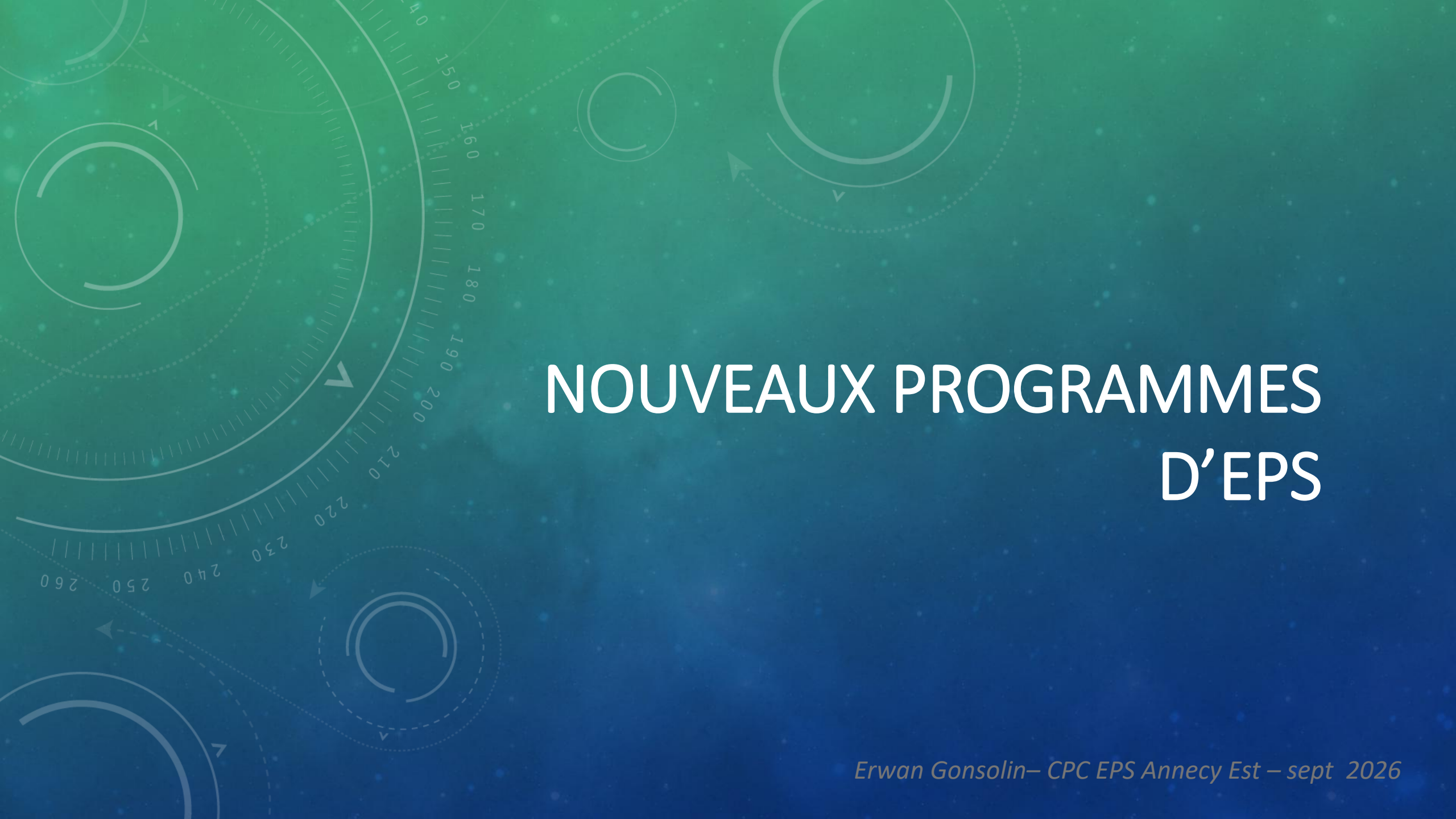




NOUVEAUX PROGRAMMES D'EPS

Erwan Gonsolin – CPC EPS Annecy Est – sept 2026

NOUVEAUX PROGRAMMES D'EPS ENTRÉES EN APPLICATION

Cycle 1

Le nouveau programme [pour « agir, s'exprimer, comprendre à travers les activités physiques »](#)

entre en application au cycle 1 à la **rentrée de l'année scolaire 2026-2027**.

