

Partie à conserver par le stagiaire !

## À PRÉPARER À LA MAISON

### STAGIAIRE PROFESSEUR POLYVALENT (DPF)



#### ILLUSTRATION DU THÈME TECHNIQUE DU STAGE

##### BUT DU TRAVAIL

Concevoir TROIS illustrations du thème technique du stage et les faire travailler aux stagiaires à l'occasion de leur stage de formation le dimanche.

**Illustration de TROIS disciplines martiales ou/et sportives différentes d'un même groupe de spécialités ou appartenant à un groupe différent dont la pratique physique est proche.**

*Ex. : présenter une discipline avec projection au sol notamment pour les MAR, BPP et DEF.*

- Pour les activités d'opposition (groupe MAR, BBP, PPS et LUT) : sous forme de PARTENARIAT ou d'OPPOSITION
- Pour le groupe activités martiales de défense personnelle (groupe DEF) : sous forme de PARTENARIAT ou d'OPPOSITION
- Pour le groupe activités martiales de mise en forme (FIT) & groupe des arts de combat (groupe MAR : Forms martiales, kata...) : sous forme de MINI-ENCHAÎNEMENT GESTUEL

##### DESCRIPTION DU TRAVAIL

- **Elaborer un « plan de situation légèrement détaillé pour chaque discipline sportive du groupe choisi et préciser la DISCIPLINE »** sur les pages n°2 à 4 ou sur un papier libre (à la main ou avec un ordinateur). Avec exercices précis et dessins/schémas 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, « le blocage d'un coup de poing direct au niveau d'une cible sur le tronc »*,
- Prévoir un **ensemble de tâches de travail** à faire exécuter aux « stagiaires-cobayes » le jour du stage (dans le groupe de spécialités sportives ou martiales de votre choix). Les tâches doivent se situer sur le même sujet technique et si possible interliées et progressives dans leurs difficultés de réalisation,
- **Dans le cas d'un choix de situations d'échauffement** elles doivent être **spécifique** c'est-à-dire **composées de situations en adéquation avec le sujet de la séance** et en rapport avec les **situations principales d'apprentissage** du corps de la séance ainsi qu'avec les **situations d'opposition** si besoin (sparring).

##### TYPE DE PLAN À PRÉPARER

Elaborer TROIS plans de séquence avec utilisation de matériel si besoin – préciser :

- la **DISCIPLINE** sportive étudiée,
- le **TYPE DE PUBLIC**, le **NIVEAU TECHNIQUE** des pratiquants, le **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 pratiquants avancés : préparation du championnat régional de plein-contact ou du passage de la ceinture verte, bleue et marron...
- et le **THÈME D'ÉTUDE de la séance en question**.

##### NATURE DE LA SÉANCE

- Situations de travail avec utilisation de matériel si besoin. Préciser les caractéristiques du public en question (âges, niveaux techniques, capacités, déficience technique, handicap physique...).
- Durée de chaque tâche d'apprentissage : entre 10 et 15 mn
- Objectif principal de chaque tâche d'apprentissage : à définir en fonction du thème technique ci-dessous

**PUBLIC CONCERNÉ : PLUS de 15 ANS - niveau INTERMÉDIAIRE & AVANCÉ**

**THÈME TECHNIQUE DU STAGE DE FORMATION :**

- MENTION « **SPORTS D'OPPOSITION** » : **OFFENSIVE EN LIGNE HAUTE (COUPS DE PIED & GENOU) + DÉFENSE APPROPRIÉE (ou PROJECTION DE GRANDE AMPLITUDE)**
- MENTION « **FITNESS & ARTS MARTIAUX** » : **OFFENSIVE EN LIGNE HAUTE (COUPS DE PIED & GENOU) + DÉFENSE APPROPRIÉE** (replacer cette habileté dans le cadre d'un mini-enchaînement gestuel).
- MENTION « **SELF-DEFENSE** » : **DÉFENSE APPROPRIÉE POUR UNE ATTAQUE À LA FACE** + neutralisation définitive de l'agresseur

**SITUATION DE TRAVAIL – Discipline n°1 : .....***Fiche à remplir et à remettre aux formateurs le jour du stage après l'épreuve !***NOM/Prénom :****Date :****TÂCHE DE TRAVAIL POUR PRATIQUANT****- Spécialité sportive présentée : .....****- Type de public et niveau de pratique : .....****- À quel moment de la séance (échauffement, partie principale, partie récréative) :**

.....

**- Objectif de l'enseignant (type d'acquisition recherchée - effets sur l'organisme et/ou sur la personne...) : .....**

.....

**- But du travail (pour le pratiquant) :****- Ce qui a été fait avant comme travail et ce qui se fera après cette thématique comme apprentissage ou entraînement :****- Description du travail proposé : organisation, démarche, dispositif, matériel, quantité/durée/intensité du travail/changement de rôle...****Consignes de réalisation de la tâche/et de mise en sécurité :**

-

-

-

**Critères de réussite de la tâche :**

**SITUATION DE TRAVAIL – Discipline n°2 : .....***Fiche à remplir et à remettre aux formateurs le jour du stage après l'épreuve !***NOM/Prénom :****Date :****TÂCHE DE TRAVAIL POUR PRATIQUANT****- Spécialité sportive présentée : .....****- Type de public et niveau de pratique : .....****- À quel moment de la séance (échauffement, partie principale, partie récréative) :**

.....

**- Objectif de l'enseignant (type d'acquisition recherchée - effets sur l'organisme et/ou sur la personne...) : .....**

.....

**- But du travail (pour le pratiquant) :****- Ce qui a été fait avant comme travail et ce qui se fera après cette thématique comme apprentissage ou entraînement :****- Description du travail proposé : organisation, démarche, dispositif, matériel, quantité/durée/intensité du travail/changement de rôle...****Consignes de réalisation de la tâche/et de mise en sécurité :**

-

-

-

**Critères de réussite de la tâche :**

**SITUATION DE TRAVAIL – Discipline n°3 : .....***Fiche à remplir et à remettre aux formateurs le jour du stage après l'épreuve !***NOM/Prénom :****Date :****TÂCHE DE TRAVAIL POUR PRATIQUANT****- Spécialité sportive présentée : .....****- Type de public et niveau de pratique : .....****- À quel moment de la séance (échauffement, partie principale, partie récréative) :**

.....

**- Objectif de l'enseignant (type d'acquisition recherchée - effets sur l'organisme et/ou sur la personne...) : .....**

.....

**- But du travail (pour le pratiquant) :****- Ce qui a été fait avant comme travail et ce qui se fera après cette thématique comme apprentissage ou entraînement :****- Description du travail proposé : organisation, démarche, dispositif, matériel, quantité/durée/intensité du travail/changement de rôle...****Consignes de réalisation de la tâche/et de mise en sécurité :**

-

-

-

**Critères de réussite de la tâche :**