

# 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>	<i>Équilibre alimentaire</i>	
	11	12	13	14	15	16	<b>Premier cycle</b>

# 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 12 – Développer ses capacités psychomotrices et s'exprimer avec son corps...

1 ... en construisant son schéma corporel

2 ... en organisant et en utilisant ses repères spatio-temporels

3 ... en utilisant ses sens

### Progression des apprentissages

1<sup>re</sup> – 2<sup>e</sup> années

3<sup>e</sup> – 4<sup>e</sup> années

Mobilisation des différentes parties du corps par des activités de découverte (*observation, imitation, toucher,...*) et de jeux (*jeu du miroir, du pantin, devinettes,...*)

Découverte de l'espace (*repères dans la salle,...*) et du temps (*variations temporelles,...*)

Expérimentation de l'orientation dans l'espace

Développement des perceptions sensorielles (*perception avec les mains, avec les pieds, réaction à un signal auditif, visuel,...*)

Développement du sens de l'équilibre (*marcher sur une ligne, sur un banc,...*)

Découverte de mouvements en utilisant différents tempos, rythmes et cadences (*musiques ou percussions, avec ou sans matériel, sur place et en déplacement,...*)

Création de mouvements, interprétations et danses sur des thèmes variés (*alphabet, métier, pays,...*) avec support acoustique

4 ... en développant son équilibre

5 ... en utilisant le mouvement pour développer sa créativité

6 ... en dansant, en imitant, en racontant des histoires avec son corps

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

Attentes fondamentales	Indications pédagogiques
<b>Au cours, mais au plus tard à la fin du cycle, l'élève...</b>	<b>Ressources, indices, obstacles. Notes personnelles</b>
...se déplace dans l'espace en respectant des consignes	<i>S'orienter par rapport à soi, aux autres, aux objets (gauche, droite, haut, bas, avant, arrière)</i> <i>Solliciter la créativité</i>
...réagit à une sollicitation en variant ou adaptant son action motrice ...se déplace en équilibre sur différents engins	<u>Liens</u> <i>CM 15 – Sens et besoins physiologiques; A 12 AC&amp;M – A 12 AV – A 12 Mu – Perception</i>
...évolue en respectant différents tempos, rythmes et sonorités	<i>Utiliser divers matériels: foulards, rubans, paréos, instruments de percussion,...</i> <u>Liens</u> <i>A 11 Mu – Expression et représentation</i>
	<i>Raconter une histoire et/ou exprimer un sentiment</i> <u>Liens</u> <i>L1 13-14 – Compréhension et production de l'oral; G 12 – Santé et bien-être</i> <i>Ressources: Manuels fédéraux 2 et 3, brochure 2 - www.qeps.ch</i>