# Tableau d’utilisation du

# **P**lan d’**A**ction **D**épartemental E.P.S. 2014-2017

Ecole : ………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

Directeur(trice) : ………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………..

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cycle 1 | Cycle 2 | Cycle 3 |

**Fiche action : Lutte**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | PS | MS | GS | CP | CE1 | CE2 | CM1 | CM2 | …../…… | …../……. | …../……. | Période |
| Différencier l’espace de combat (sur le tapis) de l’espace non-combat  -Entrer progressivement dans le contact corporel |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| -Lutter avec des objets, l’espace et le corps  -Attraper-tenir |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| --Construire la notion de territoire  -Vivre des rôles différents : attaquant et défenseur  -Développer des Stratégies individuelles |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| -Entrer dans un jeu de corps à corps  -Vivre des rôles différents : attaquant et défenseur |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| -Parvenir à des saisies occasionnelles  -Accepter un rapport d’opposition médié par un objet |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| Parvenir à des saisies nombreuses et rapides |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| -Accepter un rapport d’opposition  -Développer qualité et rapidité des prises d’informations et des déplacements |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| -Accepter une opposition duelle au sein du collectif : construction progressive du corps à corps |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| -Parvenir à arrêter l’adversaire par des saisies efficaces  -Accepter d’être ceinturé, arrêté, accepter le corps à corps réel |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Retourner son adversaire avec efficacité  -Accepter, dans un corps à corps réel, des saisies proximales et résister efficacement |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Prendre conscience du poids du corps : le sien, celui de l’autre  -Prise de Maintien d’appuis au sol |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| -Maîtrise des appuis.  -Perception de l’action de l’autre et adaptation immédiate  -Perception de l’action de l’autre et s’y adapter. Coordination des déplacements |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| S’opposer individuellement :  Attaquant : défenseur/ arbitre |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Fiche action : De l’Indiaca au jeu de raquette vers le badminton**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cycle 2 | CE2 | CM1/CM2 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | PS | MS | GS | CP | CE1 | CE2 | CM1 | CM2 | …../… | …../…….. | …../……. | Période |
| (Individuellement) maîtriser rapidement le contact main en s'exerçant à jongler à une ou deux mains, puis à enchaîner quelques gestes simples |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| (Individuellement) Maîtriser rapidement le contact main en s'exerçant à jongler à une ou deux mains, puis à enchaîner quelques gestes simples |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| Objectif : (individuellement) maîtriser rapidement le contact main en s'exerçant à jongler à une ou deux mains, puis à enchaîner quelques gestes simples  -Développer l’adresse  -Apprécier les trajectoires |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |

|  |
| --- |
| Inter-cycle |

**Fiche action : Activité gymniques**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | PS | MS | GS | CP | CE1 | CE2 | CM1 | CM2 | …../… | …../…….. | …../……. | Période |
| -Roue  - Roulade avant  - Roulade avant avec appui  - Roue avec appui  - Roulade arrière  - Roulade allongée  - La brouette  - Saut de mouton |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |

**FICHES ACTIONS football : De la découverte à la rencontre « EPS et Maîtrise de la langue »**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Séance 1 | Séance 2 | Séance 3 | Séance 4 | Séance 5 | La rencontre |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | PS | MS | GS | CP | CE1 | CE2 | CM1 | CM2 | …../… | …../…….. | …../……. | Période |
| Se déplacer en occupant l’espace : dispersion dans l’espace matérialisé |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| Se déplacer selon différents types de signaux en conduite d’un ballon : verbal, sonore, visuel et de différentes manières (surface de contact) Occuper l’espace matérialisé  -Toucher le ballon à chaque pas et le conduire  -Toucher le ballon à chaque pas, de manière efficace  -Progresser en conduite et passer le ballon |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| Passer le ballon à un coéquipier  Progresser et déséquilibrer un joueur par une passe ou une conduite  Progresser et déséquilibrer une équipe par une conduite ou une passe |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| Frapper au but….  Se démarquer pour  -Déséquilibrer l'adversaire.  -Frapper au but….  -Se démarquer pour  -Déséquilibrer l'adversaire.  -Frapper au but…… |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| -S’opposer à la progression de l'adversaire.  -S'organiser pour défendre  -Récupérer le ballon |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |
| La rencontre |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | P5 |