



- ... en percevant les différentes réactions physiologiques de son corps dans le mouvement et l'effort
- ... en percevant les divers fonctionnements de son corps (force, vitesse, endurance et adresse)
- ... en exerçant diverses postures
- ... en distinguant et en nommant les différentes parties de son corps
- ... en intégrant le mouvement dans une pratique quotidienne
- ... en adaptant son comportement aux règles fondamentales de sécurité

Le projet « PEREPH – cycle 1 » a eu pour objectif de répertorier sur un seul document les ressources principales en éducation physique et sportive et de les mettre en lien avec les objectifs du Plan d'Études Romand (PER), en tenant compte du travail déjà effectué par les groupes des cycles 2 et 3. Tout au long de sa démarche, ce projet a gardé une même ligne directrice : créer une palette d'outils la plus complète possible au service des enseignants pour l'instruction de l'éducation physique et la transmission des savoirs.

Robert Chantal, Aubry Maryline, Chappatte Claire, Jost Céline, Mathez Sandrine, Voirol Nadège

Manuel 2	4-6 ans
Manuel 3	6-8 ans

Progression des apprentissages		Mots clés de l'objectif	Manuels fédéraux	Fiches EPS	qeps.ch	Revue "mobile" et mobilesport.ch
1e - 2e	3e - 4e					
Perception des diverses réactions du corps (fatigue, transpiration, bien-être, respiration, battements du cœur,...) dans le mouvement et l'effort.	... identifie différentes fonctions de son corps lors de pratiques sportives	Retour au calme Piscine	<p>Manuel 2</p> <p>Broch n°2, pp 6, 8, 11, 13, 25</p> <p>Broch n°3, pp 4</p> <p>Broch n°5, pp 27</p> <p>Broch n°6, pp 8</p> <p>Manuel 3</p> <p>Broch n°2, pp 13</p> <p>Broch n°7, pp 5</p>	<p>3</p> <p>6</p> <p>56</p> <p>5</p> <p>46</p> <p>82</p>	<p>livre de bord (ABC)</p> <p>mouvement quotidien (ABC)</p> <p>courir 8 minutes (ABC)</p> <p>jeu de course (A)</p> <p>course d'obstacles (B)</p> <p>participer à des exercices d'endurance (C)</p> <p>troupeau de chevaux (A)</p> <p>course d'obstacles au sein du troupeau de chevaux (B)</p> <p>course d'obstacles des chevaux (C)</p>	<p>CP 02/5 : Vers une nouvelle culture du mouvement</p> <p>CP 8 : Jeunes au top</p> <p>CP 10 : Balles et ballons</p> <p>CP 13 : Pieds en force</p> <p>CP 15 : Jeunes et forts</p> <p>CP 40 : Régénération</p> <p>CP 99/3 : Une combinaison gagnante - techniques et condition physique</p> <p>CP 00/6 : Plus haut, plus vite, plus loin-tests de condition physique réalisés dans le cadre de l'enseignement et de l'entraînement</p> <p>CP 02/5 : Vers une nouvelle culture du mouvement</p> <p>CP 33 : J+S Kids</p> <p>CP 44 : Nordic Walking</p> <p>CP 56 : Courir Kids</p>
Découverte et expérimentation d'un effort prolongé.	... adapte sa course à la durée de l'effort demandé (court vite, court longtemps) ... court sans interruption le nombre de minutes équivalant à son âge		<p>Manuel 2</p> <p>Broch n°2, pp 6, 14</p> <p>Broch n°3, pp 5, 9</p> <p>Broch n°7, pp 3</p> <p>Manuel 3</p> <p>Broch n°2, pp 14-15</p> <p>Broch n°6, pp 21</p>	<p>1</p> <p>9</p> <p>17</p> <p>6</p> <p>20</p> <p>39</p> <p>82</p>	<p>appui facial (A)</p> <p>appui facial (B)</p> <p>appui facial (C)</p> <p>sauter par-dessus un banc suédois (A)</p> <p>saut de lièvre (B)</p> <p>appui renversé avec jambes fléchies contre un espace</p>	<p>CP 01/5 : Le courage à l'épreuve</p> <p>CP 10 : Balles et ballons</p> <p>CP 13 : Pieds en force</p> <p>CP 24 : S'échauffer</p> <p>CP 33 : J+S Kids</p> <p>CP 42 : Swissball</p> <p>CP 15/09 : L'école bouge</p>
Sensibilisation à la tenue du corps dans différentes positions en mobilisant son tonus musculaire.			<p>Manuel 2</p> <p>Broch n°2, pp 5, 7, 26</p> <p>Broch n°3, pp 5, 11</p> <p>Broch n°5, pp 26</p> <p>Broch n°7, pp 3</p>	<p>2</p> <p>12</p> <p>39</p>	<p>police secours (ABC)</p>	<p>CP 00/3 : En bonne santé avec le ballon-siège : Ballon sans frontière</p> <p>CP 01/5 : Le courage à l'épreuve</p> <p>CP 1 : Stabilisation et renforcement</p> <p>CP 10 : Balles et ballons</p> <p>CP 11 : Anneaux</p> <p>CP 26 : Force 1</p> <p>CP 33 : J+S Kids</p> <p>CP 34 : Mobilité</p> <p>CP 42 : Swissball</p> <p>CP 44 : Nordic Walking</p> <p>CP 12/02 : Jeux de lutte</p> <p>CP 12/07 : Objets du quotidien</p> <p>CP 13/11 : L'école du courage</p>
Mobilisation et renforcement musculaire des différentes parties du corps (dos, abdominaux, tronc,...). Identification des différentes parties du corps.	... nomme les différentes parties du corps utilisées		<p>Manuel 2</p>	<p>15</p>		<p>CP 99/5 : Activités axées sur le vécu</p>

<p>Découverte des mesures de sécurité et d'assurance liées aux activités pratiquées.</p> <p>Sensibilisation à un comportement adapté à une situation donnée.</p>	<p>... respecte les consignes de sécurité</p>		<p>Broch n°3, pp 7, 8, 11, 15</p>	<p>16</p> <p>15</p> <p>16</p>		
--	---	--	---	-------------------------------	--	--