

PROGRAMMATION ANNUELLE AU LYCÉE SJE



Sainte Jeanne-Elisabeth

Compétences propres à l'EPS	Groupes d'activités	APSA Lien avec les fiches ressources	Niveau de compétence attendu par niveau de classe		
			2nd	1ère	Term
Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée	Athlétiques	Demi-fond <u>N3</u> <u>N4</u>	N3	Vers N4	N4
Se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains	Aquatiques	Natation de sauvetage N3		N3	
Réaliser une prestation corporelle à visée artistique ou acrobatique	Gymniques	Acrosport <u>N3</u> <u>N4</u>	N3	vers N4	N4
Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif	Coopération et opposition : Sports collectifs	Volley <u>N3</u> <u>N4</u>	N3	vers N4	N4
		Basket <u>N3</u> <u>N4</u>	N3	N3	N4
	Opposition duelle : combat	Boxe Française	N3		
Réaliser et orienter son activité physique en vue de l'entretien de soi	Préparation physique et entretien	Step <u>N3</u> <u>N4</u>	N3	vers N4	N4
		Course en durée N3 <u>N4</u>	N3	Vers N4	N4

Rappel: en 2nd, les élèves choisissent un Menu rappelé ci dessous. Ainsi le suivi des apprentissages est assuré

	Menu 1	Menu 2	Menu 3	Menu 4
2nd	3x350 Step Tennis de table + Boxe Française	Step Volley-ball 3x500 + Boxe Française	Acrosport Volley-ball Course en durée + Boxe Française	Acrosport Basket-ball Course en durée + Boxe Française
1ère	3x350 Step Tennis de table + Natation Sauvetage	Step Volley-ball 3x500 + Acrosport	Acrosport Volley-ball Course en durée + Natation Sauvetage	Acrosport Basket-ball Course en durée + Step
Te	3x350 Step Tennis de table	Step Volley-ball 3x500	Acrosport Volley-ball Course en durée	Acrosport Basket-ball Step

