



Corps et mouvement

VISÉES PRIORITAIRES

Connaître son corps, en prendre soin et reconnaître ses besoins physiologiques et nutritionnels.

Développer ses ressources physiques et motrices, ainsi que des modes d'activités et d'expression corporelles.

Préserver son capital santé par le choix responsable d'activités sportives et de pratiques alimentaires.



	<i>Condition physique et santé</i>	<i>Activités motrices et /ou d'expression</i>	<i>Pratiques sportives</i>	<i>Jeux individuels et collectifs</i>	<i>Sens et besoins physiologiques</i>
	21	22	23	24	25
					26

Deuxième cycle



Éducation physique

VISÉES PRIORITAIRES

Connaître son corps, en prendre soin et reconnaître ses besoins physiologiques et nutritionnels.

Développer ses ressources physiques et motrices, ainsi que des modes d'activités et d'expression corporelles.

Préserver son capital santé par le choix responsable d'activités sportives et de pratiques alimentaires.

CM 22 – Développer ses capacités de coordination et son sens créatif...

1 ... en consolidant son schéma corporel

2 ... en développant ses capacités de coordination

3 ... en améliorant la perception de son corps dans l'espace et dans le temps

Progression des apprentissages

5^e – 6^e années

7^e – 8^e années

Développement de la coordination des mouvements par des combinaisons d'exercices d'orientation, de rythme, de différenciation, de réaction et d'équilibre (*jonglerie, franchissement d'obstacles, variations de sauts à la corde,...*)

Entraînement et amélioration de l'équilibre

Développement des perceptions sensorielles en variant les situations

Expérimentation de mouvements en variant le tempo, le rythme et la cadence

Combinaison de différents mouvements rythmés, avec ou sans matériel, sur place et en déplacement (*frapper dans ses mains et sauter, balancer et sautiller,...*)

Création individuelle ou collective et présentation de mouvements, interprétations et danses sur des thèmes variés avec ou sans support acoustique

Expérimentation de pas de danse traditionnelle ou moderne (*polka, rock, hip-hop,...*)



4 ... en développant ses perceptions sensorielles

5 ... en utilisant son potentiel créatif, son imagination et son sens esthétique

6 ... en exprimant sa sensibilité à une musique, à un rythme

7 ... en prenant confiance et plaisir à se produire devant les autres

Attentes fondamentales

Au cours, mais au plus tard à la fin du cycle, l'élève...

...coordonne deux mouvements complexes dans au moins deux situations différentes

...adapte son comportement à un stimuli (auditif, visuel, tactile)

...évolue en respectant différents tempos, rythmes et sonorités

...invente et présente une chorégraphie en groupe

Indications pédagogiques

Ressources, indices, obstacles. Notes personnelles

Utiliser différents matériels : cordes à sauter, cerceaux, balles,...
Manuel fédéral 4, brochure 2

Utiliser divers supports musicaux, acoustiques,...

*Liens [CM 25 – Sens et besoins physiologiques](#) ;
[A 22 AC&M – A 22 AV – A 22 Mu – Perception](#)*

Manuel fédéral 4, brochure 2

*Liens [A 21 Mu – Expression et représentation](#) ;
[FG 22 – Santé et bien-être](#)*

Ressources : www.qeps.ch