

Compétence spécifique 1 : Réaliser une performance mesurée

Agir : Réaliser une action pour se mesurer, se comparer, se situer, se dépasser. Comprendre : *idée de connaissance de soi et engagement* communiquer : expliquer les conditions de la performance.

	CYCLE 1	CYCLE 2	CYCLE 3
Enjeu éducatif pour le cycle	<ul style="list-style-type: none"> développer et utiliser son RMB pour réaliser une performance Connaître le résultat de son action en terme de performance garder la mémoire du résultat 	<ul style="list-style-type: none"> réaliser une performance maximale stabilisée définir des manières de faire efficaces, reconnues, stabilisées faire pour battre son record 	<ul style="list-style-type: none"> réaliser au moins sa performance maximale stabilisée à une échéance donnée prévoir sa performance
Progrès identifiables	<ul style="list-style-type: none"> progrès par rapport aux résultats de son action quantité d'actions 	<ul style="list-style-type: none"> le progrès se fait en mettant en relation les manières de faire et le résultat de son action distinguer les rôles. qualité de l'action 	<ul style="list-style-type: none"> le progrès se fait par : <ul style="list-style-type: none"> - l'identification des ressources - le choix d'une voie de progrès prioritaire - l'entraînement - le contrôle du progrès qualité et quantité d'actions Valider la performance d'un autre
Connaissances	<ul style="list-style-type: none"> connaître le résultat de son action mettre en relation un dispositif et une action 	<ul style="list-style-type: none"> connaître et mettre en relation la manière de faire efficace et le résultat 	<ul style="list-style-type: none"> connaître ses ressources connaître les voies de progrès
Attitudes	<ul style="list-style-type: none"> être capable de s'engager dans la situation pour faire plus s'intéresser au résultat de son action participer à la mesure 	<ul style="list-style-type: none"> s'intéresser à la relation entre manière de faire et résultats de l'action s'organiser pour mesurer 	<ul style="list-style-type: none"> accepter de répéter pour s'entraîner choisir et s'entraîner dans une voie de progrès
Capacités	<ul style="list-style-type: none"> mettre en œuvre les actions motrices de bases isolées puis juxtaposées (courir, sauter, lancer) 	<ul style="list-style-type: none"> mettre en œuvre les actions du répertoire moteur de base juxtaposées puis combinées (courir puis sauter, courir en sautant) mettre en œuvre une manière de faire efficace 	<ul style="list-style-type: none"> coordonner des actions motrices efficaces (courir pour sauter loin)