



# CONSTRUCTION DE CYCLE

---

**BP JEPS APT**

## Bloc de compétence :

### Objectif du cours :

Capacité à réaliser un cycle prévisionnel en prenant compte différents domaines : Public, APS, environnement, matériel

### Moyens :

Cours magistral

### Prérequis :

Maitrise une séance sèche  
Connaissance du public  
Construction d'une séance  
Clé de consignes

### Support de compétences transversales :

Les différents courant pédagogique

### Évaluation du bloc :

**Le :**

**Par :** Floriane DA SILVA

## ANALYSE DE L'APS

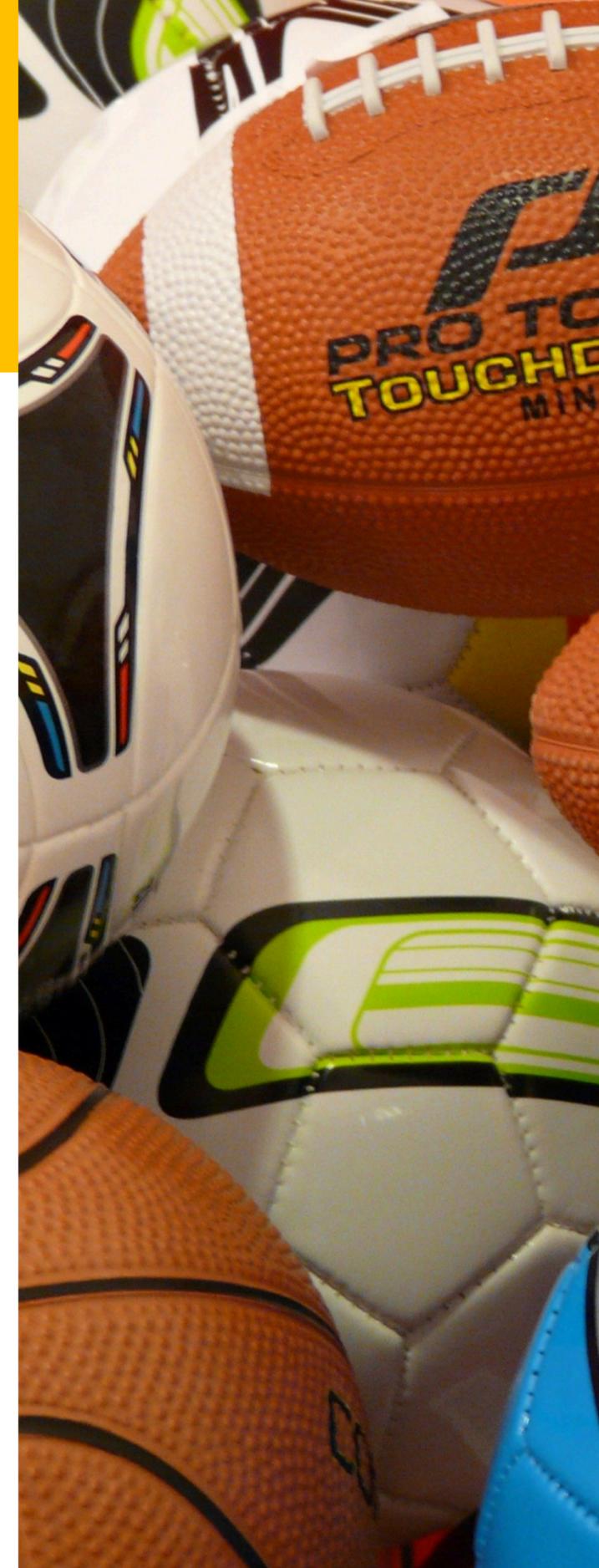
Identifier toutes les techniques

Habiletés motrices

Habiletés tactique

Règle fondamentale pour la pratique du jeu

Règle de jeu



## Connaître les caractéristiques du public cible

	Développement physique	Développement intellectuel	Développement social	Développement affectif
Enfant de 7 à 11 ans	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Croissance irrégulière</li> <li>-Sexualité peu affirmé</li> <li>-Connaît son propre corps + agile, activité + compliqué</li> <li>-Besoin de se dépenser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Capacité de concentration importante</li> <li>-Apprend à lire/ écrire</li> <li>-Capable de donner avis personnel</li> <li>-Raisonnement logique</li> <li>-Différencie le bien/mal</li> <li>-Aime se mesurer</li> <li>-Plaisir différer, peut attendre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Imite les personnages qui lui plaisent</li> <li>-+ en+ relation extérieur</li> <li>-Se regroupe par sexe</li> <li>-Besoin de partager, collaborer d'échanger</li> <li>-Confiance en l'adulte qui fait respecter les règles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Le parent n'est plus l'unique référence</li> <li>-Regroupe par affinités</li> <li>-N'exprime pas ses sentiments de manière spontanées : Apparition de la pudeur</li> </ul>

