|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Les ressources à**  **développer et mobiliser**  **Les attendus de fin**  **de lycée** | **Des capacités** pour réaliser des actions efficaces, les coordonner, percevoir et interpréter des sensations, s’équilibrer, acquérir des techniques motrices | **Des connaissances** pour analyser, comprendre, identifier, donner du sens, concentrer son attention, mémoriser, argumenter, s’instruire sur le corps, l’effort, l’exercice physique et les activités physiques | **Des attitudes** pour s’engager dans des relations sociales de différentes natures sur la base de valeurs morales et civiques, apprendre à s’investir dans des rôles sociaux inhérents aux APSA et qui appartiennent à la culture scolaire et permettent le travail collaboratif et le co-apprentissage |
| **AFL1**: s’engager pour produire une performance maximale à l’aide de techniques efficaces, en gérant les efforts musculaires et respiratoires nécessaires et en faisant le meilleur compromis entre l’accroissement de vitesse d’exécution et de précision |  | | |
| **AFL2**: s’entrainer, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance |  | | |
| **AFL3**: choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire |  | | |

**CA1 : Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée**  **ENJEUX D’APPRENTISSAGE RETENUS**

**CA2 : Adapter son déplacement à des environnements variés ou incertains ENJEUX D’APPRENTISSAGE RETENUS**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Les ressources à**  **développer et mobiliser**  **Les attendus de fin**  **de lycée** | **Des capacités** pour réaliser des actions efficaces, les coordonner, percevoir et interpréter des sensations, s’équilibrer, acquérir des techniques motrices | **Des connaissances** pour analyser, comprendre, identifier, donner du sens, concentrer son attention, mémoriser, argumenter, s’instruire sur le corps, l’effort, l’exercice physique et les activités physiques | **Des attitudes** pour s’engager dans des relations sociales de différentes natures sur la base de valeurs morales et civiques, apprendre à s’investir dans des rôles sociaux inhérents aux APSA et qui appartiennent à la culture scolaire et permettent le travail collaboratif et le co-apprentissage |
| **AFL1**: S’engager à l’aide d’une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain |  | | |
| **AFL2**: S’entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficiente et en toute sécurité |  | | |
| **AFL3**: Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité |  | | |

**CA3 : Réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée ENJEUX D’APPRENTISSAGE RETENUS**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Les ressources à**  **développer et mobiliser**  **Les attendus de fin**  **de lycée** | **Des capacités** pour réaliser des actions efficaces, les coordonner, percevoir et interpréter des sensations, s’équilibrer, acquérir des techniques motrices | **Des connaissances** pour analyser, comprendre, identifier, donner du sens, concentrer son attention, mémoriser, argumenter, s’instruire sur le corps, l’effort, l’exercice physique et les activités physiques | **Des attitudes** pour s’engager dans des relations sociales de différentes natures sur la base de valeurs morales et civiques, apprendre à s’investir dans des rôles sociaux inhérents aux APSA et qui appartiennent à la culture scolaire et permettent le travail collaboratif et le co-apprentissage |
| **AFL1**: S’engager pour composer et réaliser un enchaînement à visée esthétique ou acrobatique destiné à être jugé, en combinant des formes corporelles codifiées |  | | |
| **AFL2** : S’engager pour composer et interpréter une chorégraphie collective selon un projet artistique en mobilisant une motricité expressive et des procédés de composition |  | | |
| **AFL3** : Se préparer et s’engager, individuellement et collectivement, pour s’exprimer devant un public et susciter des émotions |  | | |
| **AFL4** : Choisir et assumer des rôles au service de la prestation collective |  | | |

**CA4 : conduite et maitriser un affrontement collectif ou interindividuel pour gagner ENJEUX D’APPRENTISSAGE RETENUS**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Les ressources à**  **développer et mobiliser**  **Les attendus de fin**  **de lycée** | **Des capacités** pour réaliser des actions efficaces, les coordonner, percevoir et interpréter des sensations, s’équilibrer, acquérir des techniques motrices | **Des connaissances** pour analyser, comprendre, identifier, donner du sens, concentrer son attention, mémoriser, argumenter, s’instruire sur le corps, l’effort, l’exercice physique et les activités physiques | **Des attitudes** pour s’engager dans des relations sociales de différentes natures sur la base de valeurs morales et civiques, apprendre à s’investir dans des rôles sociaux inhérents aux APSA et qui appartiennent à la culture scolaire et permettent le travail collaboratif et le co-apprentissage |
| **AFL1**: S’engager pour gagner une rencontre en faisant des choix techniques et tactiques pertinents au regard de l’analyse du rapport de force |  | | |
| **AFL2**: Se préparer et s’entraîner, individuellement ou collectivement, pour conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel |  | | |
| **AFL3**: Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire |  | | |

**CA5 : réaliser et orienter son activité physique pour développer ses ressources et s’entretenir ENJEUX D’APPRENTISSAGE RETENUS**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Les ressources à**  **développer et mobiliser**  **Les attendus de fin**  **de lycée** | **Des capacités** pour réaliser des actions efficaces, les coordonner, percevoir et interpréter des sensations, s’équilibrer, acquérir des techniques motrices | **Des connaissances** pour analyser, comprendre, identifier, donner du sens, concentrer son attention, mémoriser, argumenter, s’instruire sur le corps, l’effort, l’exercice physique et les activités physiques | **Des attitudes** pour s’engager dans des relations sociales de différentes natures sur la base de valeurs morales et civiques, apprendre à s’investir dans des rôles sociaux inhérents aux APSA et qui appartiennent à la culture scolaire et permettent le travail collaboratif et le co-apprentissage |
| **AFL1**: S’engager pour obtenir les effets recherchés selon son projet personnel, en faisant des choix de paramètres d’entraînement cohérents avec le thème retenu |  | | |
| **AFL2**: S’entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s’entretenir en fonction des effets recherchés |  | | |
| **AFL3**: Coopérer pour faire progresser |  | | |