Cycle 2

Le [nouveau programme d'éducation physique et sportive du cycle 2](#), paru au Bulletin officiel n° 22 du 28 mai 2026, entre progressivement en application :

- au CP à la rentrée 2026-2027 ;
- au CE1 et au CE2 à la rentrée de l'année scolaire 2027-2028.

[L'ancien programme de cycle 2](#) reste en vigueur pour l'année scolaire 2026-2027 pour les classes de CE1 et CE2.

Cycle 3

Le [nouveau programme d'éducation physique et sportive du cycle 3](#), paru au Bulletin officiel n° 22 du 28 mai 2026, entre progressivement en application :

- au CM1 à la rentrée 2026-2027 ;
- au CM2 et en 6e à la rentrée de l'année scolaire 2027-2028.

[L'ancien programme de cycle 3](#) reste en vigueur pour l'année scolaire 2026-2027 pour les classes de CM2 et 6e.

PRINCIPES REGARDS SUR LES PROGRAMMES

CYCLE 1 – « AGIR S'EXPRIMER COMPRENDRE A TRAVERS L'ACTIVITÉ PHYSIQUE »



Avant 6 ans

passer d'une motricité réflexe ➔ à une motricité structurée volontaire

grâce aux patrons moteurs de base :

marcher, courir, se déplacer, s'équilibrer, lancer, recevoir, nager, pédaler.

L'école va proposer des expériences motrices variées,
autour de différents axes :

**les locomotions et les déplacements,
les équilibres, les manipulations,
les projections et les réceptions**

Favoriser :

le plaisir d'agir, l'autonomie, l'épanouissement

tout en permettant à l'enfant de se préparer à des
activités plus complexes mais aussi, d'adultes en
devenir, à une meilleure condition physique.

CYCLE 1 – « AGIR S'EXPRIMER COMPRENDRE A TRAVERS L'ACTIVITÉ PHYSIQUE »



Définition d'une EPS au 1^{er} degré, selon une motricité globale et fondamentale préparatoire à une EPS au collège

Alignement sur les programmes de maternelle, 4 champs d'apprentissage :

« se déplacer »
« s'équilibrer »
« s'exprimer »
« coopérer et s'opposer ».

Une EPS du 1^{er} degré, qui s'adresse véritablement à des enseignants du 1^{er} degré, et qui se dissocie de l'enseignement du second degré,
tout en garantissant la continuité avec le collège.

Ce qui est conservé :

- les cinq objectifs de la discipline.
- l'importance de l'aisance aquatique, dans le parcours de formation des élèves,
- le lien avec les compétences du savoir nager en fin de cycle 3,
- la place et le rôle des associations ou fédérations du sport scolaire notamment.

Une logique interdisciplinaire.

Contribution de l'enseignement de l'EPS au regard des enjeux fondamentaux, des savoirs fondamentaux, mais également des *éducation à* et au parcours éducatif.

Le développement d'une éducation motrice globale et fondamentale, structurée à travers quatre domaines d'apprentissage et qui s'organise à travers plusieurs verbes d'action :

- « se déplacer »,
- « s'équilibrer »,
- « s'exprimer avec son corps »,
- « s'opposer et coopérer ».

Ces différents verbes d'action **permettent de développer des patrons moteurs au service du développement de l'aisance motrice** de nos élèves.

Dimension culturelle :

La référence aux activités physiques, sportives et artistiques est présente dans les préambules des programmes EPS des cycles 2 et 3.

