

| Synthèse AFC – C3C4<br>R2027-2028 – IPREPS Ac-Grenoble                                                                                                                     |                                                                                                                                 | 6 <sup>ème</sup> – 5 <sup>ème</sup>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 4 <sup>ème</sup> – 3 <sup>ème</sup>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CA                                                                                                                                                                         | Attendus de Fin de CLG                                                                                                          | Objectifs d'apprentissage                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Objectifs d'apprentissage                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>CA1</b><br><br>Produire une performance optimale mesurable                                                                                                              | Acquérir des habiletés techniques efficaces pour produire une performance                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Construire des appuis efficaces pour se déplacer de façon adaptée et être plus performant.</li> <li>• Construire des alignements corporels pour créer et transmettre des forces.</li> <li>• Coordonner ses actions pour assurer la continuité du déplacement.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adopter un rapport amplitude-fréquence optimal pour gagner en efficacité.</li> <li>• Maintenir des alignements corporels dans des situations de plus en plus exigeantes pour créer et transmettre des forces.</li> <li>• Coordonner des actions de plus en plus complexes pour gagner en efficacité.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                                            | Se préparer, répéter et réguler un effort pour produire une performance                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprendre et appliquer les différents principes et phases d'un échauffement.</li> <li>• Adapter son engagement au type d'effort demandé.</li> <li>• Identifier, associer et mémoriser des sensations liées à des actions ou à des types d'effort.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organiser une partie de sa préparation à l'effort à partir d'un cadre structurant.</li> <li>• Maintenir l'intensité des efforts et répéter pour progresser et produire une performance.</li> <li>• Mettre en relation des sensations et des indicateurs externes pour définir et réaliser un projet de performance.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                                                                                                                                                                            | S'approprier une culture sportive ouverte sur les sciences                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître et appliquer les règles relatives à la pratique, l'hygiène et la sécurité.</li> <li>• Recueillir et utiliser des informations pour comprendre et améliorer ses performances ou celles de ses camarades.</li> <li>• Connaître ses performances.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Intégrer la règle comme un élément qui permet d'agir dans un cadre sécurisé et équitable.</li> <li>• Comparer et mettre en relation des données pour identifier des principes d'efficacité et les justifier avec des connaissances scientifiques.</li> <li>• Situer des performances, les relativiser et les comparer à un barème ou à un record.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>CA2</b><br><br>S'engager en sécurité et adapter son déplacement aux caractéristiques d'un environnement inhabituel                                                      | Acquérir des techniques de progression adaptées pour s'engager dans un environnement inhabituel                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Construire des techniques simples de déplacement et appréhender de nouvelles sensations pour progresser dans un contexte de pratique facilitant.</li> <li>• Dans un contexte de pratique facilitant, reconnaître et sélectionner les caractéristiques principales de l'environnement favorisant le déplacement.</li> <li>• Reconnaître et réguler ses émotions en contexte de pratique sécurisé pour s'engager dans l'activité.</li> </ul>                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Construire des techniques permettant de se déplacer avec plus d'aisance et affiner ses sensations pour progresser dans un contexte de pratique plus exigeant.</li> <li>• Dans un contexte de pratique plus exigeant, reconnaître et sélectionner les opportunités offertes par l'environnement pour se déplacer avec plus d'aisance.</li> <li>• Accepter de s'aventurer et de relever de nouveaux défis pour vivre des émotions plus intenses.</li> </ul>                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                            | Conduire et réguler un itinéraire pour exploiter ses ressources et les opportunités offertes par l'environnement                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pour réaliser un itinéraire, prévoir et effectuer un déplacement en fonction du contexte de pratique et de ses ressources.</li> <li>• Ajuster son déplacement pour respecter les conditions de sécurité et assurer son retour.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pour réaliser un itinéraire dans un contexte de pratique plus exigeant, prévoir et effectuer un déplacement qui exploite ses ressources et les opportunités offertes par l'environnement.</li> <li>• Ajuster son déplacement pour l'améliorer et assurer son retour.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                                            | S'approprier une culture sportive ouverte sur une approche écoresponsable                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Acquérir des connaissances, des attitudes et des techniques pour évoluer collectivement en sécurité.