

Progression du CP au CM2

(En référence aux repères de progression parus au BO n°1 du 5 janvier 2012)

Compétence du LPC : Culture humaniste « Inventer et réaliser des textes, des œuvres plastiques, des chorégraphies ou des enchaînements à visée artistiques ou expressives »

Compétence EPS visée : Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique.

« Exprimer corporellement, seul ou en groupe, des personnages, des images, des sentiments, des états... Communiquer aux autres des sentiments ou des émotions. S'exprimer de façon libre ou en suivant différents types de rythmes, sur des supports variés (musicaux ou non), avec ou sans engins. Réaliser des actions « acrobatiques » mettant en jeu l'équilibre (recherche d'exploits) et pouvant revêtir un caractère esthétique.»

	CP	CE1	CE2	CM1	CM2
	Réaliser des actions de plus en plus tournées et renversées, de plus en plus aériennes, de plus en plus manuelles, de plus en plus coordonnées.				
Activités gymniques	<p>*Se déplacer en « bonds de lapin latéraux », mains en appui sur un banc, les impulsions permettant aux jambes de franchir le banc alternativement à droite et à gauche.</p> <p>*Tourner en boule, départ accroupi, dans l'axe et arriver sur les fesses (par enroulement du dos).</p> <p>*Tourner en boule vers l'arrière, départ <i>assis / groupé</i> sur un plan légèrement incliné.</p> <p>*Se renverser et se déplacer sur les mains un court instant.</p> <p>*Sauter d'un plinth ou d'une caisse pour voler et marcher à la réception.</p> <p>*Se déplacer sur une poutre et réaliser quelques actions élémentaires (demi-tour, saut, station écart dans l'axe...)</p> <p>*Choisir un enchaînement composé d'un élément « voler », d'un élément « tourner » et d'un élément « se renverser en quadrupédie ».</p> <p>Le début et la fin de l'enchaînement sont marqués par une position assise en tailleur dans un repère au sol.</p>	<p>*Se déplacer en « bonds de lapin latéraux » sans que les pieds ou les genoux ne touchent le banc (recherche de régularité).</p> <p>*Tourner vite en avant, dans l'axe, et arriver sur les pieds à partir d'un départ accroupi.</p> <p>*Se renverser et se déplacer sur plus d'1 mètre.</p> <p>*Voler puis rester immobile 3 secondes après une réception amortie.</p> <p>*Réaliser quelques actions sur la poutre (marcher, s'accroupir, sauter, s'arrêter sur une station écart dans l'axe et latéralement...)</p> <p>*Sur deux engins de son choix (barres asymétriques, plinth avec gros tapis sur plan incliné...), réaliser un enchaînement de trois actions « acrobatiques ». L'enchaînement comporte un début et une fin.</p> <p>→ Réaliser un enchaînement de 2 ou 3 actions « acrobatiques » sur des engins variés (barres, plinths, poutres, tapis).</p>	<p>Se renverser, se déplacer</p> <p>*Se déplacer en quadrupédie faciale, mains au sol, pieds contre une poutre.</p> <p>*Se renverser en cochon-pendu sur une barre basse, poser les mains au sol, déplier les jambes pour se redresser.</p> <p>Tourner</p> <p>*Tourner en rotation avant, avec ou sans pose des mains, le corps en boule en arrivant assis.</p> <p>*Tourner en avant en appui sur une barre en réalisant la rotation en continu.</p> <p>Bondir, voler</p> <p>Bondir comme un lapin, 2 mains, 2 pieds, 2 mains...</p> <p>*Réaliser une chandelle après une course d'élan limitée et un appel deux pieds sur un tremplin.</p> <p>*Arriver à genoux en contre haut sur un plinth après impulsion sur un tremplin.</p>	<p>Se renverser, se déplacer</p> <p>*Se déplacer de différentes façons sur des appuis manuels.</p> <p>*Se renverser jusqu'à la verticale en alignant les différents segments.</p> <p>*Se renverser en cochon-pendu sur une barre basse, poser les mains au sol, déplier les jambes et passer par l'appui tendu renversé avant de se redresser.</p> <p>Tourner</p> <p>*En appui sur une barre, tourner vite par une action simultanée du haut et du bas du corps.</p> <p>Voler</p> <p>*Réaliser une impulsion deux pieds sur le mini-trampoline, en volant le corps tendu, en se réceptionnant dans une zone et en restant immobile 3 secondes.</p> <p>*Assurer le rôle de juge en évaluant les enchaînements réalisés.</p> <p>*Proposer des enchaînements ou des améliorations.</p> <p>→ Construire et réaliser un enchaînement de 4 ou 5 éléments "acrobatiques" sur divers engins (barres, moutons, poutres, tapis).</p> <p>Ex : Construire un enchaînement au sol ou sur un agrès, comportant un déséquilibre volontaire pour voler, une rotation (ex : roulade, tour autour d'une barre), un renversement (roue, appui tendu renversé), des éléments de liaison (petits sauts, pas divers, demi-tours). Cet enchaînement devra comporter un début et une fin. Toutes sortes de musiques ou éléments sonores peuvent être utilisés pour dynamiser l'action.</p>	