

## Exemples de programmations sur un cursus bac professionnel 3 ans

### Bac pro métallerie (dominante masculine)

→ 4 unités de formation par an

→ En 1<sup>ère</sup> et Terminale, décomposition des 3 heures en 2 heures année et 2 heures semestre.

2de	Boxe éducative	☀ Musculation	Badminton	Course d'orientation
1 <sup>ère</sup>	Boxe éducative	3x500m	Acrosport	Ultimate
		☀ Musculation	☀ Musculation	
Terminale	☀ Musculation	Acrosport	Ultimate	Course d'orientation
	3x500m	Badminton		

→ Partis pris : continuité des apprentissages

☀ en programmant un nombre significatifs d'UF dans certaines APSA au cœur du projet pédagogique (*dans cet exemple, la musculation, en raison de problématiques spécifiques à ce secteur professionnel et de l'objectif de développement chez l'élève d'habitudes de gestion de sa vie physique*)

— en ne proposant en terminale que des APSA rencontrées en 2de et 1<sup>ère</sup> afin de permettre un choix éclairé parmi les 5 APSA proposées pour constituer son ensemble certificatif (*et parmi les 7 ensembles qu'il est ici possible de constituer*)

### Bac pro tertiaire (dominante féminine)

→ 4 unités de formation par an

→ En 1<sup>ère</sup> et Terminale, décomposition des 3 heures en 2 heures + 1 heure année\*

→ Partis pris : continuité des apprentissages

→ en enchaînant souvent deux cycles de la même APSA

⇨ en cumulant ou en enchaînant des APSA à dominante aérobie (*dans cet exemple pour la poursuite d'un objectif de santé*)

2de	Badminton	→ Badminton	Acrosport	Course en durée
1 <sup>ère</sup>	Acrosport	Ultimate	Course en durée	⇨ Course d'orientation
	↓ Musculation	Aérobic	→ Aérobic	Relaxation
Term	Acrosport	Badminton	⇨ Course en durée	⇨ Ultimate
	↓ Musculation	↓ Step	→ Step	Relaxation

\*Attention, un tel choix suppose de travailler sur des installations propres au lycée afin de pouvoir avoir un temps de pratique de 45 minutes au minimum : en deçà, il peut sembler préférable de faire le choix d'une programmation avec 2 heures semestre ou deux heures quinzaine.