

UNITÉ D'ENSEIGNEMENT OPTIONNEL OBLIGATOIRE À CHOIX THÉORIE ET PRATIQUE DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES ET ARTISTIQUES HANDISPORT, VOLLEY ASSIS - UNE AUTRE VISION DU JEU

COMPÉTENCES ATTENDUES

Les compétences générales suivantes organisent l'ensemble de l'APSA.

DOMAINES DE COMPÉTENCES	COMPÉTENCES VISÉES	COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES PAR LA PRATIQUE
Motrices	Maîtrise des fondamentaux techniques, tactiques, ainsi que la préparation physique et mentale en vue d'être performant	<ol style="list-style-type: none"> 1. Maîtriser les fondamentaux techniques de l'APSA 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, vitesse, souplesse, gainage...) 4. Mobiliser des ressources psychologiques au service de l'action (concentration, persévérance, dépassement, gestion du stress, confiance...)
Personnelles	1. Prise en charge durable de sa santé et de sa sécurité	<ol style="list-style-type: none"> 1. Savoir s'échauffer de façon autonome et personnalisée afin de préserver son intégrité physique 2. Connaître ses préférences motrices et identifier les mobiles de sa pratique pour s'engager durablement (tout au long de la vie) 3. Connaître les principes physiologiques pour un maintien en bonne santé
	2. Contrôle de soi : stress, émotions	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gérer ses émotions et son stress en situation d'opposition, de compétition, de représentation ou d'incertitude 2. Connaître ses points forts et ses points faibles pour les exploiter de façon optimale
	3. Faire preuve d'innovation et de création	<ol style="list-style-type: none"> 1. S'engager dans un processus de création et imaginer des solutions originales 2. Oser sortir de sa zone de confort pour évoluer dans ses pratiques
Relationnelles et sociales	1. Travailler en équipe : écouter, communiquer, fédérer, animer, former, manager	<ol style="list-style-type: none"> 1. Maîtriser les attitudes permettant d'assurer la sécurité du groupe 2. Agir dans le respect de soi et des autres, des règles du jeu, de l'environnement et du matériel 3. Former ses pairs, faire preuve d'empathie, d'altruisme et de leadership
	2. Adopter une démarche éco-citoyenne : respect des autres, de soi, de l'environnement	<ol style="list-style-type: none"> 1. Adapter sa communication verbale et non verbale au groupe 2. S'intégrer à une équipe et contribuer à son dynamisme 3. Gérer les conflits en vue d'une issue positive pour chacun
Méthodologiques	1. Gestion de projet complexes : objectifs, planification, rôles, suivi, régulation	<ol style="list-style-type: none"> 1. S'investir dans un projet d'apprentissage (situer son niveau initial, définir des axes de progression, rechercher des informations, s'auto-évaluer) 2. Planifier sa pratique en vue d'atteindre des objectifs réalistes
	2. Prise de décision et adaptation : informations, ressources, feedback	<ol style="list-style-type: none"> 1. Utiliser des feedbacks pour réguler sa pratique et ses décisions 2. Définir et répartir les responsabilités au sein d'un groupe
		<ol style="list-style-type: none"> 3. Réguler et définir un projet au sein d'un groupe

A travers l'UE Handisport les compétences générales surlignées ci-dessus seront particulièrement sollicitées.

Les compétences spécifiques

Développer ces compétences générales sous-tend de s'investir dans l'activité handisport à travers des compétences spécifiques à l'activité, constituant ainsi la trame de la formation.

Durant les séances proposées, l'étudiant(e) devra au travers des compétences spécifiques suivantes :

- ▶ Vivre, participer, gérer un échauffement
- ▶ Être à l'écoute des consignes données par l'enseignant et savoir questionner sa pratique pour résoudre des problèmes posés
- ▶ Développer sa motricité générale et spécifique
- ▶ Faire preuve d'initiative
- ▶ Proposer des situations d'apprentissages
- ▶ Être à l'écoute d'enfant ayant un handicap et les accompagner dans leur pratique
- ▶ Acquérir des connaissances théoriques sur les formes de handicaps et leurs gestions pendant la pratique sportive

PLANIFICATION DU CYCLE

Trame du cycle / objectif des séances

01

Pratique de soft volley

- ▶ Introduire le handicap, l'inclusion, l'accessibilité à la pratique

02

Pratique du fit volley

- ▶ Explication des grandes lignes de la pratique, l'intérêt, le public cible, le matériel / adaptation

03

Pratique du volley assis

04

Pratique du volley assis

- ▶ Réflexion sur des exercices

05

Reconstitution

- ▶ Les étudiants mettent en place les exercices qu'ils ont imaginés en encadrant les autres élèves

06

Pratique du basket fauteuil

07

Pratique du cécifoot

08

Pratique du volley assis

09

Evaluation théorique

L'ÉVALUATION

Précisions générales

Concernant l'attribution des crédits, les étudiant(e)s ne pourront en bénéficier que :

- ▶ S'ils ont participé, de manière motrice ou organisationnelle à au moins 7 des 9 séances de la séquence
- ▶ S'ils ont participé à l'évaluation de fin de cycle qui porte sur les aspects théoriques et pratiques abordés en cours. Une évaluation au milieu du cycle de formation peut être prise en compte.

Précisions spécifiques

Grille et protocole d'évaluation portant sur la pratique sur 13 points

	NIVEAU 1	NIVEAU 2	NIVEAU 3	NIVEAU 4
Implication Investissement	Se désintéresse Arrive en retard	Est présent mais ne participe pas ou peu	Agit avec retenu Essaie d'être actif	Propose, discute, agit même si peu de réussite
Ouverture à la différence Réceptif aux problématiques rencontrées	Peu ouvert Pas réceptif	Ouvert à la différence Sensible aux problématiques Ampathique	Assez ouvert Sensible et s'interroge	Est à l'écoute Observe avec attention
Questionnement Curiosité	Se désintéresse	Essaie de comprendre	Veut comprendre	Veut comprendre et apprendre
Pertinence des exercices proposés	Reste en retrait	Prend part aux exercices	Aides à améliorer les exercices proposés par les autres	Force de proposition

Evaluation théorique

L'évaluation théorique sur 7 points porte sur :

- ▶ Les principes du volley assis
- ▶ Les notions liés au parasport et au handicap

CONTENU THÉORIQUE

Les points suivants seront abordés :

Le volley assis

- ▶ La classification des pratiquants dans les compétitions en para-sport
- ▶ Les 7 handicaps éligibles au volley assis
- ▶ L'histoire du volley assis

Qu'est-ce que le handicap ? ses différentes formes

La définition du handicap par l'article L114 – code de l'action sociale et des familles

Définir les différents handicaps : à chaque fois les étudiants expriment leurs idées

L'inclusion : définition, organisation

Accessibilité : définition, organisation