Collège
Édouard-Montpetit
École nationale d'aérotechnique

109-442-02

AUTOMNE 2004

PLAN DE COURS

PROGRAMME :	280.03 Entretien d'aéronefs 280.04 Avionique 280.B0 Techniques de construction aéronautique		
DÉPARTEMENT :	ÉDUCATION PHYSIQUE		
COURS :	Soccer : ensemble 2 – efficacité et activité physique		
DISCIPLINE :	109 Éducation physique		
Heures-semaine :	Théorie : 0	Pratique : 2	Étude personnelle : 1
Cours corequis à :	Aucun		
Cours préalable à :	Aucun		

Professeur(s)	**Bureau**	**☎ poste**	**✉ courriel ou site web**
Ion Lefter	E-09	390	ilefter@collegeem.qc.ca

PÉRIODE DE DISPONIBILITÉ AUX ÉTUDIANTS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
AM					
PM					

Coordonnateur(s) du département	**Bureau**	**☎ poste**	**✉ courriel ou site web**
Ako Millette	AR2	2945	amillette@collegeem.qc.ca

NOTE : L'usage épicène du masculin dans ce texte est une forme neutre : il ne vise qu'une meilleure lisibilité du texte et ne comporte aucun caractère discriminatoire à l'égard des personnes de sexe féminin.

1.0 PRÉSENTATION DU COURS DE SOCCER, ENSEMBLE 2

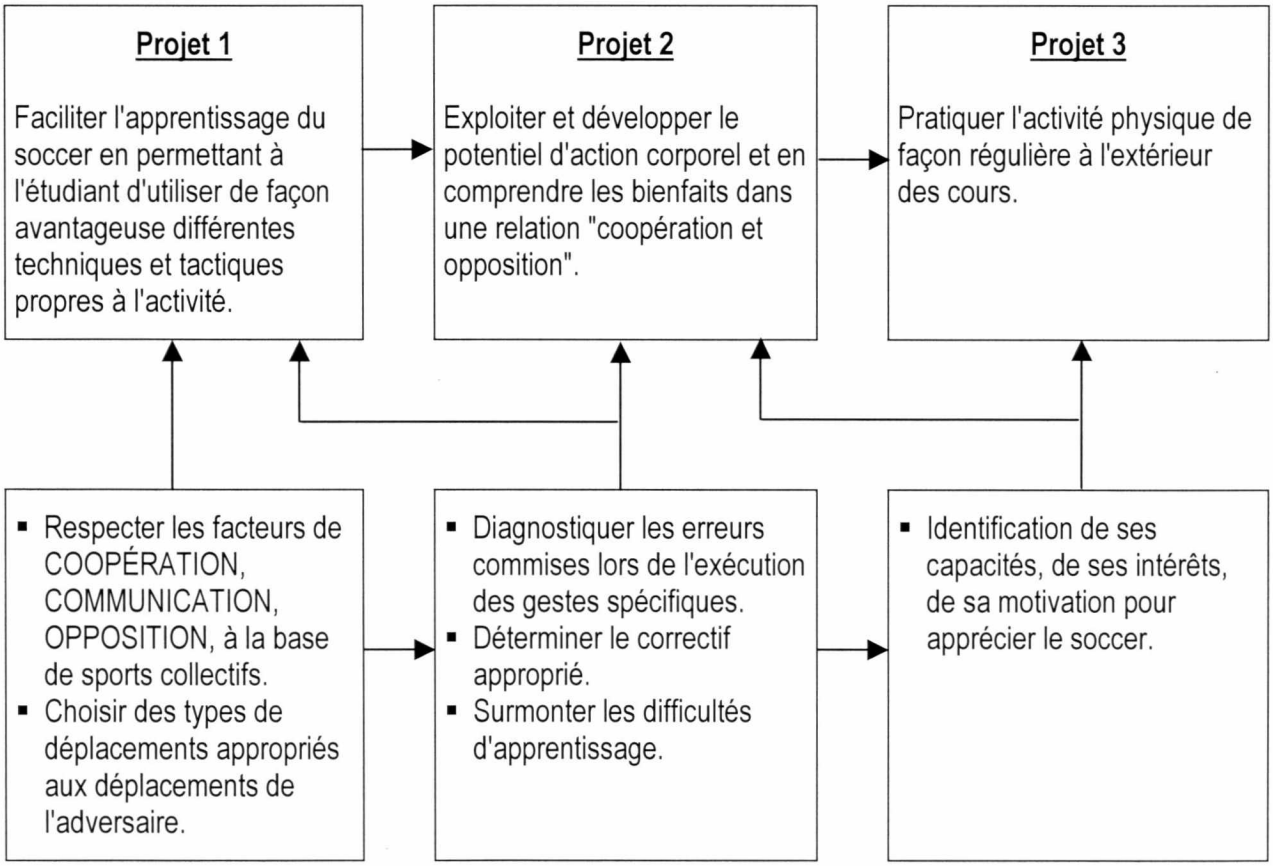
Le soccer fait partie de sports d'équipe, le joueur étant en relation de **coopération** avec des partenaires dans la réalisation d'un objectif commun, pour l'atteinte duquel chacun doit assumer une tâche précise selon un plan, une stratégie de base approuvée par chaque joueur. C'est un jeu vigoureux, exigeant de l'habileté, de l'endurance, du jeu d'ensemble et de bons réflexes.

