

Vocabulaire utilisé en EPS

Annexe 3 Vocabulaire utilisé en EPS

Utilisé en 6°	Utilisé en 5°	Utilisé en 4°	Utilisé en 3°
En général		Vitesse-haies	
Muscles, articulations, nuque, épaules, coudes, poignets, phalanges, bassin, genoux, chevilles, quadriceps, ischios –jambiers, jumeaux, adducteurs, talons fesses, montées de genou, pas chassés, pas croisés, pointes de pieds, dérouler le pied, fréquence cardiaque, ventilation, boire, efforts, plot, bandes plastiques, échauffement, entraînement, étirement, récupération, étendre, fléchir, extension, flexion		Intervalle inter-haie, impulsion, réception, fréquence, amplitude, latte	
Multi-bond		VTT	
Impulsion, réception, course d'élan, saut, planche	Cadre, selle, pignon, plateau, dérailleur, guidon, patins, rayons, valve du pneu, chaîne, braquet		
Lutte		Kayak	
Saisie, contrôle, tombé, immobiliser, omoplate, pousser, tirer, surpassé, à genou, accroupi, à quatre pattes, rouler	Acrosport		
Cirque		Porteur, voltigeur, appui, renversement, point d'équilibre, duo, trio, quatuor, chorégraphie, éléments de liaison, antéversion, rétroversion, dos creux, dos rond, principes de sécurité, figures statiques	
Actions : lancer, rattraper, bloquer, faire rouler, tourner autour, rebondir Objets : balles, foulards, anneaux, diablo, assiettes chinoises, massues, rouleau américain (ou <i>rolla bolla</i>), pédalier Disciplines : jonglerie, acrobatie, équilibre, expression Juge, thème, espace, passing, originalité, entrée, sortie, unisson, canon	Volley		
Natation		Filet, doigt, passe haute, manchette, de face, réception, espace libre, poteaux, impulsion, réception, échange	
S'allonger sur le dos, sur le ventre, frite, pull boy, planche, ligne d'eau, sens de la file, bord du bassin, bonnet de bain, poussée d'Archimède, plonger, sauter, tapis, inspirer, expirer, hyper-extension, rétropédalage, plot de départ, plongeon en canard	Acrosport		
Course de durée		Badminton	
Vitesse de travail utile, expiration, inspiration, foulée, pouls, aérobic, intermittent, récupération, travail	Dégagé haut, service, volant, raquette, tournoi, poule, filet, de profil, smash, amorti, récupération		
Handball		Cirque	
Tir, but, zone, ballon, passe, défendre, attaquer, écarter le jeu, engagement, sortie, reprise de dribble, dribbler, marché, possession de balle, perte de balle, sifflet, arbitrer, appuis, fixer, soutien, appui, défense individuelle, défense de zone	Monocycle, imaginaire, univers choisi		
Badminton		Volley	
Dégagé bas, reprise d'appui, position d'attente		Contre, passeur	
Volley		Natation	
Coups de bras, poussée		Acrosport	
Acrosport		Figures dynamiques	