

**PROGRESSION ANNUELLE EPS : CLASSE 3<sup>e</sup>**

PERIODE	COMPETENCES	LEÇONS	ACTIVITES	NOMBRE DE SEANCE
DU 09/09/2024 AU 08/11/2024	<b>C2</b> L'apprenant traite une situation de coordination motrice, de rythme et d'esthétique en réalisant des enchaînements	<b>PPG</b>  Produire des enchaînements à partir des éléments des 6 familles pour renforcer sa coordination motrice et l'amplitude de ses mouvements.	<b>GYMNASTIQUE AU SOL</b>  (Enchaînement A)	08
DU 11/11/2024 AU 20/12/2024	<b>C2</b> L'apprenant traite une situation de coordination motrice, de rythme et d'esthétique en réalisant des enchaînements	Produire des enchaînements à partir des éléments des 6 familles pour renforcer sa coordination motrice et l'amplitude de ses mouvements.	<b>GYMNASTIQUE AU SOL</b>  (Enchaînement B)	06
DU 06/01/2025 AU 07/02/2025	<b>C1</b> L'apprenant traite une situation liée au renforcement des possibilités psychomotrices et organiques en produisant différentes allures en fonction de la durée de l'effort et / ou de la distance à parcourir	Fournir un effort pour renforcer sa capacité de réaction	<b>COURSE DE VITESSE</b>	05
DU 17/02/2025 AU 28/03/2025	<b>C4</b> . l'apprenant exécute des enchaînements d'actions pour renforcer sa coordination motrice, sa détente, sa force de projection et cultiver en soi le goût de l'effort et le sens de la responsabilité.	Exécuter le lancer de profil à pas chassé pour renforcer sa force et sa vitesse de projection	<b>LANCER DE POIDS</b>	06
DU 31/03/2025 AU 16/05/2025	<b>C4</b> l'apprenant exécute des enchaînements d'actions pour renforcer sa coordination motrice, sa détente, sa force de projection et cultiver en soi le goût de l'effort et le sens de la responsabilité.	Exécuter le rouleau ventral ou le ciseau pour renforcer sa détente verticale en franchissant l'élastique à au moins 0,90 m pour les filles et à au moins 1,10 m pour les garçons.	<b>SAUT EN HAUTEUR</b>	06