

**APSA DE POLYVALENCE FPO105BM**  
**Champ d'enseignement : BCC3**

**Année et semestre d'étude** (cochez l'année et le semestre relatifs à l'enseignement)

| Licence 1 TC |    | Licence 2 TC | Licence 2 EM | Licence 3 EM PCL |    | Licence 3 EM PE |    | Licence 3 APAS |    |    | Licence 3 ESPM |    |    | Licence 3 MS |    |    | Licence 3 GDOSSL |    |
|--------------|----|--------------|--------------|------------------|----|-----------------|----|----------------|----|----|----------------|----|----|--------------|----|----|------------------|----|
| S1           | S2 | S3           | S4           | S5               | S6 | S5              | S6 | S4             | S5 | S6 | S4             | S5 | S6 | S4           | S5 | S6 | S5               | S6 |
| X            |    |              |              |                  |    |                 |    |                |    |    |                |    |    |              |    |    |                  |    |

**Nature et volume du cours** (renseignez le nombre d'heures ou de semaines de stage relatifs à l'enseignement)

| Cours magistral (CM) | Travaux dirigés (TD) | Travaux Pratiques (TP) | Pédagogie Active | Stage    |
|----------------------|----------------------|------------------------|------------------|----------|
| h                    | 10 h                 | 24 h                   | h                | semaines |

**Objectifs de l'enseignement** (précisez en quelques lignes les notions abordées, les connaissances et/ou compétences visées par l'enseignement)

- Analyser une APSA de polyvalence : règlement, histoire, enjeux de formation, niveaux de pratique, échauffement, ...
- Réaliser une performance maîtrisée dans l'APSA de polyvalence en atteignant un niveau minimum de pratique
- Mettre en œuvre des connaissances pour réaliser et/ou intervenir dans un échauffement

**Mots-clés**

Histoire – Origines- Règlement – Techniques – Tactiques – Echauffement- pédagogie- physiologie de l'effort- Etirements- Equilibres- coordination- performance- Efficacité- Observation- Evaluation- Niveau de pratique- Analyse et traitement didactique- objectifs- planifications...

**Compétences à aborder.**

- Être capable de performer dans l'APSA en s'appuyant sur les principes techniques et tactiques
- Être capable de réfléchir sur l'organisation motrice du pratiquant
- Être capable de tenir différents rôles (arbitre, juge, observateur, coach)
- Être capable de se préparer pour intervenir dans une phase d'échauffement pour le groupe

**Modalités d'évaluations envisagées : CCP**

CC 50% SAE pratique  
CC 20% intervention  
CT 30% Écrit 1h00

**Plan de cours :**

- 5 TD de 2h
- 12 TP de 2h en règle générale

**Bibliographie indicative :**

En fonction des APSA