

L'EPS en Cycle 3



Au cours du cycle 3, les élèves mobilisent leurs ressources pour transformer leur motricité dans des contextes diversifiés et plus contraignants.

Ils identifient les effets immédiats de leurs actions, en insistant sur la nécessaire médiation du langage oral et écrit. Ils poursuivent leur initiation à des rôles divers (arbitre, observateur...) et comprennent la nécessité de la règle.

Grâce à un temps de pratique conséquent, les élèves éprouvent et développent des méthodes de travail propres à la discipline (par l'action, l'imitation, l'observation, la coopération, etc.).

Voici les 5 compétences travaillées :

Développer sa motricité et construire un langage du corps

- Adapter sa motricité à des situations variées.
- Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité.
- Mobiliser différentes ressources (physiologique, biomécanique, psychologique, émotionnelle) pour agir de manière efficiente.

S'appropriier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre

- Apprendre par l'action, l'observation, l'analyse de son activité et de celle des autres.
- Répéter un geste pour le stabiliser et le rendre plus efficace.

Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités

- Assumer les rôles sociaux spécifiques aux différentes activités et à la classe (joueur, coach, arbitre, juge, observateur, tuteur, médiateur, organisateur...).
- Comprendre, respecter et faire respecter règles et règlements.
- Assurer sa sécurité et celle d'autrui dans des situations variées.
- S'engager dans les activités sportives et artistiques collectives.

Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière

- Évaluer la quantité et la qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école.
- Connaître et appliquer les principes d'une bonne hygiène de vie.
- Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger.

S'approprier une culture physique sportive et artistique

- Savoir situer des performances à l'échelle de la performance humaine.
- Comprendre et respecter l'environnement des pratiques physiques et sportives.

Programmation pédagogique EPS cycle 3

| Période | Activité | |
|----------------|-----------------|--|
| Période 1 | Athlétisme |  |
| Période 2 | Handball |  |
| Période 3 | Accrosport |  |
| Période 4 | Quidditch |  |
| Période 5 | Tennis de table |  |

Sports in « Key Stage 3 »



In key stage 3, pupils will develop motor skills further when they do more complex sports.

They immediately identify the effects of their actions by insisting on the necessary link between oral and written language. They continue to learn different roles (referee, spectator ...) and understand it is necessary to respect the rules.

Please find below the 5 main themes we will work on in “Key Stage 3” :

Movement development and self expression.

- Adapt his/her motor skills to different situations.
- Learn to improve efficiency techniques.
- Mobilize all their resources (physical, biomechanical, psychological and emotional) to act efficiently.

Learn and use methods and tools, alone or together

- Learn by taking action, observing, and analysing his/her own and others' actions.
- Repetition and practice to improve.

Share rules, take on roles and responsibilities

- Take on roles specific to different activities and to the class (player, coach, referee, judge, spectator,)
- Understand, respect and help others follow and respect the rules
- Insure his/her own and the others' security
- Participate in artistic and team sport activities.

Learn about health via regular physical activity

- Evaluate the quantity and the quality of his/her daily sport activities inside and outside the school.
- Have a healthy life
- Adapt one's activity to his/her ability in order to stay safe and healthy

Get interested in sport and art

- Know how to measure performance
- Know and respect the physical and sports practice environment.

Sports Programme for Key Stage 3

| Period | Sport | |
|-----------------|---------------------|--|
| Period 1 | Athletics |  |
| Period 2 | Handball |  |
| Period 3 | Acrobatics |  |
| Period 4 | Quidditch |  |
| Period 5 | Table tennis |  |

