

PROGRAMMATION 2015/2016

Compétences propres à l'EPS	Groupes d'activités	Activités nationales / académiques / d'établissement	6ème	5ème	4ème	3ème	
CMS 4 = se connaître, se préparer, se préserver.		Préparation physique					
Réaliser une performance mesurée à une échéance donnée	Les activités athlétiques	Demi-fond					
		Haies					
		Hauteur					
		Javelot					
		Penta bond					
		Relais vitesse					
	Multi lancers						
	Les activités de natation sportive	Natation longue					
		Natation de vitesse					
		Sauvetage Aquatique					
Adapter ses déplacements à des environnements variés, inhabituels ...	Les activités physiques de pleine nature ou en reproduisant les conditions	Canoë Kayak					
		Course d'orientation					
		Escalade					
		Voile					
Réaliser des actions à visées artistiques et/ou acrobatiques	Les activités gymniques	Aérobic					
		Acrosport					

		Gymnastique sportive				
	les activités physiques artistiques	Arts du cirque				
		Danse				
Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif	Les activités de coopération et d'opposition : les sports collectifs	Basket				
		Football				
		Handball				
		Rugby				
		Volley-ball				
		Ultimate				
	Les activités d'opposition duelle : les sports de raquette	Badminton				
		Tennis de Table				
	les activités physiques de combat	Boxe française				
		lutte				
		Judo				