	Plan morpho-biologique	Plan psychomoteur	Plan socio-affectif	Incidences pédagogique
Enfant de 7 à 11 ans	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Rythme régulier</li> <li>-Corps mieux proportionnée</li> <li>-Maturation du système nerveux</li> <li>-Peu de puissance musculaire</li> <li>-Bonne endurance</li> <li>-Disparité entre les enfants</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Mouvement plus précis</li> <li>-Meilleur équilibre</li> <li>-Coordination amélioré</li> <li>-Esprit d'analyse</li> <li>-Plus grande attention</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Respect des valeurs familiales</li> <li>-Sociabilisations importante</li> <li><b>-Rejet de l'injustice</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Meilleure acquisition technique</li> <li>-Motricité : vitesse exécution, adresse, précision</li> <li>-Respect des règles</li> <li>-Esprit de groupe</li> <li>-Séance courte</li> <li>-Mixité pas de problème</li> <li>-Endurance développée</li> <li>-Besoin de groupe de niveau</li> </ul>



# CONSTRUCTION DE MON CYCLE 6 SÉANCES

Séance 1

Séance 2

Séance 3

Séance 4

Séance 5

Séance 6

Objectif de cycle



Toutes les habilités motrices vont permettre d'effectuer les habilités tactique.

Par exemple pour réussir à occuper le terrain il faut savoir dribbler et faire une passe.

Amener toutes les habilités motrices afin de développer les habilités tactiques et pouvoir ainsi prendre plus de plaisir dans la pratique du handball/basket.





**JE TROUVE UN OBJECTIF DE CYCLE ADAPTÉ À MES PARTICIPANTS  
JE TROUVE UNE VOIR DEUX FINALITÉS ÉDUCATIVE DE MON CYCLE**

Séance 1

Séance 2

Séance 3

Séance 4

Séance 5

Séance 6



Puis en découle mes séances précédentes pour identifier les besoins techniques, motrice et tactique pour arriver à ma finalité.



# PRÉSENTATION DE MON CYCLE

PUBLIC : 7-9 ANS GE2 GM1

<b>Développement physique</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Croissance irrégulière</li> <li>- Sexualité peu affirmée</li> <li>- Connait son propre corps</li> <li>- Plus agile, effectue des activités plus compliquées</li> <li>- Besoin de beaucoup se dépenser</li> </ul>	<b>Plan morpho-biologique</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rythme régulier</li> <li>- Corps mieux proportionné</li> <li>- Maturation du système nerveux</li> <li>- Ne fais pas d'efforts de résistance</li> <li>- Bonne endurance</li> <li>- Disparité entre enfants</li> </ul>
<b>Développement intellectuel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Capacité de concentration plus importante</li> <li>- Sait bien lire et écrire</li> <li>- Capable de donner un avis personnel, faire des choix, raisonner logique</li> <li>- Peut comprendre des notions complexes</li> <li>- Comprend le bien et le mal</li> <li>- Aime se mesurer aux autres</li> <li>- Plaisir différer, peut attendre</li> </ul>	<b>Plan Psychomoteur</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mouvements plus précis</li> <li>- Équilibre</li> <li>- Coordination améliorée</li> <li>- Gauche/droite acquis</li> <li>- Esprit d'analyse</li> <li>- Plus grande attention</li> </ul>

<b>Développement social</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Imité les personnages qui lui plaise</li> <li>- De plus en plus de relations extérieures</li> <li>- Se regroupe par sexe</li> <li>- Besoin de partager, collaborer, échanger</li> <li>- Confiance en l'adulte qui fait respecter les règles</li> </ul>	<b>Plan socio-affectif</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Respect des valeurs familiales</li> <li>- Socialisation importante</li> <li>- Rejet de l'injustice</li> </ul>
<b>Développement affectif</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les parents ne sont plus l'unique référence</li> <li>- Regroupement par affinités</li> <li>- N'exprime pas ses sentiments de manière spontanée : apparition pudeur</li> </ul>		



Je prend connaissance des règles du jeu

Les règles fondamentales

La logique interne de l'activité

Le matériel nécessaire à la pratique



# HABILITÉ MOTRICE

La passe / reception

Le dribble

Le tir

Pied d'appuis / de pivot

Le déplacement



# HABILITÉ TACTIQUE

L'attaque

La défense

Le démarquage

L'occupation du terrain

Conservation du ballon

Appel du ballon



# TECHNIQUE / VOCABULAIRE

**Kung-fu** : il fait partie des actions les plus spectaculaires du handball. Le joueur attrape le ballon lorsqu'il est en hauteur au-dessus de la zone de but de l'autre camp. Ici, il a l'obligation d'exécuter le tir avant de redescendre.