L'enjeu du soccer, c'est **l'espace** (le terrain de jeu). La **communication** doit être constante, les messages sont brefs et obéissent à un code connu de chaque joueur; c'est la clé de sports d'équipe. La stratégie devrait permettre une juste **opposition** aux ressources de l'adversaire.

Le cours de soccer vise l'apprentissage des gestes techniques et tactiques pertinents à cette activité : déplacements, contrôle du ballon et du territoire, dribble, passe et réception, tir, coup de pied et de tête, remise en touche, jeu du gardien, gestes qui visent à atteindre le but adverse pour marquer.

L'étudiant devra apprendre les lois du jeu, condition essentielle à la coopération au sein d'une équipe.

1.1 Schéma de l'activité



2.0 RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

2.1 L'Éducation physique au collégial

Les objectifs particuliers de collégial sont également des objectifs d'études terminales, essentiels à l'acquisition d'une maturité authentique, car ce niveau d'études conduit soit au marché du travail soit à l'université :

- met en évidence l'activité physique comme moyen privilégié pour mener une vie active, saine et équilibrée;
- met en évidence les attitudes nécessaires à l'adoption d'une vie active, saine et équilibrée comme valeur personnelle et sociale.
- met en évidence les compétences personnelles nécessaires pour agir de façon responsable et efficace sur son mieux-être et sa qualité de vie;
- met en évidence la pratique régulière de l'activité physique comme élément essentiel d'un mode de vie marqué par la vitalité et l'épanouissement personnel;
- propose un ensemble d'expérimentations d'activités physiques et d'apprentissages théoriques organisés dans une démarche visant la prise en charge de sa condition physique de façon responsable et autonome par l'étudiant.

2.2 L'éducation physique et la formation générale

Avec les autres disciplines de la formation générale, l'éducation physique contribue au développement des habiletés, des connaissances et des attitudes nécessaires pour s'intégrer à la société comme individu lucide, responsable et actif. Elle contribue à divers degrés aux buts de la formation générale :

- la capacité de développer une pensée autonome et critique sur son mode de vie et sa santé;
- la conscience de ses responsabilités envers soi et les autres;
- l'application des savoirs à l'analyse de situations et à la détermination de l'action;
- la prise de conscience de la nécessité d'adopter des habitudes de vie qui favorisent une bonne santé;
- la conceptualisation;
- l'analyse et la synthèse;
- la maîtrise de méthode de travail;
- le développement de l'autonomie.

2.3 L'éducation physique et l'épreuve synthèse de programme

La démarche proposée dans chacun des ensembles contribue à préparer et à outiller l'étudiant pour son épreuve synthèse :

- l'évaluation de sa situation personnelle et de ses besoins, et les réponses à ses besoins (ensemble 1);
- la méthode de travail par objectifs personnels (ensembles 2 et 3);
- la gestion des facteurs d'organisation et de motivation dans une démarche de prise en charge de sa condition physique (ensemble 3).

2.4 Cadre général de formation

Les cours offerts en éducation physique sont partagés en trois ensembles. Pour obtenir les trois unités en éducation physique, l'étudiant devra réussir un cours de chaque ensemble. Il n'y a pas de préalables aux cours des ensembles 1 et 2. Par contre, la réussite de deux premiers ensembles est préalable à l'ensemble 3.

Le cours d'éducation physique ne comble pas les besoins d'activité physique de l'étudiant. Afin de mieux performer à l'école et pour favoriser le développement des compétences en éducation physique, il est fortement suggéré aux étudiants de rechercher dès leur entrée au collège, des façons d'être régulièrement actif en dehors de ses cours d'éducation physique.

