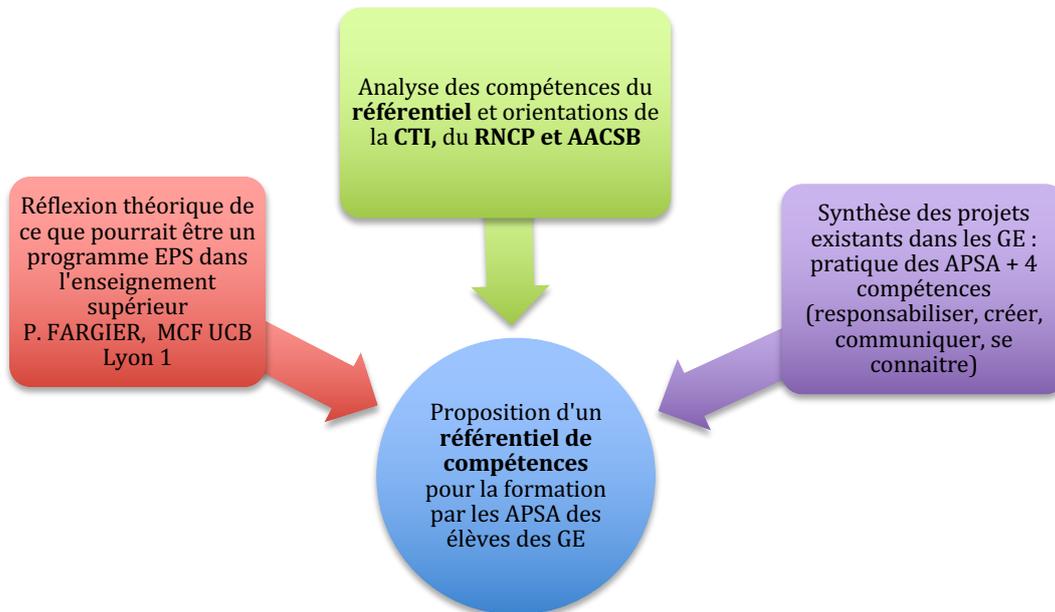


CONTEXTUALISATION



PREAMBULE

Notre volonté est de définir un référentiel et une orientation en continuité avec le programme d'EPS du collège et du lycée pour la formation par les A.P.S.A. des étudiants des Grandes Ecoles.

La pratique physique et sportive dans les Grandes Ecoles doit participer à la **formation** du cadre citoyen de demain : Un cadre capable de gérer sa santé actuelle et future, de communiquer, de participer à la dynamique de groupe, d'innover, de s'adapter.

Au travers de situations originales, cet enseignement sollicite toutes les ressources de l'étudiant : motrices, cognitives, relationnelles, émotionnelles, informationnelles ...

Par l'action l'étudiant est confronté à la résolution de problèmes complexes et à la prise de décision.

Cette pratique amène l'étudiant à prendre en charge, de façon autonome sa santé en tant que bien être à réguler en permanence. Elle permet de contribuer à la lutte contre les conduites à risque, la sédentarité et de favoriser l'intégration sociale.

Le plaisir constitue une source de motivation, garant d'un engagement durable dans sa pratique et son apprentissage.

MISE EN ŒUVRE :

Le tableau de compétences proposé ci-dessous doit être contextualisé au niveau local par l'équipe des professeurs d'EPS qui définit un projet pédagogique des Activités Physiques et Sportives. Ce dernier doit prendre en compte les orientations de l'établissement ainsi que les caractéristiques de la population accueillie. Ce projet présente les choix de l'équipe, la programmation des activités ainsi que des modalités d'évaluation des acquis.

FINALITE

Contribuer, par la pratique des APSA, à la formation du futur **cadre citoyen**.

OBJECTIFS

1. Gérer sa pratique d'apprentissage, d'entraînement.
2. S'investir et gérer un groupe, une structure, un projet collectif.
3. Prendre en charge sa santé (physique, mentale, sociale) en tant que bien-être à réguler en permanence.

