

Un exemple: LP ELSA TRIOLET, BAC PRO SECRETARIAT/ SERVICES

ENJEUX de FORMATION

Prendre plaisir à la pratique sportive pour lutter contre la sédentarité.

Donner des méthodes de travail et savoir communiquer.

Profil

Sociaux et scolaires: Classe de filles avec orientations subies. Peu d'estime de soi d'où quelques problèmes relationnels. Besoin de reconnaissance et de réussite.

Moteurs et cognitifs: Problème de fatigue sur la durée de l'effort. Représentation négative de l'EPS («activité masculine»). Manque d'autonomie, peu d'analyse de leur action et difficulté à verbaliser. Pas de notion de projet.

Effets éducatifs recherchés

SANTE

- 2^{nde}** Développer le goût de l'effort pour réussir et appliquer les règles essentielles d'entretien corporel.
- 1^{ère}** Renforcer le développement d'une endurance physique pour travailler sans fatigue.
- T^{le}** Adapter ses caractéristiques, ses besoins corporels aux exigences de l'activité.

SOCIALISATION

- 2^{nde}** Respecter et accepter les règles de vie collectives de travail dans le respect de soi et des autres. Amélioration de l'estime de soi.
- 1^{ère}** Etre capable de tutorer (et d'être tutoré par) un camarade au regard de critères précis.
- T^{le}** Etre capable d'organiser l'activité d'un groupe en sachant s'affirmer et communiquer clairement.

SECURITE

- 2^{nde} / 1^{ère}** Etre capable de comprendre et d'appliquer des procédures de sécurité précises.
- T^{le}** Adopter une attitude responsable sécuritaire et percevoir le danger en ayant une lecture prédictive de son environnement.

AUTONOMIE

- 2^{nde}** Etre capable de se conformer aux exigences d'une méthode de travail et assumer jusqu'au bout son engagement.
- 1^{ère}** Acquérir les routines de travail essentielles pour apprendre.
- T^{le}** Se connaître et analyser et évaluer en mettant en relation ce qui est observé avec des règles d'actions connues.

Effets éducatifs recherchés en classe de seconde

Respecter et accepter les règles de vie collectives de travail dans le respect de soi et des autres.

Amélioration de l'estime de soi

Développer le goût de l'effort pour réussir et appliquer les règles essentielles d'entretien corporel

Etre capable de se conformer aux exigences d'une méthode de travail et assumer jusqu'au bout son engagement.

3 modules de formation

<p><u>CMS prioritaires :</u> Respecter les règles de vie collective et assurer les différents rôles liés à l'activité</p>	<p><u>CMS prioritaires :</u> Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif</p>	<p><u>CMS prioritaires :</u> Respecter les règles de vie collective et assurer les différents rôles liés à l'activité</p>
<p><u>CP 4</u> Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif</p> <p style="text-align: center;"><i>HANDBALL</i></p>	<p><u>CP 5</u> Réaliser et orienter son activité physique en vue du développement et de l'entretien de soi</p> <p style="text-align: center;"><i>MUSCULATION</i></p>	<p><u>CP 3</u> Réaliser une prestation corporelle à visée esthétique ou artistique</p> <p style="text-align: center;"><i>AEROBIC</i></p>
<p><u>Axes prioritaires :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dépense énergétique (espace effectif de jeu important) - Jouer ensemble au-delà de l'aspect affinitaire. 	<p><u>Axes prioritaires :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Construire et appliquée une méthode de travail. - Dépense énergétique - Co-travail constructif (aide, sécurité) 	<p><u>Axes prioritaires :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dépense énergétique. - Co-travail constructif (aide, acteurs, spectateurs). - Améliorer l'estime de soi à travers la critique positive.
<p><u>Démarche :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Groupe de niveau homogène au sein des équipes et gagner les matchs - S'organiser dans l'équipe (de management, de capitaneat...) - Respecter les autres et savoir se faire respecter (arbitrage). 	<p><u>Démarche :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Accompagnement individualisé pour motiver (prof/partenaire) 	<p><u>Démarche :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - S'organiser dans le groupe. - Respecter les autres et savoir juger à travers le rôle de juge ou de spectateur.