2.5 3 ensembles / 3 cours / 3 objectifs / 3 démarches

Ensemble 1 : L'étudiant évalue sa situation personnelle au regard de sa condition physique et de ses habitudes de vie. Il identifie ses besoins et propose des activités physiques en lien avec les bénéfices santé recherchés, sa motivation et ses capacités.

Ensemble 2 : L'étudiant améliore son efficacité dans la pratique d'une ou de plusieurs activités physiques par l'intermédiaire d'une démarche par objectifs d'apprentissage.

Ensemble 3 : L'étudiant utilise les acquis des deux premiers ensembles pour mettre en place les conditions favorables à la pratique régulière, stimulante et autonome de l'activité physique. Il gère les facteurs favorisant le maintien et le développement de cette habitude dans un contexte de prise en charge de ses besoins d'activité physique.

Au terme de l'ensemble 3, donc à la fin de sa démarche en éducation physique au collégial, l'étudiant devra démontrer une condition physique cardio-vasculaire lui permettant d'atteindre le seuil de réussite dans une épreuve ou un test critérié.

2.6 Particularité du programme d'éducation physique au Collège Édouard-Montpetit

Afin de contrer les effets dévastateurs de la sédentarité, tous les cours présentent de façon régulière une activité ou une routine d'exercices exigeant un effort soutenu et vigoureux avec un accent particulier sur le développement de la composante cardio-vasculaire que l'étudiant est aussi invité à prendre en charge dans sa pratique hors-cours.

3.0 OBJECTIF GÉNÉRAL DE L'ENSEMBLE 2

Améliorer son efficacité lors de la pratique d'une activité physique (0-2-1).

3.1 Renseignements liés à la pondération (0-2-1)

0 = temps hebdomadaire consacré aux apprentissages théoriques.
2 = temps hebdomadaire consacré à la pratique d'activités physiques.
1 = temps hebdomadaire consacré au travail personnel.

3.2 Formule du cours

Une activité de 45 heures réparties sur 10 semaines à raison de trois heures de cours intensif et d'une heure et demie de travail personnel par semaine.

4.0 OBJECTIF GÉNÉRAL – SOCCER

Améliorer son efficacité à s'opposer en attaque et en défense à des adversaires en exploitant diverses tactiques individuelles et collectives.

5.0 OBJECTIF TERMINAL – SOCCER

Utiliser diverses actions offensives favorisant la progression du ballon (approbation, passe, lancer), le soutien de l'attaque (utilisation des espaces libres, récupération) et réaliser des actions défensives de protection du territoire et d'interception du ballon en conjuguant ses efforts à ceux de ses partenaires.

6.0 EXIGENCES PARTICULIÈRES AU COURS DE SOCCER

- Aucun degré d'habileté préalable n'est requis pour ce cours. On subdivise le groupe en deux sous-groupes homogènes (des joueurs expérimentés et des joueurs débutants), en limitant les écarts d'habileté et en multipliant les possibilités de "toucher le ballon" en phase de jeu.

- Se procurer à la COOP le document "Guide de l'étudiant – Soccer", #3398.

- Les étudiants devront démontrer un comportement respectueux de l'environnement pendant la pratique de soccer et une attitude de respect envers leurs adversaires (qui sont avant tout des collèges de groupe).

6.1 Tenue vestimentaire

L'équipement de soccer est obligatoire :

- T-shirt, short ou pantalon de sport adéquat à l'activité, souliers à crampons de soccer et des bas.

- Il faut prévoir une tenue vestimentaire pour pouvoir affronter les rigueurs de la température (pluie, froid). On ne peut être exempté d'un cours pour tenue vestimentaire inadéquate.

- Du vestiaire du collège, l'étudiant circule vers l'extérieur avec ses chaussures en main. De l'extérieur vers les vestiaires, l'étudiant reprend ses souliers en main afin d'éviter les blessures et de ne pas laisser de terre dans les corridors. Au vestiaire, on n'utilise pas les services sanitaires pour laver ses chaussures.

- Le port de bijoux est limité et le professeur pourra demander à l'étudiant de les retirer s'il le juge nécessaire.

- Le couvre-chef est interdit (exemple : casquette, foulard, etc.).

6.2 Contraintes matérielles

- Crayon.

- Cadenas pour le vestiaire.

7.0 ÉLÉMENTS DE CONTENU

- Application d'une démarche conduisant à l'amélioration de son efficacité dans la pratique de soccer.

