

<https://eps.ac-normandie.fr/spip.php?article1278>



La musculation travaux de groupe de réflexion pour la mise en place d'un cycle.

- Ressources - Ressources par Champs d'Apprentissage - CA5 - Réaliser et orienter son activité physique pour développer ses ressources et s'entretenir - CP5 - Musculation -



Date de mise en ligne : lundi 13 septembre 2010

Copyright © Éducation Physique et Sportive - Académie de Normandie - Tous droits réservés

[La musculation \(travaux du GRP CC5\) \(Février 2009 Rouen\)](#)

[« Enseigner et évaluer la musculation en CC5 » P. Gaduel \(Académie de Créteil\)](#)

[« La musculation en cycle terminal » E Watrin \(2009\) Académie de Lille](#)

La musculation (travaux du GRP CC5) (Février 2009 Rouen)

La musculation constitue une activité support d'enseignement qui a pour objet d'apprendre aux élèves à « *orienter et développer les effets de l'activité physique en vue de l'entretien de soi* ».

L'acquisition de cette compétence culturelle n° 5 est présentée dans le programme d'enseignement de l'éducation physique et sportive (*paru au BO n°5 du 30 Août 2001 Hors série*).

« La démarche d'enseignement consiste à faire apprendre aux élèves à gérer leurs ressources et à leur faire acquérir le goût des pratiques. L'Education à la santé au travers de l'EPS valorise **l'élève comme objet d'apprentissage quand il apprend sur lui même**. Ceci exige de construire un système de repères personnels bâti au regard de la connaissance des résultats (sur les effets obtenus) mais aussi de la connaissance de l'exécution (traduite en "comment ai-je agi pour obtenir ce résultat " : les " causes ") **L'élève apprend à gérer les causes pour acquérir le pouvoir d'influer seul sur les effets**. Mais pour qu'il consente à affiner ainsi sa " lecture de soi ", son autodétermination au regard de plusieurs mobiles possibles, constitue un passage obligé ».



Mot des IA-IPR

Travaux du GRP (groupe de réflexion et de production) dont l'objet est de guider la conception de l'enseignement pour aider les élèves à atteindre les compétences attendues par les programmes :



Présentation



Proposition : Cycle « Musculation » 2nde BEP Avec matériel

Présentation de l'activité musculation niveau 2



Proposition de cycle pour un niveau de Terminale BEP

Effets (et ressentis) en musculation



Document de synthèse



« Enseigner et évaluer la musculation en CC5 » P. Gaduel (Académie de Créteil)

Concevoir l'enseignement avec pour support la musculation, implique la prise en compte :

-  « Des textes : des contraintes de travail à l'évaluation,
-  Des mobiles des élèves : qu'ils doivent choisir de manière autonome,
-  Des modalités de travail dépendantes du mobile retenu..... »



Enseigner et évaluer la musculation en CC5

« La musculation en cycle terminal » E Watrin (2009) Académie de Lille

L'objet de cet article est de tenter de « répondre à une demande professionnelle et aura comme support la mise en place d'un premier cycle de niveau terminal »...



La Musculation, Cycle terminal