

# PROGRAMMATION DES APSA

<b>Compétences Propres à l'EPS</b>	6 <sup>ème</sup>	5 <sup>ème</sup>	4 <sup>ème</sup>	3 <sup>ème</sup>	<b>Groupes D'activités</b>
	Cycle d'adaptation	Cycle central	Cycle central	Cycle d'orientation	
<b>Réaliser une performance motrice maximale Mesurable a une échéance donnée.</b>	<b>Demi-fond 1</b>  <b>Heptathlon</b> <i>(vitesse, haies, vortex, longueur, triple saut, hauteur, 1000m).</i>	<b>Vitesse/relais1</b>  <b>Heptathlon</b> <i>(vitesse, haies, vortex, longueur, triple saut, hauteur, 1000m).</i>	<b>Demi-fond 2</b>  <b>Heptathlon</b> <i>(vitesse, haies, vortex, longueur, triple saut, hauteur, 1000m).</i>	<b>Vitesse/relais2</b>  <b>Heptathlon</b> <i>(vitesse, haies, vortex, longueur, triple saut, hauteur, 1000m).</i>	<b>Les activités athlétiques</b>
	<b>Savoir Nager</b>				<b>Les activités aquatiques</b>
<b>Adapter ses déplacements à des environnements variés, inhabituels, incertains.</b>	<b>Escalade 1</b> <b>Course d'orientation</b>	<b>Ski alpin</b>	<b>Escalade 2</b>		<b>Les activités physiques de pleine nature ou en reproduisant les conditions.</b>
<b>Réaliser une prestation Corporelle à visée artistique ou acrobatique.</b>	<b>Gymnastique sportive 1</b>	<b>Gymnastique sportive 2</b>	<b>Acrosport1</b>	<b>Acrosport /arts du cirque</b>	<b>Les activités gymniques</b>
	<b>Danse.</b>	<b>Arts du Cirque 1.</b>			<b>Les activités physiques artistiques.</b>
<b>Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif.</b>	<b>Rugby 1</b>	<b>Handball /basket</b>	<b>Volley-ball 1</b>	<b>Handball 2</b> <b>Volley-ball 2</b>	<b>Les activités de coopération et d'opposition : les sports collectifs</b>
	<b>Tennis de table 1</b>	<b>Badminton 1</b>	<b>Tennis de table 2</b>	<b>Badminton 2</b>	<b>Les activités d'opposition duelle : les sports de raquette.</b>
	<b>Boxe française 1</b>		<b>Boxe française 2</b>		<b>Les activités physiques de combat</b>