Définition des capacités par champ d’apprentissage

Champ 1 – Cycle 3

**Activités athlétiques** => Epreuve combinée Course de 40m avec le franchissement d’un obstacle et à la fin un lancer de Vortex

|  |
| --- |
| Elève « physiquement éduqué » :* Etre capable de courir une distance donnée et enchainer un saut et un lancer.
 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Réalisation** | **Réflexion** | **Investissement** |
| Attendus de fin de cycle :* **Réaliser des efforts et enchainer plusieurs actions** motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus longtemps, plus haut, plus loin.
* **Combiner une course un saut un lancer** pour faire la meilleure performance cumulée.
* **Mesurer et quantifier les performances**, les **enregistrer**, les **comparer**, les classer, les **traduire en représentations graphiques.**
* **Assumer les rôles** de chronométreur et d’observateur.
 | * Combiner des actions simples courir-sauter.
* Rester disponible pour se propulser.
* Contrôler des amplitudes, gestuelles et articulaires .
 | * Tester différentes stratégies pour combiner course et franchissement d’une haie puis course et lancer.
* Mémoriser pour reproduire une action et un enchainement d’actions
 | * Accepter les moments de stagnation et de régression.
* Accepter les efforts liés à la quantité de répétitions nécessaires aux progrès.
 |
| Socle commun :**Développer sa motricité et construire un langage du corps*** Adapter sa motricité a des situations variées.
* Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité.
* Mobiliser différentes ressources (physiologique, biomécanique, psychologique, émotionnelle) pour agir de manière efficiente.

*Domaine du socle : 1***S’approprier 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.

*Domaine du socle : 2***Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière*** Adapter l’intensité de son engagement physique a ses possibilités pour ne pas se mettre en danger.

*Domaine du socle : 4***S’approprier une culture physique sportive et artistique*** Savoir situer des performances a l’échelle de la performance humaine.

*Domaine du socle : 5* | * synchroniser des actions successives, des actions , des trains supérieurs et inférieurs.
* Ressentir une action exercée sur un engin.
* Controler l’intensité de l’effort en fonction de ses possibilités .
 | * Choisir la solution adaptée à la situation.
* Maintenir une stratégie pour en apprécier les effets.
 |  |

Synthèse Champ 1 – Activités athlétiques – Epreuve combinée – Fin de Cycle 3

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Réalisation** | **Réflexion** | **Investissement** |
|  |  |  |