

## CM 22 – ACTIVITES MOTRICES ET/OU D'EXPRESSION

### DEVELOPPER SES CAPACITES DE COORDINATION ET SON SENS CREATIF

Progression des apprentissages		Indications pédagogiques	
5 <sup>ème</sup> – 6 <sup>ème</sup> années	7 <sup>ème</sup> – 8 <sup>ème</sup> années	Ressources, indices, obstacles, situations caractéristiques,...	
<p>Développement de la coordination par des combinaisons d'exercices d'orientation, de rythme, de différenciation, de réaction et d'équilibre (<i>jonglerie, franchissement d'obstacles, variations de sauts à la corde,...</i>)</p> <p>Entraînement et amélioration de l'équilibre</p>			
<p><i>Développement de la coordination en combinant des situations de plus en plus complexes</i></p>		<p><i>Fiches didactiques EPS 5 – 6 : Avec des élastiques (F6) Sauter à la corde I et II (F7-8) Jouer et sauter à la corde tournée (F9)</i></p>	<p><i>Fiches didactiques EPS 7 – 8 : Avec des tapis (F4) Avec des carrés de moquette (F5) Activités multitâches (F6)</i></p>
<p>Développement des perceptions sensorielles en variant les situations</p>			
<p><i>Création et imitation de mouvements originaux en respectant différents stimuli</i></p>	<p><i>Création et imitation de mouvements originaux de plus en plus complexes en respectant différents stimuli</i></p>	<p><i>Fiches didactiques EPS 5 – 6 : Ecouter et se déplacer (F3) Réussir à se détendre (F4)</i></p>	<p><i>Fiches didactiques EPS 7 – 8 : Percevoir son corps (F1) Rythmes à l'élastique twist (F10)</i></p>
<p>Expérimentation de mouvements en variant le tempo, le rythme et la cadence</p> <p>Combinaison de différents mouvements rythmés, avec ou sans matériel, sur place et en déplacement (<i>frapper dans ses mains et sauter, balancer et sautiller,...</i>)</p> <p>Création individuelle ou collective et présentation de mouvements, interprétations et danses sur des thèmes variés avec ou sans support acoustique</p> <p>Expérimentation de pas de danse traditionnelle ou moderne (<i>polka, rock, hip-hop,...</i>)</p>			
<p><i>Expérimentation de pas de danses traditionnelles (polka, rock,...) par deux ou en petits groupes</i></p>	<p><i>Expérimentation de pas de danses traditionnelles ou modernes (polka, rock, hip-hop,...)</i></p>	<p><i>Fiches didactiques EPS 5 – 6 : Créer une danse (F10) Apprendre une danse (F11)</i></p>	<p><i>Fiches didactiques EPS 7 – 8 : S'exprimer en dansant (F11) Apprendre une danse (F12) Cirque et compagnie (F78)</i></p>