

		CYCLE 3 R27 CYCLE 4 R28	LYCEE VOIE GENERALE	VOIE PRO - CAP	BAC PRO
CA1	AFCLP1 et 2 ADN-Moteur	Acquérir des habiletés techniques efficaces pour produire une performance	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 la vitesse d'exécution et de précision.	Produire et répartir intentionnellement ses efforts en mobilisant ses ressources pour gagner ou pour battre un record Connaître et utiliser des techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible."	Produire et répartir lucidement ses efforts en mobilisant de façon optimale ses ressources pour gagner ou pour battre un record. Connaître et mobiliser les techniques efficaces pour produire la meilleure performance possible.
	AFCLP3 Outils-Méthode-Sav S'entraîner	Se préparer, répéter et réguler un effort pour produire une performance	S'entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance.	S'engager et persévérer, seul ou à plusieurs, dans des efforts répétés pour progresser dans une activité de performance.	Analyser sa performance pour adapter son projet et progresser.
	AFCLP4 Resp-Rôles Sociaux, culture	S'approprier une culture sportive ouverte sur les sciences	Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire.	S'impliquer dans des rôles sociaux pour assurer le bon déroulement d'une épreuve de production de performance.	Assumer des rôles sociaux pour organiser une épreuve de production de performance, un concours.
	AFCLP5 Construire Sa santé			Se préparer à un effort long ou intense pour être efficace dans la production d'une performance à une échéance donnée.	Assurer la prise en charge de sa préparation et de celle d'un groupe, de façon autonome pour produire la meilleure performance possible.
	AFCLP6 Regard critique/APSA Culturel			Identifier ses progrès et connaître sa meilleure performance réalisée pour la situer culturellement.	Connaître son niveau pour établir un projet de performance situées culturellement
CA2	AFCLP1 et 2 ADN-Moteur	Acquérir des techniques de progression adaptées pour s'engager dans un environnement inhabituel	S'engager à l'aide d'une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain.	Planifier et conduire un déplacement adapté à ses ressources pour effectuer le trajet prévu dans sa totalité ; le cas échéant, savoir renoncer. Utiliser des techniques efficaces pour adapter son déplacement aux caractéristiques du milieu.	Anticiper et planifier son itinéraire pour concevoir et conduire dans sa totalité un projet de déplacement. Mobiliser des techniques efficaces pour adapter et optimiser son déplacement aux caractéristiques du milieu.
	AFCLP3 Outils-Méthode-Sav S'entraîner	Conduire et réguler un itinéraire pour exploiter ses ressources et les opportunités offertes par l'environnement	S'entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficace et en toute sécurité.	Sélectionner des informations utiles pour planifier son itinéraire et l'adapter éventuellement en cours de déplacement.	Analyser sa prestation pour comprendre les alternatives possibles et ajuster son projet en fonction de ses ressources et de celles du milieu.
	AFCLP4 Resp-Rôles Sociaux	S'approprier une culture sportive ouverte sur une approche écoresponsable	Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité.	S'impliquer dans des rôles sociaux pour assurer le bon fonctionnement d'une activité de pleine nature.	Assumer les rôles sociaux pour organiser la pratique des activités de pleine nature.
	AFCLP5 Construire Sa santé			Contrôler ses émotions pour accepter de s'engager dans un environnement partiellement connu.	Se préparer et maintenir un engagement optimal permettant de garder sa lucidité tout au long de son parcours pour pouvoir réévaluer son itinéraire ou renoncer le cas échéant.
	AFCLP6 Regard critique/APSA Culturel			Se préparer, connaître les risques, respecter la réglementation et appliquer les procédures d'urgence à mettre en œuvre dans les différents environnements de pratique pour s'y engager en sécurité.	Respecter et faire respecter la réglementation et les procédures d'urgence pour les mettre en œuvre dans les différents environnements de pratique

