

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.

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 32 – Consolider ses capacités de coordination et utiliser son corps comme moyen d'expression et de communication...

1 ... en affinant la perception du schéma corporel

2 ... en consolidant ses capacités de coordination

3 ... en employant diverses techniques d'expression corporelle

Progression des apprentissages

9 ^e année	10 ^e année	11 ^e année
Entraînement des différents facteurs de la coordination (orientation, rythme, différenciation, réaction et équilibre)		
Exécution simultanée de mouvements complexes (<i>se maintenir en <u>équilibre dynamique</u> et jongler, sauter à la grande corde tournée et faire une passe,...</i>)		
Apprentissage et perfectionnement de pas de danses (<i>hip-hop, rock'n'roll, valse, samba,...</i>)		
Création et présentation d'une chorégraphie individuelle ou collective avec ou sans matériel (<i>danse, mime, théâtre, numéro de cirque,...</i>)		
Expression de sentiments et d'émotions par le geste		
Évaluation formative par les pairs d'une production selon des critères fixés (<i>tenue du corps, choix du support acoustique, fonctionnement du groupe, originalité, expression,...</i>)		

Attentes fondamentales

Au cours, mais au plus tard à la fin du cycle, l'élève...

...coordonne plusieurs mouvements complexes dans différentes situations

...invente et présente une chorégraphie seul ou en groupe

Indications pédagogiques

Ressources, indices, obstacles. Notes personnelles

Utiliser différents matériels : cordes à sauter, cerceaux, balles,...

Manuel fédéral 5, brochure 1

Utiliser divers supports musicaux et acoustiques (musiques de différents pays, percussions, textes, danses variées,...)

Manuel fédéral 5, brochure 2

*Liens [A 31 Mu – Expression et représentation](#) ;
[FG 33 – Choix et projets personnels](#)*

Ressources : www.qeps.ch