Au sein de chaque domaine d'apprentissage, **des exemples d'APSA sont précisés.**

Les exemples de réussite proposent une illustration des objectifs en référence aux activités physiques, sportives et artistiques

DES PROGRAMMES POUR LES ENSEIGNANTS DU 1^{ER} DEGRÉ

Des programmes très détaillés pour savoir quels gestes moteurs sont attendus.
Continuité et progressivité dans le parcours de l'élève.
Référence aux APSA mobilisables

Une illustration en page suivante

Compétence : Se déplacer pour agir dans l'espace et sur une durée

Champ d'apprentissage : Se déplacer

Domaine : Manipuler, courir, sauter, lancer, s'orienter

Sous domaine : **Se déplacer pour sauter le plus haut ou le plus loin possible**

Exemples d'APSA mobilisables pour ce domaine d'apprentissage :
activités athlétiques aménagées et parcours d'orientation.

Se déplacer pour sauter le plus haut ou le plus loin possible

NIVEAUX	Objectifs	Exemples de réussite
avt 4 ans	Sauter sans élan un obstacle.	Sauter sans élan un obstacle horizontal matérialisé par une latte (une rivière).
à partir de 4 ans	Sauter sans élan plusieurs obstacles.	Enchaîner des sauts sur un pied, sur deux pieds dans des cerceaux, au-dessus 'obstacles verticaux ou franchir plusieurs obstacles horizontaux (tapis, cordelettes, lattes, plots, etc.).
à partir de 5 ans	Coordonner ses actions et se déplacer pour sauter haut et loin.	- Courir vite et franchir une rivière matérialisée avec des lattes sans ralentir. - Courir puis sauter haut ou loin après une impulsion sur un pied pour franchir un obstacle et se réceptionner sur deux pieds.
CP	Varier les impulsions pour sauter loin et haut.	- L'élève saute vers l'avant et sans élan pour franchir un obstacle horizontal en variant les impulsions (pieds joints, un pied, puis l'autre). - Il saute sans élan au-dessus d'un fil ou d'un tapis en variant les impulsions (pieds joints, un pied, puis l'autre). - Il saute pour atteindre des zones de plus en plus hautes ou de plus en plus éloignées (fil, tapis, plots, etc.) de la zone d'impulsion.
CE1	Construire une impulsion avec un pied d'appel pour sauter loin et haut.	- L'élève réalise des foulées bondissantes vers l'avant. - Il effectue une succession de bonds vers le haut. - Il identifie le pied avec lequel il préfère sauter (pied d'appel).
CE2		- L'élève identifie son pied d'appel préférentiel en comparant les distances atteintes ou les hauteurs franchies après chaque saut. - Il effectue des sauts exclusivement avec son pied d'appel. - Il mobilise ses bras pour sauter plus loin ou plus haut.
CM1	Construire une course d'élan réduite et une impulsion sur le pied d'appel pour sauter loin ou haut.	L'élève saute pour atteindre des zones de plus en plus éloignées ou de plus en plus hautes après une course d'élan de deux foulées suivies d'une impulsion avec son pied d'appel. Dans une course d'élan de deux foulées : - il place son pied d'appel devant, avant de s'élancer ; - il déclenche l'impulsion par le pied d'appel ; - il déclenche le saut avec son pied d'appel, dans une zone définie.
CM2		L'élève saute pour atteindre des zones de plus en plus éloignées ou de plus en plus hautes après une course d'élan de quatre foulées et une impulsion avec le pied d'appel. Dans une course d'élan de quatre foulées : - il place son pied 'appel devant, avant de s'élancer ; - il déclenche l'impulsion par le pied d'appel ; - il court et saute sans ralentir avant 'impulsion, dans une zone définie. Pour sauter haut, il expérimente l'élan dans l'axe ou de côté par rapport au tapis de réception.

