique visée avant 7 ans (note de service du 28-2-2022, BO n°9 du 3 mars 2022). • Passerelle avec le cycle 2 pour assurer la continuité des apprentissages.	• Les élèves s'engagent spontanément et avec plaisir dans l'activité physique. • Développement de la motricité et construction d'un langage corporel. • Verbalisation des émotions ressenties et des actions réalisées. • Accès aux valeurs morales et sociales par des pratiques individuelles et collectives (respect des règles, de soi et d'autrui). • Attention particulière portée aux savoirs sportifs fondamentaux : savoir nager et savoir rouler à vélo. • L'espace aménagé et sécurisé est la norme pour les défis moteurs. • Programme structuré en quatre domaines relatifs à la motricité (se déplacer pour agir dans l'espace et sur une durée ; construire des équilibres ; s'exprimer avec son corps ; coopérer et s'opposer) : passage obligé sur les trois années. • Deux degrés d'acquisition (CP puis CE) et exemples de réussite indicatifs pour situer l'activité de l'élève. • 108 heures annuelles d'EPS à répartir, intégrant les savoirs sportifs fondamentaux ; rôle clé de la répétition et d'une pratique régulière, voire quotidienne. • École inclusive, égalité filles-garçons et développement des compétences psychosociales. • Complémentarité avec le sport scolaire et les activités physiques quotidiennes (APQ).	• Cycle interdégrés : continuité maternelle/cycle 2 et préparation du cycle 4 ; consolidation des acquis moteurs et éducatifs. • Deux temps : Cours moyen, structuré en 4 domaines de motricité ; classe de 6e, structurée en 4 champs d'apprentissage. • 108 h annuelles d'EPS à répartir pour acquérir les attendus et les savoirs sportifs fondamentaux (savoir nager, savoir rouler à vélo). • Pratique régulière voire quotidienne ; rôle de la répétition, école inclusive et égalité filles-garçons. • Coopération entre professeurs des 1er et 2nd degrés pour assurer continuité et progressivité. • Attestation du savoir nager en sécurité (ASNS) : attention particulière en fin de cycle 3.	• Passage de la préadolescence à l'adolescence : transformations corporelles et psychologiques importantes. • L'EPS aide à acquérir de nouveaux repères sur soi, les autres et l'environnement ; construire une image positive de soi. • Les émotions jouent un rôle essentiel pour maintenir l'engagement dans les apprentissages. • Investissement dans des projets individuels et collectifs (observation, analyse, mémorisation, argumentation). • L'association sportive du collège prolonge la pratique dans un cadre associatif. • La validation des compétences contribue à attester la maîtrise du socle commun.

CROISEMENTS AVEC LES AUTRES ENSEIGNEMENTS

DOMAINE	CYCLE 2 (CP→CE2)	CYCLES 3 & 4 (CM1→3e)
Langue française et langages	Vocabulaire spécifique pour décrire actions, raconter, se faire comprendre. Utilisation de la langue pour les consignes de jeu. Verbalisation des émotions et recueil/communication des résultats (compétences psychosociales).	Langage dans un genre codifié (restituer une observation). Élargissement du répertoire lexical. Possibilité d'utiliser une LVE pour commenter une rencontre ou présenter un spectacle acrobatique.
Mathématiques et sciences	Mesure des performances, graphiques d'évolution. Lien espace vécu / espace représenté (orientation, géométrie, grandeurs).	Notions mathématiques en contexte (échelle, distance, vitesse, proportionnalité). Orientation ↔ cartographie (maths, géographie). Sciences : fonctionnement du corps, muscles, articulations, énergie, effort, dopage (cycle 4).
Éducation civique et morale	Comportements citoyens, organisation du groupe, respect des règles et d'autrui, acceptation des différences, estime de soi. Lien avec le parcours citoyen ; gestion des émotions dans la victoire comme dans la défaite ; autoarbitrage (CE2).	Refus des discriminations, empathie, organisation de rencontres sportives. Au cycle 4 : citoyenneté, solidarité, arbitrage, analyse objective des résultats.
Arts et culture	La danse relie EPS et enseignements artistiques. Expression corporelle dans toutes ses formes. Lien avec le parcours d'éducation artistique et culturelle (PEAC).	Corps et mouvement (Street Art, danse, cirque). Au cycle 4 : histoire des pratiques corporelles, évolution du cirque, technologies appliquées au sport, jeux vidéo sportifs.
Santé et sécurité	Hygiène de vie, sécurité, connaissance de son corps. Ne pas se mettre en danger. Savoirs sportifs fondamentaux (savoir nager, savoir rouler à vélo), éducation à la prise de risque en milieu sécurisé et sensibilisation au développement durable et à la biodiversité.	Gestes de premiers secours, règles de sécurité routière. Au cycle 4 : alimentation et entraînement, physiologie de l'effort, statistiques de performance.

Source : Bulletins officiels – Annexes 1, 2, 3 des programmes des cycles 1, 2, 3 et 4 — Ministère de l'Éducation nationale, de la Jeunesse et des Sports