- Détermination de ses limites, de ses capacités et de ses besoins.

- L'augmentation progressive du temps d'exécution ou des répétitions.

- Acquérir l'habitude de planifier et de pratiquer régulièrement des activités physiques.

- Au niveau de ses habiletés physiques, le participant met l'accent sur la maîtrise de nouvelles habiletés érigées en système et le perfectionnement d'habiletés déjà acquises.

8.0 DÉROULEMENT DU COURS

PROJET 1	Stratégie	Résultats	Travail	Évaluation
Objectifs : Évaluer sa situation au départ et élaborer des objectifs personnels. Durée : Ce projet met en place la base de la démarche et aura été complété dans les deux premiers cours.	▪ Relevé initial avec fiche d'observation et d'auto-évaluation à l'aide duquel le participant peut identifier ses forces et ses faiblesses, donc les éléments qui doivent être améliorés pour obtenir des gains d'efficacité. ▪ Intégration des objectifs personnels dans l'activité. Méthodes : ▪ présentation du plan de cours et du cahier du participant; ▪ exposé sur les règles de sécurité; ▪ fiche technique; ▪ exploitation de l'espace d'action; ▪ marquage; ▪ démonstration; ▪ expérimentation; ▪ observation.	▪ Formulation correcte d'objectifs personnels et de moyens, en lien avec les besoins d'apprentissage, les capacités et aptitudes, démontrant les qualités suivantes : - accessibles; - réalistes; - stimulantes; - observables.	▪ Compléter les formulaires d'autoévaluation pour établir : - son niveau de départ (condition physique, aptitudes psychologiques); - ses motivations. Lecture : ▪ Plan de cours. ▪ Guide de l'étudiant "Soccer", COOP #3398. ▪ Règles de sécurité. ▪ Les lois du jeu. ▪ Terminologie propre au soccer.	▪ Test des habiletés initiales. ▪ Fiche technique. ▪ Cahier de participant. 20 points 3e et 4e semaine

PROJET 2	Stratégie	Résultats	Travail	Évaluation
Objectifs : ▪ Améliorer de façon sensible ses habiletés motrices et ses attitudes requises pour son efficacité lors de la pratique de soccer. ▪ Utiliser d'une manière avantageuse différentes façons pour faire progresser le ballon en présence d'adversaires et de partenaires. ▪ Respecter les facteurs de coopération et d'opposition. ▪ Cahier de participant. Durée : Ce projet se déroule à chacun des cours.	▪ Le participant travaille avec des partenaires à la mise en œuvre de son projet d'apprentissage. Il reçoit positivement les remarques de ses collègues et ne se gêne pas pour faire part à son tour de ses suggestions ou remarques. ▪ Fiche technique. Méthodes : ▪ Exposé, démonstration et expérimentation sur : - actions individuelles ou collectives (passe, tirs, réception du ballon, coup de pied et de tête); - progression et protection du ballon et du territoire; - coopération à l'attaque et à la défense du but; - rôle du gardien de but; - entraide permanente; - changement de rôle en cours de jeu.	▪ Interprétation significative des progrès réalisés et des difficultés rencontrées lors de la pratique de soccer. ▪ Maintenir son appartenance à l'équipe du début à la fin de la partie. ▪ L'habileté à coopérer avec ses partenaires et à faire face à des adversaires.	▪ Lecture sur l'ajustement des objectifs. ▪ Étudier plusieurs gestes ou mouvements effectués dans le but d'augmenter le pouvoir d'action du corps. ▪ Le participant prépare ses commentaires et les questions à éclaircir.	▪ Vérifier que la lecture a été faite et répondre aux questions. ▪ Évaluation périodique de l'évolution des habiletés motrices et des attitudes à l'atteinte des objectifs. ▪ Fiche technique. ▪ Cahier de participant. 10 points 4e et 5e semaine

PROJET 3	Stratégie	Résultats	Travail	Évaluation
Objectif : Démontrer sa compréhension des règles inhérentes à la pratique de soccer. Durée : Toute la session.	▪ Mise en situation d'arbitrage. ▪ Capsule théorique. ▪ Résumé des règles dans les notes de cours. Méthodes : ▪ Règles de base sur : - le terrain de jeu; - le contrôle du ballon; - arbitre, juges; - coup d'envoi - but marqué; - remise en touche; - hors-jeu; - fautes à éviter risquant de causer des blessures.	▪ Démonstration par le participant de sa capacité d'identifier et d'interpréter de façon précise les règles du jeu.	▪ Pratique de l'activité. ▪ Lecture sur les règles inhérentes à la pratique de soccer.. ▪ Participation aux discussions au sein du groupe par une contribution positive et dynamique.	▪ Évaluation formative : faire une analyse des situations de jeu. ▪ Fiche technique. ▪ Cahier de participant. ▪ Évaluation sommative : examen théorique (10 points) et pratique (15 points). 25 points 6e semaine

