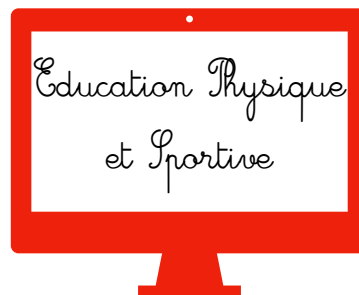




Programmation
Périodique



Education Physique
et Sportive



Période 1

Semaine 1	Courir sur une durée donnée
	Sauter de plus en plus loin
Semaine 2	Courir le plus vite sur une distance donnée
	Sauter de plus en plus loin
Semaine 3	Courir à la même vitesse sur une distance donnée
	Lancer un poids de plus en plus loin
Semaine 4	Courir à la même vitesse sur une distance donnée et en binôme
	Lancer un poids de plus en plus loin
Semaine 5	Courir à la même vitesse sur une distance donnée seul et en binôme
	Sauter de plus en plus loin et lancer un poids de plus en plus loin
Semaine 6	Courir sur une durée donnée puis courir le plus vite sur une distance donnée
Semaine 7	Cross du collège
	Sauter de plus en plus loin et lancer un poids de plus en plus loin