PROGRAMMATION VERSION MENU

Bac Pro	Heures / semaine	Ressources/contraintes	module 1	module 2	module 3	Module 4
2 nd	2h	<ul style="list-style-type: none"> - 6 semaines de PFMP en fin année - 30 séances de 2 heures soit des cycles de 10 séances - 3 CP différentes Niveau 3 dans chaque CP	CP4 HANDBALL	CP 5 MUSCULATION	CP3 AEROBIC	
1 ^{ère}	3h	<ul style="list-style-type: none"> - 8 semaines de PFMP alignées pour les 2 classes - 28 séances de 2heures + 14 séances par quinzaine soit des cycles de 12 séances. - 4 CP différentes parmi 4 APSA proposées de niveau 3 ou 4 	CP4 BADMINTON OU BASKET	CP2 ESCALADE OU CP1 DEMI FOND	CP5 STEP OU CP3 ACROSPORT	CP3 AEROBIC OU CP5 MUSCULATION
T ^{le}	3h	<ul style="list-style-type: none"> - 8 semaines de PFMP alignées pour les 2 classes - 28 séances de 2heures + 14 séances par quinzaine. - Niveau 4 dans chaque compétence propre 	CP4 Handball /Basket-ball	CP3 ACROSPORT	CP2 ESCALADE	
			CP4 BADMINTON	CP1 DEMI FOND	CP5 STEP	

VARIABLES D'ELABORATION

- Offre de formation variée (3 CP ou 4 CP différentes chaque année).
- Favoriser la réussite par l'expression, le ressenti et la maîtrise plus que la performance et la compétition.
- 2nde : Activités déjà vécues et « énergétiques » et découverte dimension nouvelle CP5.
- Suivi classe la première année .
- Choix du module de formation en première et terminale (un ensemble certificatif axé sur la gestion «énergétique», l'autre plus centré sur le développement de soi).
- Cycles longs de 10 à 14 séances (Peu de contraintes matérielles, partage d'un gymnase de lycée mais problème de trajet).
- 2 enseignants.

PROGRAMMATION

Bac Pro	Heures / semaine	Ressources/contraintes	module 1	module 2	module 3	module 4
2^{nde}	2h	-6 semaines de PFMP en fin année	CP4 HANDBALL	CP 5 MUSCULATION	CP3 AEROBIC	
1^{ère}	3h	- 8 semaines de PFMP pour les 2 classes . - <u>Certification CAP/BEP:</u> 1 activité en 2 ^{nde} et 2 en 1 ^{ère} 3 CP différentes parmi 4 proposées en jaune, N3 exigible - Choix par menu	CP4 BADMINTON OU BASKET	CP2 ESCALADE OU CP1 DEMI FOND	CP5 STEP OU CP3 ACROSPORT	CP5 MUSCULATION CP3 AEROBIC
T^{le}	3h	- 8 semaines de PFMP alignées pour les 2 classes - <u>Certification Bac Pro:</u> 3 activités en T ^{le} alignement 2 classes, choix d'ensemble certificatif Niveau 4 exigible	CP4 Handball /Basket-ball CP4 BADMINTON	CP3 ACROSPORT CP1 DEMI FOND	CP2 ESCALADE CP5 STEP	

Choix de l'ensemble certificatif pour le CAP ou le BEP 

Choix de l'ensemble certificatif pour le Bac Pro  ou 

PROGRAMMATION VERSION CLASSE

Bac Pro	Heures / semaine	Ressources/contraintes	module 1	module 2	module 3	Module 4
2 nd	2h	<ul style="list-style-type: none"> - 6 semaines de PFMP en fin année - 30 séances de 2 heures soit des cycles de 10 séances <ul style="list-style-type: none"> - 3 CP différentes Niveau 3 dans chaque CP	CP4 HANDBALL	CP 5 MUSCULATION	CP3 AEROBIC	
1 ^{ère}	3h	<ul style="list-style-type: none"> - 8 semaines de PFMP - 28 séances de 2heures + 14 séances par quinzaine soit des cycles de 12 séances. - 4 CP différentes parmi 4 APSA proposées de niveau 3 ou 4 	CP4 BASKET / HANDBALL	CP1 DEMI FOND	CP4 BADMINTON	CP5 STEP
T ^{le}	3h	<ul style="list-style-type: none"> - 8 semaines de PFMP - 28 séances de 2heures + 14 séances par quinzaine. - Niveau 4 dans chaque compétence propre 	CP4 HANDBALL / BASKET / BADMINTON	CP3 AEROBIC CP1 DEMI FOND	CP5 MUSCULATION CP5 STEP	

