

SPE EPS 1ERE COURSE D 'ORIENTATION 2026

CLASSE	SEANCE 0	SEANCE 1	SEANCE 2	SEANCE 3	SEANCE 4	SEANCE 5	SEANCE 6
LUNDI 10H12H	31-août	07-sept	14-sept	21-sept	28-sept	05-oct	12-oct
LUNDI PRATIQUE	RENTREE PROFS	Footing dans Crapa 2 avec une ou deux cartes tenues à tour de rôle (rappel POP)	Test condition physique + VMA	EVALUATION DIAG PARCOURS	Echaufft 20min RELAIS EQUIPES (VRAI/FAUX) + (Test condition physique?)	Echaufft 20min RESEAU EQUIPES (S6 SECONDE)	Echaufft 20min PARCOURS INDIV (S5 SECONDE)
MARDI 10H12H	01-sept	08-sept	15-sept	22-sept	29-sept	06-oct	13-oct
MARDI THEORIE	RENTREE ELEVES Présentation PROGRAMME SPE	Présentation PPT CO / Evaluation + PEARLTREES	Theorie 1 Explication de la carte/ Légende fiche 2/5/1	Théorie 2 Construction itinéraire Fiche 3 et 4 + IOF	Théorie 3 Legende IOF	Théorie 4 Révision IOF azimuth et boussole exercices + INDICATEURS PERFS CO	Intervention métiers sport Mathieu Navarro + cadre oral (éval, méthodo)
					Azimet		
				test blanc légende FICHE	Test légende	Evaluation IOF	

CLASSE	SEANCE 7	SEANCE 8	SEANCE 9
LUNDI 10H12H	03-nov	10-nov	17-nov
PRATIQUE	<i>Etalonnage pas + azimuth crapa 1</i>	Parcours azimuth crapa 2	EVALUATION CO référentiel 2026
MARDI 10H12H	04-nov	11-nov	18-nov
THEORIE	PROJET+ méthodo Etudes de de doc Estime de soi /relation sociale : études de docs		Incidences de l'activité : Estime de soi, confiance...étude de doc