

Scheme of Work - Progression

PE / EPS

Year 11 / 2nde

	Période 1	Période 2	Période 3	Période 4
Y11 / 2nde 1	Acrosport	Athlétisme	Ultimate	Football
Y11 / 2nde 2	Athlétisme	Football	Acrosport	Ultimate

ACROSPORT	- S'engager pour composer et réaliser un enchaînement à visée acrobatique destiné à être jugé, en combinant des formes corporelles codifiées. - S'engager pour composer et interpréter une chorégraphie collective selon un projet artistique en mobilisant une motricité expressive et des procédés de composition. - Se préparer et s'engager, individuellement et collectivement, pour s'exprimer devant un public et susciter des émotions. - Choisir et assumer des rôles au service de la prestation collective.
------------------	---

ATHLETISME	- S'engager pour produire une performance maximale à l'aide de techniques efficaces, en gérant les efforts musculaires et respiratoires nécessaires et en faisant le meilleur compromis entre l'accroissement de vitesse d'exécution et de précision. - S'entraîner, individuellement et collectivement, pour réaliser une performance. - Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire.
-------------------	--

Ultimate	- Réaliser des actions techniques d'attaque et de défense en relation avec son projet et ses choix tactiques ; - identifier les forces et faiblesses de son adversaire pour définir, mettre en œuvre et réguler un projet tactique ; - utiliser différents supports d'observation et d'analyse pour apprécier des prestations et l'état du rapport de force entre deux équipes ou deux adversaires ; - accepter la défaite, gagner avec humilité ; - assurer différents rôles (partenaire, adversaire, arbitre, coach, observateur) ; - connaître, respecter et faire respecter les règles.
-----------------	--

Football	- S'engager pour gagner une rencontre en faisant des choix techniques et tactiques pertinents au regard de l'analyse du rapport de force. - Se préparer et s'entraîner, individuellement ou collectivement, pour conduire et maîtriser un affrontement collectif. - Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif solidaire.
-----------------	--