

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		
- 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.	- 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.	- 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		
- Développer de nouveaux équilibres par des modes de déplacement variés. - Développer de nouveaux équilibres dans des environnements de pratiques inhabituels et sécurisés.	- 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.	- 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		
- 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.	- Découvrir et explorer le geste dansé. - Découvrir l'espace scénique. - Développer une posture de spectateur et de spectatrice actifs.	- 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		
- 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.	- Jouer en coopérant. - Jouer en exerçant des rôles différents : attaquant, attaquante et défenseur, défenseuse. - Coopérer dans le respect des autres et des règles communes.	Élaborer le plaisir de coopérer et de s'opposer dans le respect des autres et des règles communes.