|  |
| --- |
| *Partie à conserver après exécution de la séance !*  |
| **DEVOIR À PRÉPARER À LA MAISON** **POUR UN STAGIAIRE en FORMATION du [DAF] ou [DIF] (à partir du second stage de formation)****et un demandeur de VAE (DAF ou DIF)** |
| **UF7 : CONCEVOIR UNE SÉANCE & LA DIRIGER** |
| **THEME TECHNIQUE DU STAGE****PUBLIC CONCERNÉ : POUR UN PUBLIC DE PLUS DE 15 ANS - AVANCÉS & COMPETITEURS****Thème technique du stage : Pour toutes les spécialités, L’ATTAQUE DANS L’ATTAQUE ADVERSE** avec continuité de l’offensive**- MENTION « ARTS MARTIAUX D’OPPOSITION & SPORTS D’OPPOSITION » : ATTAQUE DANS L’ATTAQUE ADVERSE** avec continuité de l’offensive**- MENTION « ACTIVITES DE LA MISE EN FORME (FITNESS MARTIAL) » OU DE LA RÉALISATION DE « FORMES MARTIALES » : ATTAQUE DANS L’ATTAQUE ADVERSE** avec continuité de l’offensive (replacer cette habileté dans le cadre d’un mini-enchaînement gestuel).**- MENTION « ACTIVITES DE LA DEFENSE PERSONNELLE » : NEUTRALISATION DANS L’AGRESSION ADVERSE** suivie d’un CONTROLE DEFINITIF de l’agresseur |
| **THÈME D’ENSEIGNEMENT DU STAGE*** Préciser le type de public (âges, séries de compétition, discipline sportive étudiée…)
* Le travail demandé aux stagiaires porte sur l’**enseignement** du **sujet technique** du stage à travers des **tâches de guidage** ou de **découverte** (et non nécessairement sur l’enseignement d’un **modèle technique**) - voir fiche ci-jointe « catégories de tâches ».

N.B. : Travail en partenariat, ou en légère opposition ou en opposition aménagée (Ex. : S**parring à thèmes**) de type « **résolution de problème**»par les pratiquants eux mêmes. |
| **BUT :** Concevoir une séance entière sur le **thème technique du stage** et en diriger certaines parties le jour du stage (dernière séquence du stage le dimanche) + examen pour les candidats en fin de formation du [DAF] ou [DIF] |
| **DESCRIPTION DU TRAVAIL À EFFECTUER À LA MAISON*** **Elaborer un « plan de séance légèrement détaillé »** sur la page n°2 ou sur un papier libre (à la main ou sur ordinateur). Avec exercices précis et dessins si possible,
* **Définir avec précision** le *sujet d’étude de séance* : c’est-à-dire ce qu’on va travailler dans la séance en question et le pourquoi de ces choix : préciser les **compétences techniques** (habiletés) à s’approprier et **qualités physiques** à développer, y compris pour les séances en amont et éventuellement en aval de cette séance. N.B. : Se servir du **répertoire des compétences** pour déterminer les objectifs de période à atteindre (fichiers PDF ci-joints)*,*
* **Choisir un seul *sujet d’étude*** *de séance* par rapport au ***thème technique du stage******de formation actuel****. Ex. : sur le thème du blocage, exemple de sujet : « le blocage d’un coup de poing direct au niveau d’une cible sur la face »,*
* Prévoir **un ensemble de tâches de travail avec des variantes** à faire exécuter aux « stagiaires-cobayes » le jour du stage (dans la spécialité sportive ou martiale de votre choix). Les tâches doivent se situer sur le même sujet technique et si possible interliées et progressives dans leurs difficultés de réalisation,
* **L’échauffement** doit être **spécifique** c’est-à-dire **composé de situations en adéquation avec le sujet de la séance** et en rapport avec les **situations principales d’apprentissage** du corps de la séance et les **situations d’opposition** si besoin (sparring),
* Enfin, **définir le dosage** : quantité et l’intensité du travail, ainsi que les moments de récupération.
 |
| **TYPE DE SÉANCE À PRÉPARER****Séance avec utilisation de matériel si besoin – préciser :****la DISCIPLINE sportive étudiée,** * **le TYPE DE PUBLIC, le NIVEAU TECHNIQUE des pratiquants, la DUREE DE LA SEANCE,**
* **la situation de la séance dans le temps** : quel mois et préciser ce qui a été abordé les séances précédentes permettant de planifier la période d’apprentissage.
* **les OBJECTIFS PRINCIPAUX DE LA PÉRIODE D’APPRENTISSAGE pour le groupe.** Exemple pour des avancé : préparation du championnat régional de plein-contact ou du passage de la ceinture verte, bleue et marron…
* **et le THÈME D’ETUDE de la séance en question.**
 |
| **PRÉCISIONS SUR LE TRAVAIL À RÉALISER**Préparer une **séance complète** sur une discipline sportive au choix (en rapport avec le thème technique du stage). Mettre en valeur **le sujet technique choisi** dans les TROIS parties du cours que vous allez présenter :* 1- L'**échauffement technique en rapport avec le sujet de la séance**
* 2- La **partie principale** du cours : DEUX ou TROIS situations de DÉCOUVERTE / APPRENTISSAGE, ou de REMEDIATION ou de PERFECTIONNEMENT (tout dépend du type de PUBLIC choisi et de l’objectif recherché). Et si besoin pour la **partie récréative** d’un cours de sport d’opposition : APPLICATION DES APPRENTISSAGES ABORDÉS DURANT LA PARTIE PRINCIPLALE DU COURS – Le sujet de travail doit être en rapport avec les situations d'apprentissages abordés (ASSAUTS à ROLES ou/et à THEMES, MINI-ENCHAÎNEMENT POUR les FITNESS-FORMS ou les MARTIAL-FORMS).
 |
| **DOCUMENTS D’AIDE À L’ÉLABORATION DE LA SÉANCE*** Exemple de plan de séance vierge (format MS-Word en page 2) – fichiers joints PDF, « répertoires de la gestuelle », « schéma synoptiques », « répertoire des compétences » et « catégories de tâches d’enseignement ».
 |

|  |  |
| --- | --- |
|  | *Partie à remettre aux formateurs après exécution de la séance !*DATE DU STAGE DE FORMATION : .. / .. /20 .. NOM / PRÉNOM DU STAGIAIRE : ……………….……………………………………... SPÉCIALITÉ SPORTIVE : …………..… PUBLIC & NIVEAU : ………………………………………….…….. DURÉE : … h … |
|  | **DATE & PLACE DE LA SÉANCE DANS LA PÉRIODE** **(à remplir sur le planning ci-dessous)** |
|  | **1ère trimestre** | **2ème trimestre** | **1ème trimestre** |
|  | **Sept./Oct.** | **Nov.** | **Déc.** | **Janv.** | **Fév.** | **Mars** | **Avril** | **Mai** | **Juin** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Objectifs de période d’apprentissage :****Sujets d’étude de la période :****Sujet(s) d’étude de la séance en cours :** |
| Prise en main | **Informations à donner aux pratiquants :****Description succincte de l’objet de la séance :** |  |
|  | **But de la tâche pour le pratiquant / Description de la tâche / Organisation / Quantité et intensité du travail** | **Critères de réalisation / Consignes de sécurité / Critères de réussite** | **Durée** |
| Echauffement |  |  |  |
| Partie principale |  |  |  |
| Retour au calme | **Phase de relaxation/sédation :****Bilan de la séance :** |  |  |

Plan à remettre aux formateurs après exécution !