

PARCOURS DE FORMATION						
Construit en tenant compte du deux triptyque : judo –lutte, boxe française et danse apparaissant en rouge						Nombre d'heures
<i>Les 5 Domaines</i>	DOMAINE 1 Les langages pour penser et communiquer	DOMAINE 2 Les méthodes et outils pour apprendre	DOMAINE 3 La formation de la personne et du citoyen	DOMAINE 4 Les systèmes naturels et les systèmes techniques	DOMAINE 5 Les représentations du monde et l'activité humaine	
<i>Les 5 compétences travaillées</i>	Développer sa motricité et construire un langage du corps.	S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre.	Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités	Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière.	S'approprier une culture sportive et artistique.	

<i>Les 4 champs d'apprentissages</i>	Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée CA1	Adapter ses déplacements à des environnements variés. CA2	Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou individuel. CA4	S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique. CA3	
<i>PS</i>	Parcours de motricité Activité athlétiques	C.O Engins roulant Jeux d'équilibre	Jeux traditionnels avec ballon Jeux de lutte Jeux de touche	Expression corporelle Rondes et jeux dansés	
<i>MS</i>	Parcours de motricité Activité athlétiques	C.O Engins roulant Jeux d'équilibre	Jeux traditionnels avec ballon Jeux de lutte Jeux de touche	Expression corporelle Rondes et jeux dansés	
<i>GS</i>	Parcours de motricité Activité athlétiques	C.O Engins roulant Jeux d'équilibre	Jeux traditionnels avec ballon Jeux de lutte Jeux de touche	Expression corporelle Rondes et jeux dansés	
<i>CP</i>	Parcours motricité à visée athlétique		jeux traditionnels avec et sans ballons boxe éducative	expression corporelle Parcours gymnique	

CE1	Courses et lancers	C.O	Jeux traditionnels	Expression corporelle	
CE2	Courses longues et de vitesses		Jeu de lutte	Expression corporelle	
CM1	Combiné : Course de vitesse Lancer de balle ou de javelot Multibond		Jeux de balle Tennis de table	Expression corporelle	
CM2	Combiné : Course de vitesse Lancer de balle ou de javelot Multibond		Basket ball Football Tennis de table	Expression corporelle	

6 ^{ème} Cycle 3	Demi - fond Longueur 07x2h.	Demi-fond lancer poids 07*2h	Savoir nager 14*2h.		Hand Ball 07*2h. Ultimate 07*2h. Volley ball 07*2h.	Tennis de table 07*2h Lutte 07*2h.	Danse 07*2h.		140
5 ^{ème} Cycle 4	Demi-fond 10*2h.		C.O 10*2h.			Tennis de table 10*2h. Lutte 10*2h.	Danse avec élément de Gymnastique sportive 10*2H.		100
4 ^{ème} Cycle 4	Combiné Longueur- relai *2 10*2h.				Volley ball 10*2h Basket ball 10*2h	Boxe française 10*2h.	Acrosport Avec éléments de danse. 10*2h.		100

Durée effective cours de 1h50 = 1h35							
<u>À l'extérieur/piscine</u>							
Durée effective des cours de 1h50 = 1h10 en durée effective.							

		Nombre d'heures collège
	C.A 1	88
	C.A 2	48
	C.A 3	74
	C.A 4	230
	TOTAL:	440
	sur 35 semaines de cours	

