

# Athlétisme

## Infos pratiques

- > ECTS : 3,0
- > Nombre d'heures : 18,0
- > Langue(s) d'enseignement : Français
- > Période de l'année : Enseignement second semestre
- > Méthodes d'enseignement : En présence
- > Forme d'enseignement : Travaux dirigés
- > Ouvert aux étudiants en échange : Oui
- > Composante : Sciences et techniques des activités physiques et sportives
- > Code ELP : 4S2L1013
- > En savoir plus : <https://coursenligne.parisnanterre.fr/> <https://ufr-staps.parisnanterre.fr/>

## Présentation

18 heures TD

Cet enseignement de spécialité propose d'approfondir les connaissances et de construire des compétences dans un menu de 2 activités: comprenant une activité majeure et une mineure (la composition des menus sera modifiée sur les 2 années d'enseignement de spécialité).

Dans chaque activité, l'enseignement pratique est enrichi de documents supports et permet d'aborder les thèmes suivants : évolution historique, règlement fédéral, règles de pratique sécuritaires, types d'échauffement, principes techniques d'efficacité, dimension énergétique, approche didactique et pédagogique.

## Objectifs

Cet enseignement vise à enrichir la culture athlétique de l'étudiant dans sa spécialité. La construction d'un parcours de formation athlétique est ici essentielle. L'atteinte de son plus haut niveau de performance dans différentes familles athlétiques est visée. Outre cet engagement dans un projet de performance, l'étudiant

acquiert une meilleure compréhension de la discipline permettant d'envisager à terme un réinvestissement dans un domaine d'intervention déterminé.

## Évaluation

Semestre 2 :

**Standard session 1 *Contrôle continu* :**

Pratique (60% de la note finale de l'EC) :-moyenne coefficientée des deux meilleures performances obtenues au cours du semestre respectivement dans chacune des deux activités, majeure et mineure du menu (coeff 0,6 et 0,4).

Théorie (40% de la note finale de l'EC) : Devoir sur table en fin de semestre (1h)

**Dérogatoire Session 1 *Contrôle terminal*:**

Pratique (60% de la note finale de l'EC) : moyenne coefficientée des deux meilleures performances obtenues respectivement dans chacune des deux activités, majeure et mineure du menu (coeff 0,6 et 0,4).  
Théorie (40% de la note finale de l'EC): Devoir sur table (1h)

**Session 2 :**

Pratique (60% de la note finale de l'EC) : une performance dans une des activités du menu.

Théorie 40% de la note finale de l'EC: Devoir sur table (1h)

## Pré-requis nécessaires

Bac

## Compétences visées

- Vivre de nouvelles activités dans le respect des règles sécuritaires et culturelles ;
- Mobiliser ses différentes ressources pour produire une performance maximale à un instant donné ;
- S'approprier les éléments constitutifs d'une démarche d'apprentissage en lien avec son projet de transformation ;
- Construire une lecture de la motricité athlétique à partir d'indicateurs pertinents ;

- Réinvestir de manière autonome les connaissances et compétences acquises dans le cadre d'un projet personnel d'entraînement ;
- Elaborer et animer un échauffement adapté.

## Bibliographie

---

AUBERT F., CHOFFIN T., (2007). Athlétisme T 3. Les courses, De l'école aux associations, Revue EPS.

AUBERT F., BLANCON T., LEVICQ S., (2004) Athlétisme T2. Les sauts. De l'école aux associations. Revue EPS.

AUBERT F, DAUMAIL D., (2004). Athlétisme T1. Les lancers, De l'école aux associations, Revue EPS.

PIASENTA J., (2011). Motricité sportive, développement des capacités et des habiletés, Amphora.

PRADET M., HUBICHE JL., (2017) Comprendre l'athlétisme. Sa pratique, son enseignement Insep publications (réed.).

PRADET M., SOLER A., (2004). La course de haies en situation, l'EPS en poche, Revue EPS.

Revue AEFA;

Revue EPS.

## Ressources pédagogiques

---

Documents sur cours en ligne.