

## Le projet prévisionnel

Module	Groupe D'APS	APS Support	Niveau Scolaire
Adaptation des réponses motrices en fonction des changements des situations.	Athlétisme	C V	2 <sup>ème</sup> AC
Objectif Terminal d'intégration	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'élève de la 2<sup>ème</sup> année doit pouvoir ajuster l'énergie physique et la maîtriser et fournir l'effort et l'orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisés, et s'accoutumer à commander et à être commandé pour réaliser différents rôles</li> </ul>		
Objectif Terminal du cycle	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sur une piste de course de vitesse arriver à courir une distance de 60m dans un minimum de temps à partir d'un départ réglementaire en respectant les 3 commandements.</li> </ul>		
Compétence (s) visée (s)	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'élève de la 2<sup>ème</sup> année doit pouvoir organiser les mouvements du corps et adapter les efforts pour consolider les habiletés et améliorer un niveau de performance.</li> </ul>		
Séances	Objectifs des séances		
01(TO)	prélever les informations et les performances initiales des élèves..		
02	être capable sur une distance de 20 m d'opter pour la position la plus adéquate pour faire un bon départ et de réagir au bon moment aux différents types de signaux de départ.		
03	être capable de courir tous droit de plus en plus vite.		
04	être capable sur une piste de course de 60m de maintenir sa vitesse, rapport (fréquence, amplitude).		
05	être capable de créer une vitesse à partir d'une course progressivement accélérée sans essoufflement de départ à l'arrivée en couloir et dans l'axe sur une piste de 60 m.		
06	Etre capable de créer une vitesse maximale en couloir et dans l'axe et la conserver jusqu'à l'arrivée.		
07	L'élève être capable de passer la ligne d'arrivée en pleine vitesse sans ralentir.		
08(TB)	évaluer la technique et la performance des élèves en 60m.		