PROJET 4	Stratégie	Résultats	Travail	Évaluation
Objectifs : ▪ Démontrer l'amélioration de ses habiletés motrices et de ses attitudes liées à la pratique sécuritaire de soccer. ▪ Réussir à se placer et se déplacer en fonction de la position du porteur du ballon pour gêner l'adversaire. ▪ Reconnaître les situations de jeu dans lesquelles son équipe se trouve en attaque ou en défense. Durée : Toute la session.	▪ Mention des moyens pour l'atteinte de ses objectifs. ▪ Choisir, coordonner et adapter un ensemble de techniques mentales et corporelles, permettant au participant des mouvements du corps (genoux et pieds) dans le but de déjouer l'adversaire ou de bloquer son passage. ▪ Fiche technique. Méthodes : ▪ Pratique spécifique : - dribble; - mouvements de feinte; - obstruction; - plaquage.	▪ Réussir à nommer et identifier la position de chaque joueur de l'équipe. ▪ Démonstration en situation de jeu, de son efficacité dans l'exécution des gestes techniques pertinents : - coopération à l'attaque et à la défense du but; - interception; - prise de position; - déplacement.	Une préparation psychologique et physiologique adéquate et personnelle (mise en train) afin de se préparer à participer d'une façon dynamique à l'action offensive et défensive de l'équipe.	Examen pratique. 15 points 8e et 9e semaine

PROJET 5	Stratégie	Résultats	Travail	Évaluation
Objectifs : Épreuve terminale : ▪ Démontrer en situation de jeu ses connaissances globales acquises. ▪ Appliquer des principes tactiques dans l'exécution de ses actions offensives et défensives. Durée : Ce projet est réparti sur la deuxième partie de la session.	▪ Le participant est confronté à un ensemble de comportements liés à la sécurité, à l'éthique et à la bonne marche de l'activité. ▪ Mise en situation de jeu. ▪ Fiche technique. Méthodes : ▪ Expérimentation sur tous les éléments techniques et tactiques acquises : - coopération; - communication; - opposition.	▪ Le participant est capable de démontrer des connaissances des éléments techniques et tactiques dans une activité comportant l'opposition à autrui avec déplacements et contacts corporels. À la fin du cours, il est capable d'évaluer son efficacité dans son projet d'apprentissage.	▪ Préparer l'épreuve terminale. ▪ Faire le lien entre ses évaluations et ses objectifs.	▪ Épreuve terminale. ▪ Observation en situation de jeu : - déplacements; - contrôle du ballon; - passe et réception; - tir; - coup de pied et de tête; - jeu du gardien; - attitude. 30 points 8e, 9e et 10e semaine

9.0 POLITIQUES DÉPARTEMENTALES

Cette politique fait référence à certains articles de la PIEA (Politique institutionnelle d'évaluation des apprentissages) et de la PVLF (Politique de valorisation de la langue française) que vous trouverez dans l'agenda étudiant.

9.1 Correction et remise des travaux

L'étudiant est informé à l'avance des critères de correction et de la pondération d'un travail ou d'un examen.

9.1.1 Note de passage

La note de passage est de 60%. Cette note minimale est accordée si l'étudiant a démontré qu'il a atteint les objectifs d'apprentissage du cours aux seuils fixés. (PIEA, article 4.3)

9.1.2 Retard

La pénalité pour le travail remis en retard est de 10% de la valeur du travail par jour ouvrable de retard pour tout travail valant au moins 10% de la note finale. Lorsqu'il s'agit de fiches d'activités hebdomadaires, la perte sera de 1 point par jour de retard.

