|  |  |
| --- | --- |
|  | **Agir, s'exprimer, comprendre à travers les activités physiques****\* Phrases-réussite pour le CSA \*** |
| Agir dans l’espace, dans la durée et sur les objets |
|  | X sait courir.  |
|  | X sait courir vite ou longtemps. |
|  | X sait courir dans un but précis. |
|  | X sait sauter. X sait sauter de différentes manières : à pieds joints, à cloche pieds, au-dessus d’un obstacle. |
|  | X sait sauter dans un but précis. |
|  | X saute sur le trampoline : à pieds joints, en tournant sur lui-même. X saute pour en descendre, saute et reste debout. |
|  | X sait lancer. X sait lancer de différentes manières : à deux mains, à une main, à bras cassé. |
|  | X sait lancer dans un but précis. |
| Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements et à des contraintes variées |
| *Utiliser des engins inhabituels en cherchant à réguler les déséquilibres que ceux- ci occasionnent.* |
|  | X ose faire les différents ateliers d’un parcours en respectant l’itinéraire proposé. |
|  | X chemine en équilibre sur une poutre : large, étroite (10 cm), posée au sol, surélevée (20 cm). |
|  | X ose s’engager sur la structure de la salle de motricité : par le mur d’escalade, par l’échelle large, par l’échelle étroite, par le plan incliné. |
|  | X ose s’engager d’une tourelle à l’autre : par un pont avec rambarde, par un pont suspendu (barreaux ou corde). |
|  | X ose descendre de la structure par : un toboggan bas (60 cm), haut (100 cm), par l’échelle (barreaux ou corde), par le mur d’escalade. |
| *Oser proposer, reproduire ou inventer des actions nouvelles, remettant en jeu les repères habituels.* |
|  | X ose reproduire une action nouvelle remettant en jeu ses repères habituels. |
|  | X sait se déplacer sur un parcours en rampant / en marchant / en roulant / en grimpant. |
|  | X invente des actions nouvelles sur un parcours : se balancer, tourner, rouler, sauter. |
|  | X sait enchaîner divers actions sur un parcours. |
| *Se risquer à des déséquilibres afin de réaliser des « acrobaties » et montrer à d’autres ses trouvailles, ses propres « exploits ».* |
|  | X ose descendre le toboggan : assis, sur le ventre tête en avant, sur le ventre pieds en avant, sur le dos tête en avant. |
|  | X ose sauter sur le trampoline en tournant sur lui-même, en alternant pieds- fesses, pieds- genoux. |
| *Anticiper, réaliser, montrer à d’autres un projet de parcours, constitué de l’enchaînement d’une courte séquence d’actions, se déroulant dans un espace orienté.* |
|  | X propose un atelier dans le parcours (ex : placer le trampoline à un endroit choisi). |
|  | X propose différentes actions sur un même atelier. |
|  | X propose un parcours à partir de photos. |
| *Utiliser des engins inhabituels en cherchant à réguler les déséquilibres que ceux- ci occasionnent.* |
|  | X utilise un tricycle en poussant avec ses pieds. X utilise une draisienne. |
|  | X utilise un tricycle comme une trottinette les pieds sur les cale-pieds. |
|  | X sait pousser d’un pied sur une trottinette. |
|  | X sait se déplacer en tricycle en pédalant. |
|  | X sait se déplacer en vélo avec les roulettes. |
|  | X sait se déplacer en vélo sans roulettes. |
| *Trouver des moyens efficaces d’actions et de propulsion pour se déplacer dans un espace aménagé.* |
|  | **planche à roulettes** |
|  | X se déplace sur le ventre ou assis sur la planche à roulettes.X ose se mettre debout sur la planche à roulettes.X pousse avec un pied pour avancer sur la planche à roulettes.X se déplace sur un parcours imposé : plots, piquets, espace légèrement incliné dans la cour. |
|  | **patins à roulettes** |
|  | X se met debout sur des patins à roulettes en se tenant.X ose se déplacer d’un appui à un autre à 1 m, 2 m, 5 m.X découvre le pas du patineur.X se déplace sur un parcours imposé : plots, piquets, espace légèrement incliné dans la cour.X prend confiance et se déplace de plus en plus rapidement sur un parcours chronométré. |
| *Prélever des indices dans un espace plus large ou inconnu, prendre en compte des moyens de guidage ou d’orientation pour anticiper et réaliser un projet d’actions.* |
|  | X reconnaît quelques panneaux de signalisation : stop, tourner à gauche, à droite, sens interdit. |
|  | X connaît la différence entre panneaux bleus et rouges. |
|  | X respecte la signalisation dans un parcours dans l’école. |
|  | X découvre la signalisation dans la rue. |
|  | X anticipe un itinéraire en respectant la signalisation pour se déplacer d’un endroit à un autre dans la cour, dans le village. |
| **Activités aquatiques** |
|  | X ose entrer dans l’eau. |
|  | X participe aux activités proposées dans l’eau. |
|  | X s’immerge totalement sous l’eau. |
|  | X sait maintenant ouvrir les yeux sous l’eau. |
|  | X se déplace dans l’eau sans toucher le fond. |
|  | X se déplace dans l’eau à l’aide des bras et des pieds. |
| **Patins à glace** |
|  | X tient debout sur les patins. |
|  | X se déplace sur la glace en se tenant à la rambarde.X se déplace maintenant sans se tenir. |
|  | X adopte maintenant le pas du patineur. |
|  | X sait freiner sur la glace. |
|  | X maîtrise ses déplacements et suit un parcours sur la glace. |
| Communiquer avec les autres au travers d’actions à visée expressive ou artistique |
|  | X accepte de participer à une ronde. |
|  | X sait coordonner ses gestes et ses déplacements avec ses camarades. |
|  | X sait inventer une courte chorégraphie avec ses camarades. |
|  | X participe à un projet collectif pouvant être porté au regard d'autres spectateurs, extérieurs au groupe classe. |
| Collaborer, coopérer, s’opposer |
| **Collaborer, coopérer : les jeux collectifs** |
|  | X participe à des jeux collectifs afin d’atteindre un but commun. |
|  | X sait qu’il ou elle appartient à une équipe donnée. |
|  | X peut exercer différents rôles dans une équipe : attaquant et défenseur. |
|  | X se repère dans un espace délimité afin de s’opposer aux camarades de l’équipe adverse. |
|  | X participe à des échanges pour mettre des stratégies en place au sein de son équipe. |
|  | X sait s’organiser avec ses camarades pour déplacer un objet volumineux. |
| **Jeu d’opposition : la lutte** |
|  | X accepte d’entrer en contact avec un camarade. |
|  | X sait s'opposer à un camarade afin de récupérer un objet qu’il détient. |
|  | X sait s’opposer à un camarade afin de l’empêcher de lui prendre un objet. |
|  | X ose attraper un camarade sur différentes parties du corps, sans lui faire mal, en fonction de l’action voulue. |
|  | X sait trouver des stratégies pour s’immobiliser afin d’empêcher un camarade de réaliser l’action voulue (retourner, amener au sol..). |
|  | X sait se déplacer de manière stratégique pour empêcher un camarade de réaliser son action (pousser, tirer hors du tapis). |