

Module d'enseignement :		Famille d'APS	APS support	Niveau scolaire	Matériel
1- Prise d'initiative et pratique physique et sportive responsable.		Sport individuel	Saut en hauteur	2 ^{ème} bac	3 tapis de chute + 2 élastiques + 4 supports + marqueurs + plots
Objectif terminal d'intégration	L'élève de la 2ème année bac doit pouvoir analyser différentes situations et interactions motrices et s'intégrer volontairement dans la planification et la réalisation de projets individuels et collectifs.				
Compétence visée	L'ouverture sur des activités physiques et sportives non pratiquées au sein de l'établissement.				
Acquisitions attendues	Connaissances procédurales		Connaissances cognitives		Connaissances comportementales
	<ul style="list-style-type: none">Exécution.Maîtrise des savoirs et des savoirs faire : course d'élan – impulsion – pied d'appel – franchissement – réception...		<ul style="list-style-type: none">Terminologie spécifique à l'activité saut en hauteur.		<ul style="list-style-type: none">AssiduitéEngagement dans l'APSOrganisation (matériel)Organisation au sein du groupe classe.
Objectif de cycle	Enchaîner une course d'élan curviligne et progressivement accélérée avec une impulsion efficace afin de franchir l'élastique en fosbury et se réceptionner correctement sur le tapis de chute.				

SEANCES	OBJECTIFS
1	<u>Test diagnostique</u> : Déterminer le niveau de départ (qualitatif et quantitatif) des élèves dans l'activité saut en hauteur.
Séquence 1	Franchissement dorsale de l'obstacle et réception correcte sur le tapis de chute.
2	Vaincre la peur et l'<u>appréhension du franchissement dorsale</u> de l'élastique.
3	Arriver à réussir une correcte <u>esquive</u> permettant le bon franchissement de l'élastique.
4	<u>Cours théorique</u> : Enrichir le coté cognitif des élèves par des connaissances spécifiques à l'activité saut en hauteur.
Séquence 2	Enchaîner une course d'élan correcte avec une impulsion pied d'appel pour franchir l'élastique.
5	Déterminer le <u>pied d'appel</u> et intérioriser un rythme permettant la <u>liaison course d'élan-impulsion</u>.
6	Créer une <u>rotation latérale du corps</u> en suspension après une impulsion verticale.
7	Réaliser une course d'élan curviligne et sauter <u>le plus haut possible</u> après une impulsion pied d'appel.
8	Enchaîner une course d'élan correcte avec une impulsion pied d'appel pour sauter le plus haut possible.
9	Franchir l'élastique correctement en fosbury après une bonne liaison course d'appel -impulsion.
10	<u>Test bilan</u> : Déterminer et évaluer le degré d'évolution et d'apprentissage des élèves dans l'activité saut en hauteur.