9.1.3 Présentation matérielle

L'étudiant remet des travaux propres et lisibles. Les brouillons ne sont pas acceptés. Il s'agit d'une exigence de forme qui autorise le professeur à refuser le travail ou à en retarder l'acceptation jusqu'à ce qu'elle soit satisfaite. Le retard à remettre le travail dans une forme acceptable est alors soumis à la pénalité prévue pour cette éventualité. (PIEA, article 4.4)

9.1.4 Qualité de la langue

L'étudiant doit présenter des travaux écrits dans un français correct. Une pénalité d'au maximum 10% de la valeur du travail peut être appliquée pour les fautes d'orthographe, de syntaxe et de grammaire ou lorsque l'étudiant n'utilise pas la terminologie propre à l'activité. (PVLF, article 4.3.2c)

9.1.5 Plagiat

Tout plagiat, tentative de plagiat ou toute collaboration à un plagiat entraînent la note zéro pour l'examen ou le travail en cause. Dans ce cas, le professeur en fait un rapport écrit à la coordination départementale (PIEA, article 4.9)

9.1.6 Révision de notes

L'étudiant qui s'estime lésé dans l'évaluation de son travail ou examen peut demander la révision de sa note en cours de session ou la révision de sa note finale conformément aux dispositions de l'article 4.8 de la PIEA.

9.2 Présence au cours

La présence au cours est OBLIGATOIRE. (PIEA, article 4.7)

9.2.1 Absence

Toute absence est portée au dossier de l'étudiant peu importe la raison. Une troisième absence entraîne automatiquement un échec au cours. La note portée au bulletin est alors de 30%.

On ne tolère que deux absences de deux heures dans une session. Il ne s'agit pas d'une autorisation de congé mais d'une mesure qui reconnaît à l'étudiant un droit limité de s'absenter. L'étudiant perd les points liés aux activités d'évaluation qu'il a ratées en s'absentant.

9.2.2 Reprise

Le professeur favorise le rattrapage quand cela est possible. Le professeur effacera l'absence du dossier de l'étudiant lorsque celui-ci reprend un cours raté selon les conditions et les modalités précisées au plan de cours. La récupération de la troisième absence, celle qui entraîne l'échec, n'est autorisée qu'une seule fois durant la même session.

9.2.3 Retard

Les retards et les départs hâtifs sont enregistrés. Le professeur peut refuser l'accès au cours en cas de retards répétés ou de retards de plus de 20 minutes. Une absence est alors portée au dossier de l'étudiant.

9.2.4 Niveau d'engagement

La présence active est obligatoire. Le professeur peut refuser l'accès au cours lorsque l'étudiant :

- ne dispose pas de la tenue adéquate ou du matériel requis tel qu'indiqué au plan de cours;
- démontre un engagement insuffisant dans les activités d'apprentissage.

Une absence est alors portée au dossier de l'étudiant.

Un étudiant invité par son professeur à quitter le local doit récupérer ses affaires et sortir tout de suite.

EN CAS D'ABSENCE PROLONGÉE POUR DES RAISONS GRAVES, l'étudiant doit aviser son A.P.I. le plut tôt possible. Dans certains cas, l'étudiant peut obtenir ainsi la mention incomplète et éviter l'échec.

10.0 DÉROULEMENT D'UN COURS DE DEUX HEURES

Capsule théorique ..... durée variable
Échauffement ..... 10 minutes
Démonstration et expérimentation (la mise en situation de jeu) ..... 130 minutes
Réunion et détente de fin de cours ..... 10 minutes

11.0 ÉVALUATION SOMMATIVE

11.1 L'application d'une démarche conduisant à l'amélioration de l'efficacité dans la pratique de soccer, sera évaluée comme suit :

Test d'habiletés initiales 5%
Formulation des objectifs et des moyens 5%
Évaluation périodique et adaptation (3e et 4e semaine) 10%
Cahier de participant (4e et 5e semaine) 10%

11.2 Respect de règles

Examen théorique 10%
Examen technique (6e semaine) 15%

11.3 Examen pratique

Amélioration des habiletés motrices (8e et 9e semaine) 15%

11.4 Épreuve terminale

Mise en situation de jeu incluant toutes les habiletés techniques et tactiques acquises 30%
(8e, 9e et 10e semaine)

12.0 BIBLIOGRAPHIE

Guide de l'étudiant – Soccer : OBLIGATOIRE. En vente à la COOP, #3398.

DUFOUR Jean. *Le Football : technique, tactique, stratégie et entraînement*, Paris, Bornemann, 1962, 111 pages.

NELSON, L. Richard. *Soccer : technique, règles du jeu, exercices pratiques, jeu du gardien de but*, Ottawa, M. Broquet, 1986, 78 pages.

BENGUÉ, Laurent. *Les Fondamentaux du foot*, Paris, Amphora, 1998, 220 pages.

Horaire de cours du professeur

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
08h15					
10h10					
12h10					
13h10					
14h10					
15h10					
16h10					