RYTHMES D'APPRENTISSAGE

En maternelle

L'éducation physique est **quotidienne**,
d'une **durée effective de trente à quarante-cinq minutes**.

Disposer d'un temps suffisant pour permettre
la construction de nouvelles habiletés motrices.

Si le nombre de séances pour une même activité est adapté au
contexte,
six à huit séances représentent toutefois un nombre minimum.

En cycle 2 et 3

**La répartition des 108 heures d'EPS annuelle doit être
soigneusement réfléchie**

La répétition joue un rôle prépondérant dans l'acquisition
progressive des compétences motrices et contribue au
développement de la confiance en soi.

La pratique régulière voire quotidienne de l'EPS est une
condition de la réussite de l'élève et du développement des
habitudes positives de vie.

Cycle 2 :

Faire évoluer la durée des séances entre
le CP et le CE2 au regard de l'évolution
des possibilités physiques et cognitives
des élèves.

Exemples : de 45' à 1h20
(déplacements compris)

Cycle 3 :

Des modules d'apprentissage **d'au moins 6
ou 7 séances**
pour assurer un apprentissage
d'au moins 10h.

Séances jusqu'à 1h30

1 à 2 cycles d'apprentissage par champ
d'apprentissage et par an.

3 champs d'apprentissage sur 4 à minima

EN COMPLÉMENTARITÉ DE L'EPS

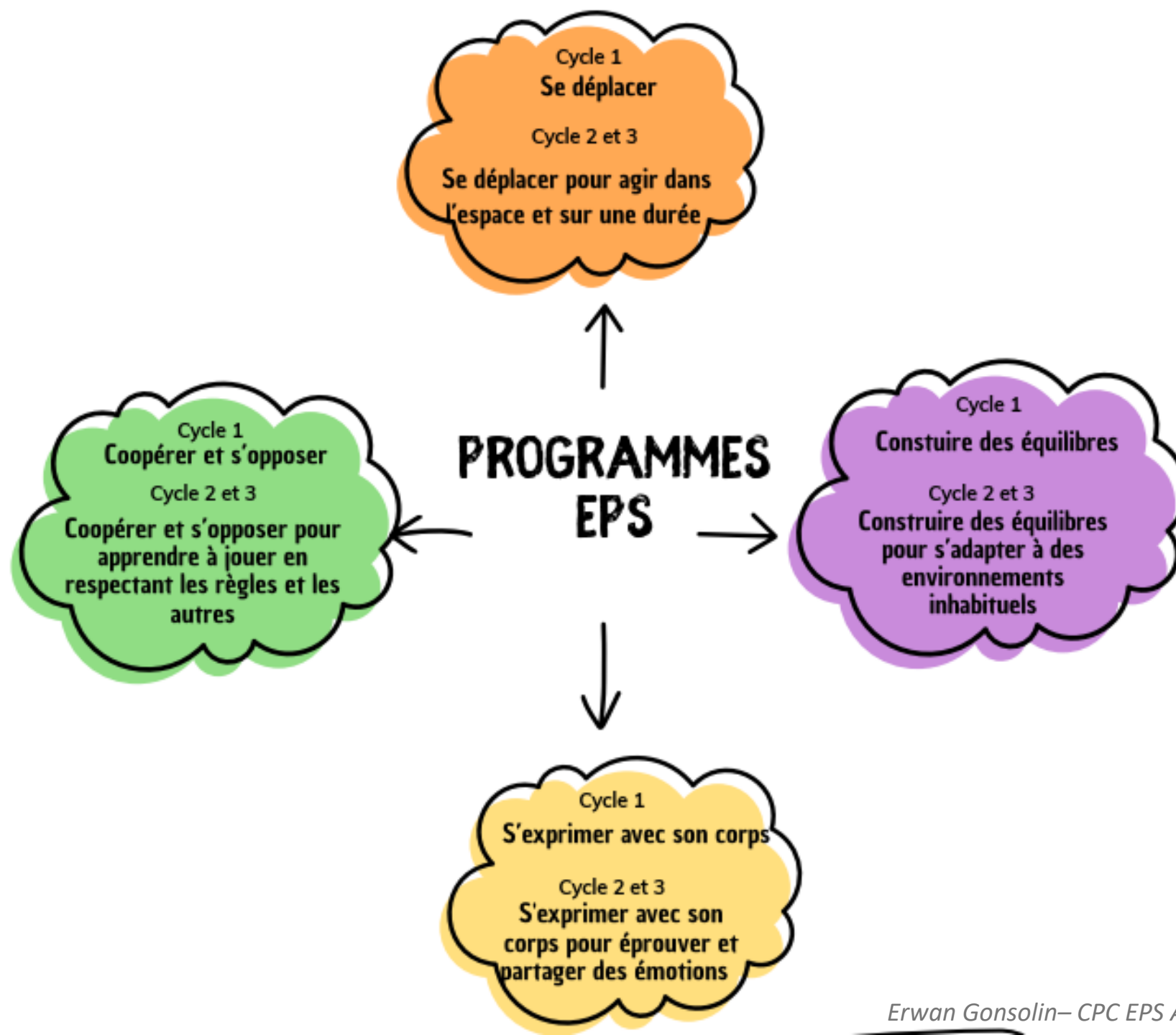
USEP