**La roucoulette** : C'est un geste technique qui permet de dérouter le gardien de but.

Par la force du mouvement du poignet, le ballon est éjecté à l'extérieur pour ensuite revenir à l'intérieur des filets après avoir rebondi. C'est un geste purement magique et le handballeur allemand Uwe Gensheimer le pratique si bien.

## Le tir

C'est un geste qui met en confrontation directe le joueur et le gardien par la force de tir de la balle.

Il existe différents types de tir à savoir :

Le tir en appui

Le tir désaxé

Le tir en suspension

Le tir à la hanche

Le tir en plongée

Le tir à longue portée

**Attention : les techniques doivent être adaptées aux capacités physiques du public et de l'objectif de votre cycle et de séance.**

Autre ex : un coup droit en ultimate peut être compliqué à réaliser pour un enfant de 7 ans car c'est une technique spécifique.

# PÉDAGOGIE

Je vais utilisé la **pédagogie par répétition** qui consiste à répéter un geste passivement puis de plus en plus activement afin de se l'approprier et de le réaliser correctement.

Je vais également utilisé la **pédagogie par immersion** qui consiste à mettre les enfants directement dans le handball afin d'apprendre les règles et habilités sur le terrain et le plus vite possible.

---

# OBJECTIFS DU CYCLE

Opérationnel : Être capable de s'organiser de façon collective

Éducatif : Le fair-play / la cohésion

**s1**

E.C de se familiariser avec l'activité

E.C de faire une passe et de la recevoir et de déplacer

**Finalité : Confiance en soi, respect des règles/ consignes / matériel**

**s2**

E.C de dribbler et utiliser mes pieds d'appuis et pied de pivot

**Finalité : Coordination - estime de soi**

**s3**

E.C de me déplacer en utilisant les habilités motrice de base (passe, dribble) et de tirer dans la zone d'en but

E.C d'occuper le terrain avec les déplacements

**Finalité : Fair-play**

Durant les 3 première séances j'insiste à travers la répétition sur les habilité motrice de base de l'activité grâce à différentes situations individuelle / collectif.

Je met une situation de match à partir de la séance deux afin d'évaluer leur capacité de communication pour commencer à intégrer les habilités tactique tel que "Appel contre Appel et conservation de ballon"

Une notion tactique arrive en fin de séance 3 sur l'occupation du terrain : Pédagogie d'immersion

# OBJECTIFS DU CYCLE

s4

E.C capable d'occuper le terrain et de se démarquer.

Appel et conservation du ballon

E.C de communiquer

**Finalité : cohésion d'équipe et coopération**

s5

E.C de défendre sur un adversaire

**Finalité : Respect de mes adversaire et coéquipier**

s6

E.C de s'organiser de façon collective

**Finalité : cohésion d'équipe et fair-play**

Les 3 dernières séances sont ciblées sur les habiletés tactiques. Attention même dans les séances 4 5 6, nous revoyons constamment les habiletés motrices notamment lors de l'échauffement. Et lors d'une première situation.

Les situations de match peuvent être un très bon moyen d'immersion (méthode pédagogique) en adaptant les règles du jeu à travers des variables évolutions pour répondre à l'objectif de séance.

L'éducateur doit appliquer la méthode pédagogique mais également les clés de consignes.

# FINALITÉS ÉDUCATIVES

Acquisition de valeurs sociales : Le sport permet d'enseigner aux enfants des valeurs importantes telles que le **fair-play, le respect, l'esprit d'équipe, la coopération et la tolérance envers les autres.**

Développement de l'autodiscipline : En suivant les règles du jeu, les enfants apprennent à se discipliner et à **respecter les consignes** données par l'éducateur. Cela favorise leur capacité à suivre des **règles et à respecter l'autorité. Par ailleurs elle inclus le respect des autres : de ses coéquipiers et adversaire.**

Renforcement de l'**estime de soi** : La pratique sportive permet aux enfants de développer leur **confiance en eux**, de prendre conscience de leurs capacités et de leurs progrès. Ils apprennent à se fixer des objectifs réalistes et à être fiers de leurs réalisations

Apprentissage de la gestion du stress : Le sport offre aux enfants l'opportunité de **gérer le stress**, la pression et les émotions associées à la compétition. Ils apprennent à contrôler leur stress et à rester concentrés dans des situations de haute intensité





La construction de cycle est toujours **prévisionnelle**.

Il est sur à 99% que vos séances devront être réajuster en fonction de **VOUS** mais également de votre **PUBLIC** !

A white sign hanging from a string on a white brick wall, surrounded by gold confetti. The sign displays '99%' in large black font.

99%