

## Cycle 2 – programmes 2016

Les compétences en lien avec l'orientation sont surlignées en **mauve**.

### Spécificités du cycle 2

Au cours du cycle 2, les élèves s'engagent spontanément et avec plaisir dans l'activité physique. Ils développent leur motricité, ils construisent un langage corporel et apprennent à verbaliser les émotions ressenties et actions réalisées. Par des pratiques physiques individuelles et collectives, ils accèdent à des valeurs morales et sociales (respect de règles, respect de soi-même et d'autrui). À l'issue du cycle 2, les élèves ont acquis des habiletés motrices essentielles à la suite de leur parcours en éducation physique et sportive. Une attention particulière est portée au savoir nager.

Compétences travaillées	Domaines du socle
<b>Développer sa motricité et construire un langage du corps</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prendre conscience des différentes ressources à mobiliser pour agir avec son corps.</li> <li><b>Adapter sa motricité à des environnements variés.</b></li> <li>S'exprimer par son corps et accepter de se montrer à autrui.</li> </ul>	1
<b>S'approprier seul ou à plusieurs, par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Apprendre par essai-erreur en utilisant les effets de son action.</b></li> <li><b>Apprendre à planifier son action avant de la réaliser.</b></li> </ul>	2
<b>Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités pour apprendre à vivre ensemble</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Assumer les rôles spécifiques aux différentes APSA (joueur, coach, arbitre, juge, médiateur, organisateur...).</b></li> <li><b>Élaborer, respecter et faire respecter règles et règlements.</b></li> <li><b>Accepter et prendre en considération toutes les différences interindividuelles au sein d'un groupe.</b></li> </ul>	3
<b>Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Découvrir les principes d'une bonne hygiène de vie, à des fins de santé et de bien-être.</b></li> <li><b>Ne pas se mettre en danger par un engagement physique dont l'intensité excède ses qualités physiques.</b></li> </ul>	4
<b>S'approprier une culture physique sportive et artistique</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Découvrir la variété des activités et des spectacles sportifs.</li> <li>Exprimer des intentions et des émotions par son corps dans un projet artistique individuel ou collectif.</li> </ul>	5

### Adapter ses déplacements à des environnements variés

Attendus de fin de cycle	
- Se déplacer dans l'eau sur une quinzaine de mètres sans appui et après un temps d'immersion. - Réaliser un <b>parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel. L'espace est aménagé et sécurisé.</b> - Respecter les règles de sécurité qui s'appliquent.	
Compétences travaillées pendant le cycle	Exemples de situations, d'activités et de ressources pour l'élève
<b>Transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices.</b> <b>S'engager sans appréhension pour se déplacer dans différents environnements.</b> <b>Lire le milieu et adapter ses déplacements à ses contraintes.</b> <b>Respecter les règles essentielles de sécurité.</b> <b>Reconnaitre une situation à risque.</b>	Natation, activités de roule et de glisse, activités nautiques, équitation, <b>parcours d'orientation</b> , parcours d'escalade, etc.
<b>Repères de progressivité</b> En natation, les activités proposées permettent de passer de réponses motrices naturelles (découvrir le milieu, y évoluer en confiance) à des formes plus élaborées (flotter, se repérer) et plus techniques (se déplacer). L'objectif est de passer d'un équilibre vertical à un équilibre horizontal de nageur, d'une respiration réflexe à une respiration adaptée, puis passer d'une propulsion essentiellement basée sur les jambes à une propulsion essentiellement basée sur les bras. <b>Tout au long du cycle, les activités d'orientation doivent se dérouler dans des espaces de plus en plus vastes et de moins en moins connus ; les déplacements doivent, au fur et à mesure de l'âge, demander l'utilisation de codes de plus en plus symboliques.</b> Au fur et à mesure du cycle, la maîtrise des engins doit amener les élèves à se déplacer dans des milieux de moins en moins protégés et de plus en plus difficiles.	