

PROGRAMMATION DES APSA AU LYCÉE À MASSILLON

COMPÉTENCES PROPRES À L'EPS		CP1		CP2	CP3	CP4		CP5
		Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée		Se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains	Réaliser une prestation corporelle à visée artistique ou acrobatique	Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif		Réaliser et orienter son activité physique en vue du développement et de l'entretien de soi
GROUPE D'APSA		NATATION SPORTIVE	ATHLÉTIQUES	APPN	GYMNIQUES	SPORTS COLLECTIFS	SPORTS DE RAQUETTE	ASDEP
2^{nde}			3 x 500m (N3)	Natation Sauvetage (N3)	Gymnastique (N3)	Multi (N3)	Tennis de table (N3)	Course en durée (N3)
1^{ère} Tale	MENU 1		3 x 500m (N4)	Escalade (N4)		Basket-Ball (N3)		
	MENU 2	3 x 50m (N4)			Gymnastique (N4)	Basket-Ball (N4)		
	MENU 3		3 x 500m (N4)			Football (N4)		Course en durée (N4)
	MENU 4		Relais-Vitesse (N4)		Acrosport (N4)		Tennis de Table (N4)	
	MENU 5			Natation Sauvetage (N4)			Tennis de Table (N4)	Musculation (N4)