

## LICENCE SCIENCES DE L'ÉDUCATION

### MENTION SCIENCES DE L'ÉDUCATION

#### Semestre 1 SE -> Portail

**UEB : SE PRÉPARER À ENCADRER DES PRATIQUES PHYSIQUES ET/OU SPORTIVES, ARTISTIQUES, DE LOISIR, DE SANTÉ**

## Eprouver une expérience motrice acrobatique et artistique en vue de l'obtention du DEUG STAPS #1

### Présentation

---

Découverte d'une séquence de gymnastique dans le but de vivre le plus possible de situations variées, à l'échauffement comme dans le corps de séance. Ceci pour préparer, ouvrir les possibles à réinvestir dans un futur métier. Egalement, alerter sur la sécurité.

### Objectifs

---

être en mesure de faire des liens entre les connaissances scientifiques, évoquées en CM et le vécu personnel lors de la pratique de la gym. Développer des capacités de bases en gym autour de 7 compétences.

### Compétences visées

---

- > *Bloc 1 : utiliser des outils numériques pour produire et diffuser de l'information* : Créer une vidéo pour illustrer une situation et y associer un QR code pour permettre aux autres membres du groupe d'y accéder.
- > *Bloc 6 : Mobiliser une culture technique, pratique de la gymnastique* : S'entraîner sur et comprendre les 35 situations d'apprentissages, autour des compétences :
  - > A: Se renverser corps tendu
  - > B: Tourner en avant OU tourner en arrière
  - > C: tourner longitudinalement
  - > D: Franchir un obstacle avec appui des mains.
  - > E: Se balancer en appui ou en suspension
  - > F: coordonner des compétences pour produire une forme technique
  - > G: Parer/régler le matériel
- > *Bloc 6 : Utiliser des outils d'analyse de l'activité de gymnastique pour assurer le suivi du gymnaste* : Co-évaluer à l'aide des critères de réussite
- > *Bloc 7 : Concevoir une situation d'apprentissage en gymnastique à partir de critères simples étudiées en CM.*
- > *Bloc 8 : Assurer la sécurité des pratiquants*

### Descriptif

---

<b>Semaine 1</b>	Présentation + compétences 0	
<b>Semaine 2</b>	Compétences 0 + mise à disposition du CM	Gainage : Blocage des articulations par contraction musculaire Ceinture scapulaire et pelvienne Qui permet la transmission des forces
<b>Semaine 3</b>	Toutes les compétences entières construites par nous + groupe 2	Etirements : Différentes écoles mais nous on fait des étirements résistance, pas plus de 10'' sans douleur. But : préparer les muscles aux étirements, réactiver les réflexes
<b>Semaine 4</b>		Actions des segments libres : pour tourner, pour voler, pour s'équilibrer
<b>Semaine 5</b>	Rendu de fiche atelier par groupe (une fiche pour 2) + 2 jours de délai.	La rotation : comment augmenter la vitesse de rotation, comment freiner la vitesse de rotation, quel effet la rotation produit-elle ?
<b>Semaine 6</b>	Evaluation pratique QCM	
<b>Semaine 7</b>	Evaluation pratique QCM	
<b>Semaine 8</b>	Evaluation pratique QCM	
<b>Semaine 9</b>	Evaluation pratique QCM	
<b>Semaine 10</b>	Dernière séance donc présence obligatoire	

## Modalités de contrôle des connaissances

### Session 1 ou session unique - Contrôle de connaissances

Nature de l'enseignement	Modalité	Nature	Durée (min.)	Coefficient	Remarques
	CC	Autre nature		20%	Ficher atelier + QCM en TD
	CC	Autre nature		30%	Pratique sportive