VARIABLES D'ELABORATION

- Offre de formation variée (3 CP ou 4 CP différentes chaque année).
- Favoriser la réussite par l'expression, le ressenti et la maîtrise plus que la performance et la compétition.
- 2^{nde} : Activités déjà vécues et « énergétiques » et découverte dimension nouvelle CP5.
- Suivi classe tout au long du cursus .
- Cycles longs de 10 à 14 séances (Peu contrainte de matériel, partage un gymnase d'un lycée mais problème de trajet).
- 2 enseignants

Bac Pro	Heures / semaine	Ressources/contraintes	module 1	module 2	module 3	module 4
2^{nde}	2h	-6 semaines de PFMP en fin année	CP4 HANDBALL	CP 5 MUSCULATION	CP3 AEROBIC	
1^{ère}	3h	- 8 semaines de PFMP - <u>Certification CAP/BEP</u> : 1 activité en 2 ^{nde} et 2 en 1 ^{ère} 3 CP différentes parmi 4 proposées en jaune, N3 exigible	CP4 BASKET / HANDBALL	CP1 DEMI FOND	CP4 BADMINTON	CP5 STEP
T^{le}	3h	- 8 semaines de PFMP <u>Certification Bac Pro</u> : choix d'ensemble certificatif selon les progrès de la classe et des effets éducatifs à travailler 3 activités en T ^{le} Niveau 4 exigible	CP4 HANDBALL / BASKETBALL / BADMINTON	CP3 AEROBIC CP1 DEMI FOND	CP5 MUSCULATION CP5 STEP	

Choix de l'ensemble certificatif pour le CAP ou le BEP 

Choix de l'ensemble certificatif pour le Bac Pro 

**« Compétences Méthodologiques et Sociales :
Quels contenus d'enseignement proposer sans se
limiter à la simple préparation à l'examen ? »**

**Compétence propre retenue comme exemple pour
les 3 années :**

**-> Conduire et maîtriser un affrontement individuel
ou collectif**

SECONDE BACCALAUREAT PROFESSIONNELLE SECRETARIAT

HANDBALL

Compétences Méthodologiques prioritaires

- Respecter les règles de vie collective
- Assurer les différents rôles liés à l'activité

Effets Educatifs Recherchés

- Respecter l'autre dans ces différents points de vue ou de manière d'être.
- Accepter les règles collectives de travail.
- Développer le goût de la pratique physique et accepter l'effort.

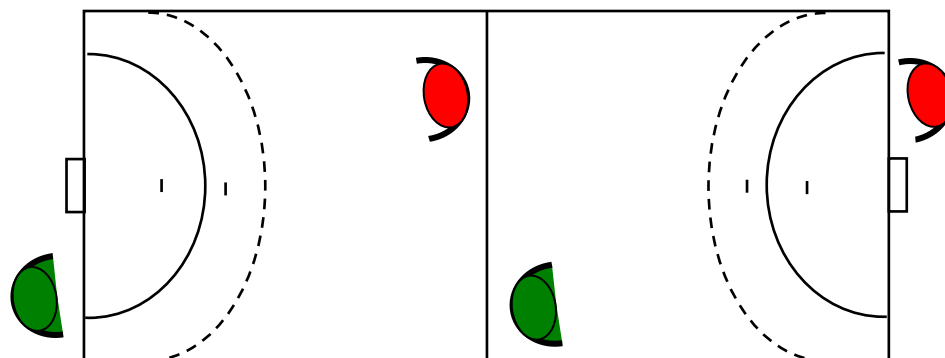
Axes prioritaires

- Développer différents rôles sociaux, principalement ceux de joueur engagé et d'arbitre.

Démarche d'enseignement

- Situation d'apprentissage semi ouverte, à connotation de jeu.
exemple: 4 contre 2 + 2.
- Mises en situation constante d'arbitres à ces occasions.

