

	PÉRIODE 1	PÉRIODE 2	PÉRIODE 3	PÉRIODE 4	PÉRIODE 5
Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée	<p>▫ <i>athlétisme : course longue</i></p> <p><i>courir longtemps en respectant un temps fixé par l'élève</i></p> <p><i>courir longtemps en parcourant une distance correspondant au niveau / âge de l'élève</i></p> <p>CROSS USEP</p>	<p>▫ <i>Lancer loin</i></p> <p>Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices pour aller plus loin.</p> <p>Combiner une course lancer pour faire la meilleure performance cumulée.</p>	<p>▫ <i>athlétisme : courses d'obstacles</i></p> <p><i>enchaîner course et franchissement d'obstacles sans ralentir</i></p>	<p>▫ <i>athlétisme : course de relais</i></p> <p>transmettre le témoin sans ralentir, en mouvement et à vitesse maximale</p>	
Adapter ses déplacements à des environnements variés					<p>▫ <i>course d'orientation</i></p> <p>construire et réaliser un itinéraire dans un milieu connu, inconnu</p> <p>Se déplacer seul le plus vite possible</p> <p>SORTIE USEP</p>
S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique					<p>▫ <i>danse, acrosport</i></p> <p>construire à plusieurs une phrase dansée pour exprimer corporellement des personnages, images, sentiments et pour communiquer des émotions</p> <p>SPECTACLE</p>

Conduire et maîtrisée un affrontement collectif ou interindividuel	▫ jeux collectifs traditionnels coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires en respectant des règles, en assurant des rôles différents	▫ jeux avec ballon : rugby coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires en respectant des règles, en assurant des rôles différents	▫ jeux avec ballon : basketball coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires en respectant des règles, en assurant des rôles différents	▫ jeux collectifs traditionnels coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires en respectant des règles, en assurant des rôles différents	▫ jeux de raquettes : badminton Réaliser des échanges, utiliser plusieurs types de renvoi, utiliser un envoi pour commencer l'échange, se placer pour pouvoir renvoyer
---	--	---	--	--	--