

## L'Éducation physique et sportive au Cycle 1



### Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique

La pratique d'activités physiques contribue au développement moteur, sensoriel, affectif, intellectuel et relationnel des enfants.

Ces activités mobilisent, stimulent, enrichissent l'imaginaire et sont l'occasion d'éprouver des émotions, des sensations nouvelles. Elles permettent aux enfants d'explorer leurs possibilités physiques, d'élargir et d'affiner leurs habiletés motrices, de maîtriser de nouveaux équilibres. Elles les aident à construire leur latéralité, l'image orientée de leur propre corps et à mieux se situer dans l'espace et dans le temps.

Ces expériences visent également à développer la coopération, à établir des rapports constructifs à l'autre, dans le respect des différences, et contribuer ainsi à la socialisation.

Les activités physiques participent à l'éducation à la santé en conduisant tous les enfants, quelles que soient leurs « performances », à éprouver le plaisir du mouvement et de l'effort, à mieux connaître leur corps pour le respecter.

Vous trouverez ci-dessous un tableau résumant les 4 grands domaines travaillés en Cycle 1 en EPS.

	<p>Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets</p>
	<p>Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variées</p>
	<p>Communiquer avec les autres au travers d'actions à visée expressive ou artistique</p>
	<p>Collaborer, coopérer, s'opposer</p>

Afin de permettre un meilleur travail, merci de bien mettre à votre enfant une tenue adaptée ainsi qu'une casquette et une gourde d'eau.

Bonne année scolaire !

## Sports in « Cycle 1 »



### Move, express yourself and understand through sport activities

Sports practice is essential for motor, sensory, affective intellectual and relational development of children.

These activities mobilize, stimulate and strengthen the imagination and lead to new feelings and sensations.

This way, children can explore their physical skills and strengthen their motor skills as well as experience new exercises of balance. They help children build their physical ability, the vision of their own body and situate themselves in space and time.

During these workshops they will learn how to cooperate, create constructive relationships in the strict respect of differences which lead to socialization.

Physical activities are part of Education and Health. All children, whether their performances be good or not will feel the satisfaction of effort and movement. They will know their own body better and respect it.

Please find below a table showing the 4 main themes we will work on in “Cycle 1 Sports”.

	<p>Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets</p>	<p>Moving in space, in time and on objects.</p>
	<p>Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variées</p>	<p>Adapt your balance and movement to the environment and obstacles around you.</p>
	<p>Communiquer avec les autres au travers d'actions à visée expressive ou artistique</p>	<p>Communicate with others through expressive artistic actions.</p>
	<p>Collaborer, coopérer, s'opposer</p>	<p>Collaborate, cooperate and combat</p>

In order to do sports in good conditions, please dress your child with comfortable clothes and provide him/her with a cap/hat as well as a small bottle of water.

Enjoy this school year !