La participation aux activités proposées par les fédérations sportives scolaires offre une occasion supplémentaire de prolonger sa pratique, de vivre de nouvelles expériences, de prendre des initiatives et d'assumer des responsabilités dans un cadre associatif.

30' d'APQ aux cycles 2 et 3

Sans se substituer à l'EPS, les activités physiques quotidiennes supplémentaires s'articulent avec les objectifs généraux de santé et de bien-être des élèves

CARTE MENTALE DES NOUVEAUX PROGRAMMES D'EPS



Tourner, se suspendre, se
renverser, grimper, rouler, glisser,
nager

Se déplacer le plus vite ou le plus longtemps
Se déplacer pour sauter le plus haut ou le plus
Se déplacer pour lancer le plus loin possible
Se déplacer pour s'orienter dans l'espace
Recueillir et apprécier des résultats

Cycle 1
Se déplacer

Cycle 2 et 3

**Se déplacer pour agir dans
l'espace et sur une durée**

Cycle 1
Construire des équilibres

Cycle 2 et 3
**Construire des équilibres
pour s'adapter à des
environnements
inhabituels**

Manipuler, courir, sauter, lancer,
s'orienter

Construire des équilibres dans des environnements terrestres
Construire des équilibres avec un moyen de locomotion
Construire des équilibres dans un environnement aquatique
Agir en toute sécurité

Cycle 1

S'exprimer avec son corps

Cycle 2 et 3

**S'exprimer avec son
corps pour éprouver et
partager des émotions**

Explorer, s'exprimer, danser,
observer

Développer une motricité à visée artistique
Créer des enchainements simples et
mémorisés
Éprouver et exprimer des émotions

