

Pratiques Sportives Polyvalence + Spécialité PASS STAPS

| | SPÉCIALITÉ | POLYVALENCES PRATIQUES | |
|---|--|--|---|
| | | DIJON | NEVERS |
| ENERGÉTIQUE & PERFORMANCE (réaliser une activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir) | Athlétisme - Course 1/2 fond 2000m Athlétisme - Course vitesse Athlétisme - Lancers Athlétisme - Sauts Forme Natation | Aérostep Gym aquatique Musculation* Natation Renforcement Musculaire Running Trail Pilates | Natation Athlétisme STEP |
| ACROBATIQUE OU ARTISTIQUE (réaliser une prestation corporelle destinée à être vue et appréciée) | Danse Gymnastique | Arts du Cirque Danse Moderne Gymnastique Sportive | Art du cirque |
| ACTIVITÉ D'OPPOSITION DUELLE (conduire et maîtriser un affrontement interindividuel pour gagner) | Badminton Tennis de table Tennis | Badminton* Boxe Anglaise Boxe Française Judo Tennis | Badminton Tennis de table |
| ACTIVITÉ D'OPPOSITION COLLECTIVE (conduire et maîtriser un affrontement collectif pour gagner) | Basket-ball Football Handball Rugby Volley-ball | Basket-Ball Football Futsal Handball Rugby Ultimate Volley-Ball* | Basket-ball Handball Rugby Volley-ball |
| ACTIVITÉ PHYSIQUE PLEINE NATURE (adapter son déplacement à des environnements variés ou incertains) | Escalade | Escalade (Bloc /SAE/Falaise) Golf VTT Plongée | Course d'orientation Escalade VTT |

1/ Dans le cadre de la spécialité, l'étudiant doit obligatoirement choisir une activité, exclusivement dans la liste du tableau ci-dessus.

2/ Dans le cadre des polyvalences pratiques, l'étudiant doit obligatoirement choisir deux activités, exclusivement dans la liste du tableau ci-dessus **et de famille différente** (énergétique, APPN....) de celle de la spécialité choisie.

3/ Le quota horaire minimum de pratique pour chaque polyvalence est de 16h, à répartir sur les deux semestres.

4/ L'étudiant devra choisir sa spécialité ainsi que les 2 activités des polyvalences pratiques dès le début d'année et informer la scolarité des disciplines retenues avant vendredi 27 septembre 2024.

5/ Cliquez sur la pratique sportive pour voir les **barèmes de la spécialité**.