|  |
| --- |
| 3° Lannister |
| Dates des séquences | APSA | Matériel nécessaire (en plus de la tenue d’EPS) |
| 02/09 11/10 | Ultimate Frisbee | Tenue adaptée à la météo. |
| 14/10 06/12 | Acrosport | Chaussettes propres. |
| 09/12 31/01 | Volley Ball | Paires de chaussures propres dans un sac. |
| 03/02 03/04 | Javelot | Tenue adaptée à la météo |
| 20/04 05/06 | Badminton | Paires de chaussures propres dans un sac. |

|  |
| --- |
| 4° W |
| Dates des séquences | APSA | Matériel nécessaire (en plus de la tenue d’EPS) |
| 02/09 11/10 | Volley Ball | Paires de chaussures propres dans un sac. |
| 14/10 06/12 | Tennis de Table | Paires de chaussures propres dans un sac. |
| 09/12 31/01 | Gymnastique |  |
| 03/02 03/04 | Demi-fond | Tenue adaptée à la météo. |
| 20/04 05/06 | Basket Ball | Tenue adaptée à la météo. |

|  |
| --- |
| 4° M |
| Dates des séquences | APSA | Matériel nécessaire (en plus de la tenue d’EPS) |
| 02/09 11/10 | Volley Ball | Paires de chaussures propres dans un sac. |
| 14/10 06/12 | Tennis de Table | Paires de chaussures propres dans un sac. |
| 09/12 31/01 | Gymnastique |  |
| 03/02 03/04 | Demi-fond | Tenue adaptée à la météo. |
| 20/04 05/06 | Basket Ball | Tenue adaptée à la météo. |

|  |
| --- |
| 5°B |
| Dates des séquences | APSA | Matériel nécessaire (en plus de la tenue d’EPS) |
| 02/09 11/10 | Ultimate Frisbee | Tenue adaptée à la météo. |
| 14/10 06/12 | Acrosport | Chaussettes propres. |
| 09/12 31/01 | Course D’orientation | Tenue adaptée à la météo. |
| 03/02 03/04 | Vitesse Relais | Tenue adaptée à la météo |
| 20/04 05/06 | Badminton | Paires de chaussures propres dans un sac. |

|  |
| --- |
| 5°A |
| Dates des séquences | APSA | Matériel nécessaire (en plus de la tenue d’EPS) |
| 02/09 11/10 | Ultimate Frisbee | Tenue adaptée à la météo. |
| 14/10 06/12 | Acrosport | Chaussettes propres. |
| 09/12 31/01 | Course D’orientation | Tenue adaptée à la météo. |
| 03/02 03/04 | Badminton | Paires de chaussures propres dans un sac. |
| 20/04 05/06 | Vitesse Relais | Tenue adaptée à la météo. |

|  |
| --- |
| Programme des activités 6°A |
|  | Période 1 | Période 2 | Période 3 | Période 4 |
|  | Du 02/09 au 15/11 | Du 18/11 au 31/01 | Du 03/02 au 03/04 | Du 20/04 au 05/06 |
| Lundi | Tennis de table(Paire de chaussures propres, dans le sac) | Course d’orientation(Tenue adaptée à la météo) | Arts du Cirque | Savate Boxe Française(Paire de chaussures propres, dans le sac) |
| Vendredi | Savoir Nager et / ou Natation Sportive |

L'EPS au collège de Parmain est soumise à des contraintes d'installations.
Aussi, certaines activités physiques **DOIVENT IMPERATIVEMENT** se pratiquer dehors.

Pour que ces pratiques restent un plaisir mais également pour des raisons de sécurité, il convient de vérifier la météo la veille de chaque cours d'EPS et d'adapter la tenue aux conditions climatiques.
Se protéger du soleil est indispensable pour pouvoir effectuer un effort physique pendant deux heures : prévoir casquette, crème solaire et bouteille d'eau pour s'hydrater et éviter l'insolation.
En cas de pluie, la classe peut être amenée également à pratiquer : prévoir coupe-vent et capuche ou casquette.

M. Bignon