</li> <li>• Agir de manière à limiter l'empreinte de son déplacement sur l'environnement.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• S'organiser collectivement pour adopter les attitudes et les techniques de sécurité les plus appropriées à chaque situation.</li> <li>• Contribuer collectivement à la préservation de l'environnement.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>CA3</b><br><br>Composer et réaliser une prestation corporelle destinée à être jugée ou appréciée                                                                        | Acquérir une motricité expressive et une motricité acrobatique pour produire un effet sur un public ou un juge                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stabiliser des actions et postures simples pour construire des formes corporelles inhabituelles et variées.</li> <li>• Oser (physiquement et émotionnellement) expérimenter des formes corporelles expressives et acrobatiques dans un contexte sécurisé et sécurisant.</li> <li>• Identifier et reconnaître des sensations associées à des postures ou des états de corps particuliers pour enrichir sa motricité.</li> </ul>                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Consolider des formes corporelles inhabituelles et variées en les combinant et en les enchaînant.</li> <li>• Réguler ses émotions et prendre des risques raisonnés pour enrichir et présenter sa composition artistique et acrobatique dans un contexte sécurisé et sécurisant.</li> <li>• Affiner la reconnaissance de ses sensations pour améliorer la qualité du mouvement.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                            | Imaginer et présenter une composition artistique et une composition acrobatique pour exprimer, communiquer et produire un effet | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Produire et reproduire, individuellement ou collectivement, une composition artistique et acrobatique structurée utilisant des procédés de composition simples.</li> <li>• Mémoriser une succession de formes corporelles simples dans l'espace et la reproduire, individuellement ou avec ses partenaires.</li> <li>• Choisir et présenter, parmi un code commun ou des mouvements explorés collectivement, des formes corporelles simples en adéquation avec ses ressources pour une pratique sécurisée.</li> <li>• Coopérer avec ses pairs en leur proposant une aide.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Produire, individuellement ou collectivement, une composition artistique et acrobatique structurée combinant des procédés et des exigences de composition.</li> <li>• Mémoriser une combinaison de formes corporelles variées dans l'espace et le temps et la présenter individuellement ou avec ses partenaires.</li> <li>• Choisir et présenter, des agencements de formes corporelles variées (codifiées ou non) et maîtrisées, en adéquation avec ses ressources et en cohérence avec son projet.</li> <li>• Coopérer et interagir avec ses pairs au service d'un projet partagé.</li> </ul> |
|                                                                                                                                                                            | S'approprier une culture sportive ouverte sur le monde des arts                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observer les prestations en s'appuyant sur des indicateurs simples et ciblés en étant attentif et respectueux pour en rendre compte.</li> <li>• Découvrir des courants artistiques et des performances gymniques acrobatiques pour développer sa culture.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observer les prestations en s'appuyant sur la combinaison de plusieurs indicateurs prédéfinis en étant attentif et respectueux pour échanger et donner des conseils.</li> <li>• Apprécier et s'inspirer d'extraits d'œuvres et des performances gymniques acrobatiques pour développer sa culture.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>CA4</b><br>C3-Conduire et maîtriser une confrontation collective ou interindividuelle pour coopérer et rechercher la victoire<br><br>C4- ...pour rechercher la victoire | Acquérir des habiletés technicotactiques pour prendre l'avantage dans le rapport de force                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lire et s'adapter à une trajectoire et à un déplacement de l'adversaire sous faible pression temporelle.</li> <li>• Se placer et se déplacer pour être en position favorable pour agir.</li> <li>• Réaliser des actions et les enchaîner pour concrétiser des intentions tactiques.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lire et s'adapter à des trajectoires et des déplacements variés de l'adversaire pour être en position favorable pour agir.</li> <li>• Se placer, se déplacer et se replacer pour être en position favorable pour agir.</li> <li>• Réaliser des enchaînements d'actions plus complexes pour concrétiser des intentions tactiques.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                            | Concevoir et mettre en œuvre des projets tactiques pour prendre l'avantage dans un rapport de force                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier et exploiter un point fort.</li> <li>• Identifier et exploiter les déséquilibres adverses pour rechercher une action décisive.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Optimiser l'exploitation de ses points forts.</li> <li>• Prendre l'avantage dans le rapport de force pour produire une action décisive.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                                            | S'approprier une culture sportive ouverte sur une citoyenneté en actes                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître, respecter et faire respecter les règles.</li> <li>• Coopérer au sein d'un collectif.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître, respecter et faire respecter les règles.</li> <li>• Coopérer tout en portant un regard critique sur le fonctionnement d'un collectif.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |