

**Cycle 2**

	RENTREE	VACANCES D'AUTOMNE	VACANCES DE NOEL	VACANCES D'HIVER	VACANCES DE PRINTEMPS	VACANCES D'ETE
<b>COMPETENCES</b>	7 semaines	6 semaines	6 semaines	7 semaines	10 semaines	
<b>Réaliser une performance</b> - courir vite, longtemps, en franchissant des obstacles ; - sauter loin ; - lancer loin ; - se déplacer en nageant sur une quinzaine de mètres sans aide et sans appuis.	<b>Jeux de course et endurance</b> (fixer et maintenir une allure)	<b>Jeux de course et d'endurance</b> (doser son effort, améliorer sa performance)			<b>Activités Athlétiques</b> Courir vite sans obstacles, sauter loin avec élan	<b>Activités Athlétiques</b> Courir vite avec obstacles Lancers loin
<b>Adapter ses déplacements à différents types d'environnements</b> - entrer dans l'eau, se déplacer, s'immerger, se laisser flotter ; - grimper jusqu'à moins de 3 mètres sur un mur équipé , se déplacer et redescendre ; - réaliser un parcours simple en roller ou en vélo ; - se déplacer, retrouver quelques repères dans un milieu connu.	<b>Activité de roule : Vélo</b> (Bloc 2 du SRAV, Prévention routière)			<b>Natation</b> (validation du Pass Nautique)		<b>Orientation école lieu fermé proche de l'école</b> (Damier de balles)
<b>Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement</b> - agir sur son adversaire pour l'immobiliser ; - faire quelques échanges (jeux de raquettes) - coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires, en respectant des règles, en assurant des rôles différents (attaquant, défenseur, arbitre).	<b>Jeux traditionnels sans ballon</b> <i>Les sorciers, l'épervier, les déménageurs, la prise de foulard, Gendarmes et voleurs,...</i>	<b>Jeux collectifs avec balles et ballons</b> <i>Ballon anglais, Béret ballon, Balle assise, Ballon immortel.....</i>	<b>Jeux de raquettes</b>	<b>Jeux de lutte</b>	<b>Jeux collectifs avec ballon</b> Balle au pied Balle ovale	
<b>Concevoir et réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive</b> - exprimer corporellement des personnages, des images, des sentiments pour communiquer des émotions en réalisant une petite chorégraphie (3 à 5 éléments, sur des supports sonores divers). - réaliser un enchaînement de 2 ou 3 actions « acrobatiques » sur des engins variés (barres, plinths, poutres, gros tapis).		<b>Danses collectives</b> (Programme EPS1 85)	<b>Danses et expression</b> (Programme EPS1 85)		<b>Activités gymniques</b> (appuis, rotations, suspensions équilibres...)	<b>Activités gymniques</b> (appuis, rotations, suspensions équilibres...)