Domaines de compétences	Compétences visées	Compétences développées par la pratique	
I. Motrices	A) Maîtrise des fondamentaux techniques, tactiques ainsi que la préparation physique et mentale en vue d'être performant	1	Maîtriser les fondamentaux techniques de l'activité en vue d'atteindre un but
		2	S'adapter aux conditions de jeu, rapports de force, milieux, espaces scéniques
		3	Mobiliser et développer des qualités physiques spécifiques à l'activité (endurance, souplesse, gainage, vitesse...)
		4	Mobiliser des ressources psychologiques au service de l'action (concentration, persévérance, dépassement, gestion du stress, confiance...)
II. Personnelles	B) Prise en charge durable de sa santé et de sa sécurité C) Contrôle de soi : stress, émotions D) Faire preuve d'innovation et de créativité	5	Savoir s'échauffer de façon autonome et personnalisée afin de préserver son intégrité physique
		6	Connaître ses préférences motrices et identifier les mobiles de sa pratique pour s'engager durablement (tout au long de la vie)
		7	Connaître les principes physiologiques pour un maintien en bonne santé (préparation à l'effort, récupération, dosage et gestion de l'effort)
		8	Gérer ses émotions et son stress en situation d'opposition, de compétition, de représentation ou d'incertitude
		9	Connaître ses points forts et ses points faibles pour les exploiter de façon optimale
		10	S'engager dans un processus de création et imaginer des solutions originales
		11	Oser sortir de sa zone de confort pour évoluer dans ses pratiques (tout en identifiant les risques objectifs)
III. Relationnelles et sociales	E) Travailler en équipe : écouter, communiquer, fédérer, animer, former, manager F) Adopter une démarche « éco-citoyenne » : respect des autres, de soi, de l'environnement	12	Maîtriser les attitudes permettant d'assurer la sécurité du groupe
		13	Agir dans le respect de soi, des autres, des règles du jeu, de l'environnement et du matériel
		14	Former ses pairs, faire preuve d'empathie, d'altruisme et de leadership
		15	Adapter sa communication verbale et non verbale au groupe
		16	S'intégrer à une équipe et contribuer à son dynamisme
		17	Gérer les conflits en vue d'une issue positive pour chacun
IV. Méthodologiques	G) Gestion de projets complexes : objectifs, planification, rôles, suivi, régulation H) Prise de décision et adaptation : informations, ressources, feed-back	18	S'investir dans un projet d'apprentissage (situer son niveau initial, définir des axes de progression, rechercher des informations, s'auto-évaluer)
		19	Planifier sa pratique en vue d'atteindre des objectifs réalistes
		20	Utiliser les feedback pour réguler sa pratique et ses décisions
		21	Définir et répartir les responsabilités au sein du groupe
		22	Réguler et assurer le suivi d'un projet collectif

EVALUATION

Préambule

Compte-tenu de la diversité des établissements, les éléments suivants ne sont que des orientations que chaque équipe d'enseignants pourra adapter en fonction de son contexte.

Qu'évalue-t-on ?

Les 4 grands domaines de compétences du référentiel (cf tableau ci-avant).

Comment l'évalue-t-on ?

Une part prépondérante sera accordée aux compétences motrices dans la mesure où elles sont spécifiques aux APSA.

Les 3 autres domaines seront également évalués. Une compétence du domaine personnel sera laissée au choix de l'étudiant, dans un souci d'individualisation de son parcours de formation.

L'enseignant choisira au moins 1 compétence dans chacun des 2 autres domaines (« relationnelles et sociales » & « méthodologiques »).

Il est intéressant que l'étudiant s'approprie la grille sous forme d'une autoévaluation diagnostique.

L'évaluation sommative sera réalisée par l'enseignant ou sous forme de co-évaluation.

Exemple de grille d'évaluation

En fonction du choix des équipes, l'évaluation des compétences peut être traduite en note.

		Niveau d'acquisition	Non acquis	En cours d'acquisition	Acquis	Consolidé dans tous les contextes
		Notation possible	0	1	2	3
Domaines de compétences	Motrices	Maitriser les fondamentaux techniques de l'activité en vue d'atteindre un but	Les niveaux d'acquisition des 4 compétences du domaine moteur seront à déterminer par l'enseignant selon l'activité			
		S'adapter aux conditions de jeu, rapports de force, milieux, espaces scéniques				
		Mobiliser et développer des qualités physiques spécifiques à l'activité (endurance, souplesse, gainage, vitesse...)				
		Mobiliser des ressources psychologiques au service de l'action (concentration, persévérance, dépassement, gestion du stress, confiance...)				
	Personnelles	Connaître les principes physiologiques pour un maintien en bonne santé (préparation à l'effort, récupération, dosage et gestion de l'effort)	Pratique inconsciente	Doit être guidé	Connait et applique les grands principes	Est capable de se construire une séquence d'entraînement
	Relationnelles et sociales	Former ses pairs, faire preuve d'empathie, d'altruisme et de leadership	Participe pour lui	Donne quelques feedback s'il est sollicité	Acteur (coaching ponctuel)	Leader, manager
Méthodologiques	Utiliser les feedback pour réguler sa pratique et ses décisions	Imperméable aux conseils	Accepte les conseils mais n'évolue pas dans sa pratique	Applique les consignes pour progresser	Est proactif dans la recherche de solutions pour progresser	
	S'investir dans un projet d'apprentissage (situer son niveau initial, définir des axes de progression, rechercher des informations, s'auto-évaluer)	Ne s'investit pas	Se surestime ou se sousstime, définit des axes de progression non pertinents	Lucide sur son niveau, il détermine des axes de progression cohérents	Est capable de mettre en place une planification lui permettant d'atteindre ses objectifs	

Compétences définies par l'enseignant
Compétences choisies par l'étudiant

Conditions de validation

Chaque équipe pédagogique déterminera les conditions d'assiduité, d'inaptitude médicale et de validation.

Elle peut structurer l'évaluation par semestre, avec une progression au cours du cursus.