		CYCLE 3 R27 CYCLE 4 R28	LYCEE VOIE GENERALE	VOIE PRO - CAP	BAC PRO
CA3	AFCLP1 et 2 ADN-Moteur	Acquérir une motricité expressive et une motricité acrobatique pour produire un effet sur un public ou un juge	S'engager pour composer et réaliser un enchaînement à visée esthétique ou acrobatique destiné à être jugé, en combinant des formes corporelles codifiées. S'engager pour composer et interpréter une chorégraphie collective selon un projet artistique en mobilisant une motricité expressive et des procédés de composition.	S'engager devant des spectateurs ou des juges pour produire ou reproduire des formes corporelles maîtrisées au service d'une intention. Utiliser des techniques efficaces pour enrichir sa motricité, la rendre plus originale, plus efficace au service de la prestation prévue.	Accomplir une prestation animée d'une intention dans la perspective d'être jugé et/ou apprécié. Mobiliser des techniques de plus en plus complexes pour rendre plus fluide la prestation et pour l'enrichir de formes corporelles variées et maîtrisées.
	AFCLP3 Outils-Méthode-Sav S'entraîner	Imaginer et présenter une composition artistique et une composition acrobatique pour exprimer, communiquer et produire un effet	Se préparer et s'engager, individuellement et collectivement, pour s'exprimer devant un public et susciter des émotions.	Prévoir et mémoriser le déroulement des temps forts et des temps faibles de sa prestation pour la réaliser dans son intégralité en restant concentré.	Composer et organiser dans le temps et l'espace le déroulement des moments forts et faibles de sa prestation pour se produire devant des spectateurs/juges
	AFCLP4 Resp-Rôles Sociaux	S'approprier une culture sportive ouverte sur le monde des arts	Choisir et assumer des rôles au service de la prestation collective.	Utiliser des critères explicites pour apprécier et/ou évaluer la prestation indépendamment de la personne.	Assumer les rôles inhérents à la pratique artistique et acrobatique notamment en exprimant et en écoutant des arguments sur la base de critères partagés, pour situer une prestation
	AFCLP5 Construire Sa santé			Se préparer pour présenter une prestation complète, maîtrisée et sécurisée à une échéance donnée.	Se préparer et s'engager pour présenter une prestation optimale et sécurisée à une échéance donnée.
	AFCLP6 Regard critique/APSA Culturel			S'enrichir d'éléments de culture liés à la pratique abordée pour éveiller une curiosité culturelle.	S'enrichir de la connaissance de productions de qualité issues du patrimoine culturel artistique et gymnique pour progresser dans sa propre pratique et aiguiser son regard de spectateur
CA4	AFCLP1 et 2 ADN-Moteur	Acquérir des habiletés technicotactiques pour prendre l'avantage dans le rapport de force	S'engager pour gagner une rencontre en faisant des choix techniques et tactiques pertinents au regard de l'analyse du rapport de force.	Identifier le déséquilibre adverse et en profiter pour produire rapidement l'action décisive choisie et marquer le point. Utiliser des techniques et des tactiques d'attaque adaptées pour favoriser des occasions de marquer et mobiliser des moyens de défense pour s'opposer.	Réaliser des choix tactiques et stratégiques pour faire basculer le rapport de force en sa faveur et marquer le point. Mobiliser des techniques d'attaque efficaces pour se créer et exploiter des occasions de marquer ; résister et neutraliser individuellement ou collectivement l'attaque adverse pour rééquilibrer le rapport de force.
	AFCLP3 Outils-Méthode-Sav S'entraîner	Concevoir et mettre en œuvre des projets tactiques pour prendre l'avantage dans un rapport de force	Se préparer et s'entraîner individuellement ou collectivement, pour conduire et maîtriser un affrontement collectif ou individuel.	Persévérer face à la difficulté et accepter la répétition pour améliorer son efficacité motrice	Analyser les forces et les faiblesses en présence par l'exploitation de données objectives pour faire des choix tactiques et stratégiques adaptés à une prochaine confrontation.
	AFCLP4 Resp-Rôles Sociaux	S'approprier une culture sportive ouverte sur une citoyenneté en actes	Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire	Terminer la rencontre et accepter la défaite ou la victoire dans le respect de l'adversaire ; intégrer les règles et s'impliquer dans les rôles sociaux pour permettre le bon déroulement du jeu.	Respecter et faire respecter les règles partagées pour que le jeu puisse se dérouler sereinement ; assumer plusieurs rôles sociaux pour permettre le bon déroulement du jeu
	AFCLP5 Construire Sa santé			Se préparer et systématiser sa préparation générale et spécifique pour être en pleine possession de ses moyens lors de la confrontation.	Savoir se préparer, s'entraîner et récupérer pour faire preuve d'autonomie.
	AFCLP6 Regard critique/APSA Culturel			Connaître les pratiques sportives dans la société contemporaine pour situer et comprendre le sens des pratiques scolaires.	Porter un regard critique sur les pratiques sportives pour comprendre le sens des pratiques scolaires

		LYCEE VOIE GENERALE	VOIE PRO - CAP	BAC PRO
CA5	AFCLP1 et 2 ADN-Moteur	S'engager pour obtenir les effets recherchés selon son projet personnel, en faisant des choix de paramètres d'entraînement cohérents avec le thème retenu.	Construire et stabiliser une motricité spécifique pour être efficace dans le suivi d'un thème d'entraînement en cohérence avec un mobile personnel de développement. Mettre en lien des ressentis avec une charge de travail pour réguler cette charge de manière autonome.	Concevoir et mettre en œuvre un projet d'entraînement pour répondre à un mobile personnel de développement. Éprouver différentes méthodes d'entraînement et en identifier les principes pour les réutiliser dans sa séance.
	AFCLP3 Outils-Méthode-Sav S'entraîner	S'entraîner, individuellement ou collectivement, pour développer ses ressources et s'entretenir en fonction des effets recherchés.	Mobiliser différentes méthodes d'entraînement, analyser ses ressentis pour fonder ses choix.	Systématiser un retour réflexif sur sa pratique pour réguler sa charge de travail en fonction d'indicateurs de l'effort (fréquence cardiaque, ressenti musculaire et respiratoire, fatigue générale).
	AFCLP4 Resp-Rôles Sociaux	Coopérer pour faire progresser.	Coopérer et assurer les rôles sociaux pour aider au progrès individuel dans des conditions de sécurité.	Agir avec et pour les autres en vue de la réalisation du projet d'entraînement en assurant spontanément les rôles sociaux.
	AFCLP5 Construire Sa santé		S'engager avec une intensité ciblée et persévérer dans l'effort pour envisager des progrès.	Construire une motricité contrôlée pour évoluer dans des conditions de sécurité.
	AFCLP6 Regard critique/APSA Culturel		Intégrer des conseils d'entraînement, de diététique, d'hygiène de vie pour se construire un mode de vie sain et une pratique raisonnée.	Intégrer des conseils d'entraînement, de diététique, d'hygiène de vie pour se construire un mode de vie sain et une pratique raisonnée.