

ÉDUCATION PHYSIQUE & SPORTIVE

Découvrir le Sport Collectif et Individuel

- **Courir, sauter, lancer** à des intensités et des durées variables en fonction du contexte et s'adapter
- **Savoir différencier** : courir vite et courir longtemps / lancer loin et lancer précis / sauter haut et sauter loin
- **Accepter la compétition**, et la confrontation aux autres. Se donner un objectif et mettre en œuvre des moyens pour l'atteindre
- **Remplir quelques rôles** spécifiques : arbitre, maître du jeu...
- **Dans l'eau** : savoir se déplacer sur une quinzaine de mètres sans appui et après un temps d'immersion. Réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à l'environnement. Respecter les règles de sécurité d'usage
- **Mémoriser** des pas, des figures ou des enchaînements à reproduire à un rythme précis, afin de réaliser une production individuelle ou collective
- **Respecter les règles du jeu** et comprendre le but du jeu. Accepter de perdre ou de gagner en contrôlant ses émotions et ses frustrations. Reconnaître ses partenaires et ses adversaires