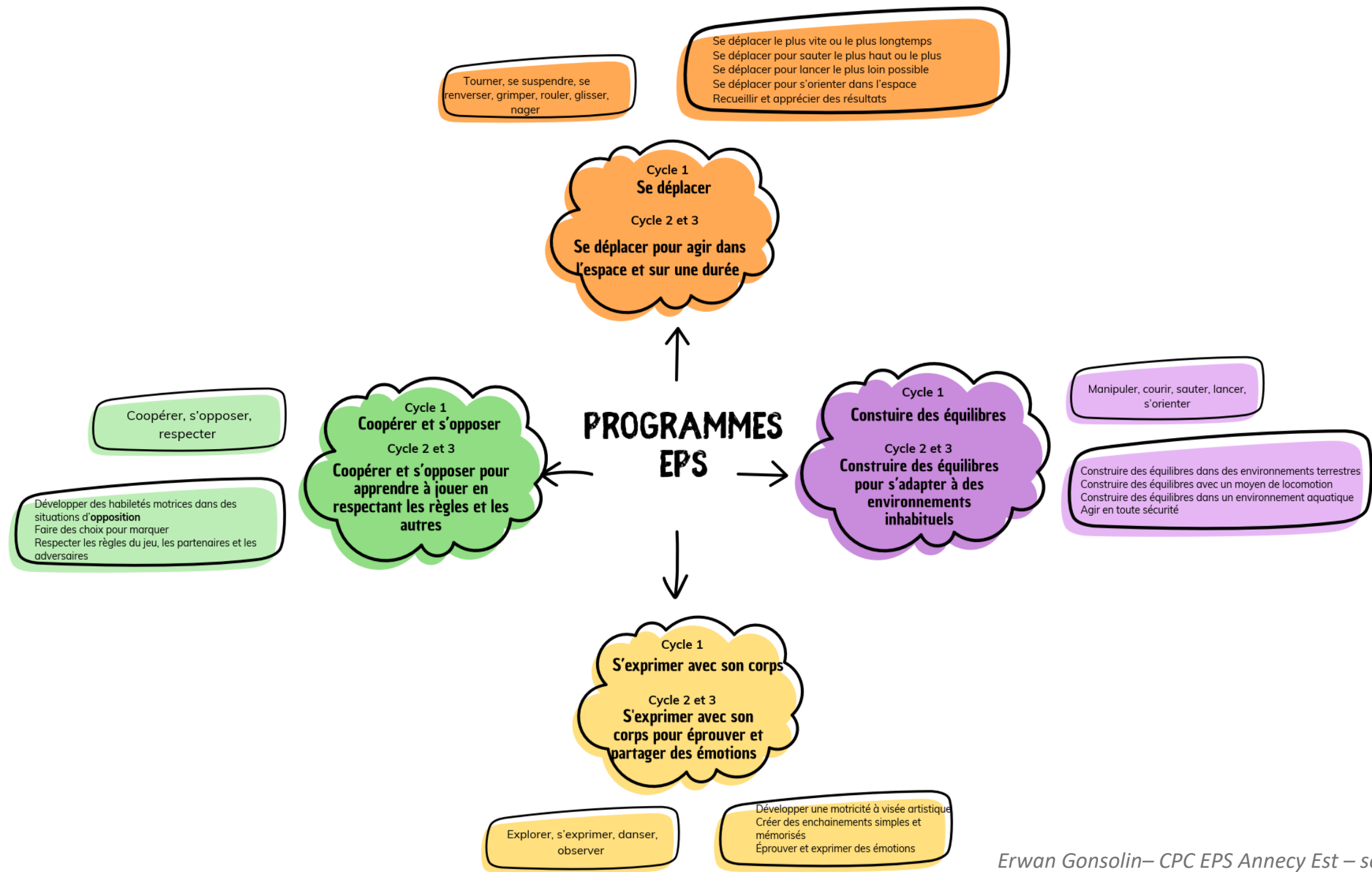
Coopérer, s'opposer,
respecter

Développer des habiletés matrices dans des
situations d'opposition
Faire des choix pour marquer
Respecter les règles du jeu, les partenaires et les
adversaires

Cycle 1
Coopérer et s'opposer

Cycle 2 et 3

**Coopérer et s'opposer pour
apprendre à jouer en
respectant les règles et les
autres**



The background is a gradient of green and blue, with a subtle pattern of small white dots. Overlaid on the left side are several circular and semi-circular patterns in white and light blue. These include concentric circles, arcs, and dashed lines, some with arrows indicating a clockwise direction. A large, prominent circular scale is visible on the left, with numerical markings from 140 to 260 in increments of 10. The word 'FIN' is written in a large, white, sans-serif font on the right side of the image.

FIN