

RÉSUMÉ

**Agir, s'exprimer, comprendre à
travers les activités physiques
(cycle I)**

Parus au B.O. n°19 du 7 mai 2026

EPS

SE DÉPLACER

À aborder avant 4 ans	À partir de 4 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés	À partir de 5 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés
Manipuler, courir, sauter, lancer, s'orienter		
<ul style="list-style-type: none"> Manipuler et lancer des objets avec des intentions motrices différentes. Courir de manière variée et coordonnée. Sauter sans élan un obstacle. Se situer dans un espace proche et connu en utilisant des indices présents dans l'environnement. 	<ul style="list-style-type: none"> Lancer loin de manière coordonnée. Courir vite en ligne droite sur une distance ou une durée courte. Sauter sans élan plusieurs obstacles. Se situer dans un espace élargi et connu grâce à des indices prélevés dans l'environnement. 	<ul style="list-style-type: none"> Lancer loin et avec précision différents objets. Courir de plus en plus longtemps sans s'arrêter. Courir vite et franchir un obstacle sur une distance courte. Coordonner ses actions et ses déplacements pour lancer et pour sauter haut et loin. Se situer dans un milieu moins connu grâce à des indices prélevés dans l'environnement.

CONSTRUIRE DES ÉQUILIBRES

À aborder avant 4 ans	À partir de 4 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés	À partir de 5 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés
Tourner, se suspendre, se renverser, grimper, rouler, glisser, nager		
<ul style="list-style-type: none"> Développer de nouveaux équilibres par des modes de déplacement variés. Développer de nouveaux équilibres dans des environnements de pratiques inhabituels et sécurisés. 	<ul style="list-style-type: none"> Développer de nouveaux équilibres par des déplacements impliquant une perte de repères habituels. Comprendre l'intérêt des règles de sécurité dans des activités et environnements inhabituels. 	<ul style="list-style-type: none"> Construire de nouveaux équilibres par des déplacements impliquant une combinaison d'actions. Explorer le milieu aquatique et développer une nouvelle locomotion dans l'eau. Respecter les règles de sécurité pour soi et pour les autres.

S'EXPRIMER AVEC SON CORPS

À aborder avant 4 ans	À partir de 4 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés	À partir de 5 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés
Explorer, s'exprimer, danser, observer		
<ul style="list-style-type: none"> • Découvrir et explorer le mouvement comme vecteur d'expression. • Oser s'exprimer avec son corps seul et avec les autres en répondant à une consigne simple. • Observer pour produire et reproduire un ou plusieurs mouvements avec une intention d'expression. 	<ul style="list-style-type: none"> • Découvrir et explorer le geste dansé. • Découvrir l'espace scénique. • Développer une posture de spectateur et de spectatrice actifs. 	<ul style="list-style-type: none"> • Enrichir le geste dansé par de nouvelles coordinations motrices, issues également des arts du cirque. • Explorer l'ensemble de l'espace scénique en variant les inducteurs (objets, mondes sonores, modes de déplacements, etc.) pour créer des effets. • Danser, seul ou à plusieurs, en créant et en reproduisant un ou plusieurs gestes et déplacements. • Adopter une posture de spectateur et de spectatrice actifs.

COOPÉRER ET S'OPPOSER

À aborder avant 4 ans	À partir de 4 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés	À partir de 5 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés
Coopérer, s'opposer, respecter		
<ul style="list-style-type: none"> • Comprendre et s'approprier un rôle dans les formes de jeu les plus simples. • Explorer différents jeux moteurs vécus en interindividuel ou en collectif. • Éprouver le plaisir de jouer dans le respect des autres et des règles communes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Jouer en coopérant. • Jouer en exerçant des rôles différents : attaquant, attaquante et défenseur, défenseuse. • Coopérer dans le respect des autres et des règles communes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Élaborer le plaisir de coopérer et de s'opposer dans le respect des autres et des règles communes.