ARBITRAGE



POSITIONNEMENT DES ARBITRES

GESTES ET REGLES A INTEGRER



EMPIETTEMENT



REPRISE
DE DRIBBLE



MARCHE



BUT



JET FRANC
(FAUTE)

USAGES DU SIFFLET

Pas d'intervention Continuité du jeu	Une touche, un jet coin, une mise en jeu de jet franc ou un renvoi ne se sifflent pas. → si ils sont correctement exécutés.
1 coup de sifflet	L'engagement (but, début de match ou de mi-temps), au centre du terrain. Pour chaque faute et chaque rappel des joueurs pour une mise en jeu incorrectement effectuée. Pour chaque reprise du jeu après une interruption du temps.
2 coups de sifflet	Pour accorder un but
3 coups de sifflet	Pour la fin de chaque mi-temps. Pour un arrêt momentané du temps de jeu (Sanction disciplinaire, éventuellement jet de 7 m, balle non jouable rapidement)

PREMIERE BACCALAUREAT PROFESSIONNELLE SECRETARIAT

BADMINTON

Compétences Méthodologiques prioritaires

- Respecter les règles de vie collective et assurer les différents rôles liés à l'activité
- S'engager lucidement dans l'activité.

Effets Educatifs Recherchés

- Acquérir les routines de travail essentielles pour apprendre.
- Etre capable d'organiser l'activité d'un groupe en sachant s'affirmer et communiquer clairement

Axes prioritaires

- Développer différents rôles sociaux, principalement ceux de joueur réfléchi sur sa pratique et de tuteur.

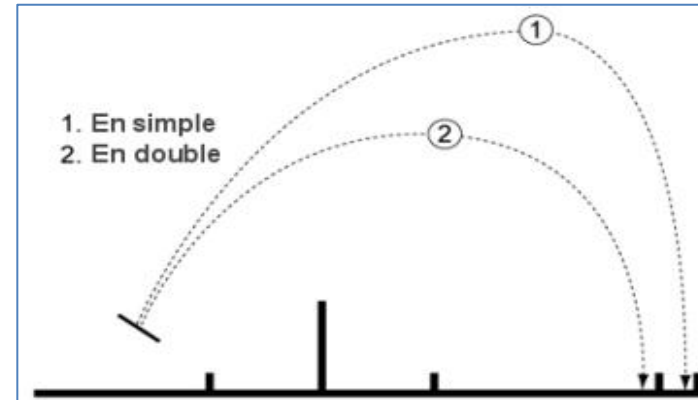
Démarche d'enseignement

- Situation d'apprentissage à problème. Par exemple ne pas jouer dans la zone centrale (identifier le problème de la profondeur dans le jeu).
- Situation fermée dite technique et utilisation de la vidéo (à travers le logiciel DAFISH) pour relever des indices précis de réussite.

LE SERVICE LONG

Ce service cherche à repousser l'adversaire au fond de son terrain,
→ sans pour autant lui donner l'occasion d'attaquer.

Sa trajectoire permet d'envoyer le volant sur la ligne du fond de façon à ce qu'il tombe verticalement,
→ rendant ainsi le retour de service plus délicat.



Préparation

- Décaler ses appuis pour se mettre de profil
- Mettre la raquette en arrière de l'axe du corps et orientée vers le haut

Frappe

- Commencer son mouvement de balancier en maintenant la raquette vers l'arrière (tête de raquette en retard)
- Accélérer le geste au moment de l'impact
- Effectuer une rotation des épaules et des hanches pour augmenter la puissance
- Transférer le poids du corps vers le pied avant

Critères à vérifier sur la vidéo

- Je suis de profil pour servir
- La raquette est loin derrière
- Je fais « siffler » la raquette
- Je finis le bras en écharpe



TERMINALE BACCALAUREAT PROFESSIONNELLE SECRETARIAT

BADMINTON OU HANDBALL

Compétences Méthodologiques prioritaires

- Respecter les règles de vie collective et assurer les différents rôles liés à l'activité.
- S'engager lucidement dans l'activité.

Effets Educatifs Recherchés

- Etre capable d'organiser l'activité d'un groupe en sachant s'affirmer et communiquer clairement.
- Se connaître, analyser et évaluer en mettant en relation ce qui est observé avec des règles d'actions connues.

Axes prioritaires

- Développer différents rôles sociaux et principalement celui de joueur réfléchi sur sa pratique, de tuteur ou d'organisateur de l'activité.

Démarche d'enseignement

- Etre capable en fin de cycle, de mener un échauffement spécifique.
- En situation de match, organiser/réguler le jeu de son équipe ou ses problèmes entre deux sets de badminton.