

## VALIDER : LE PROJET D'APPRENTISSAGE D'UN ELEVE

INTENTION : VALIDER				ÉLÈVE		
Rendre compte	<b>Orienter - Perspectives</b>			Applique	Comprend	<b>Construit</b> : élaborer et ajuster ses séances de travail
<b>OUTIL : GLIDE</b> <b>Carnet de Musculation</b>	<b>Environnement :</b> Tous (iOs, Android, PC)	<b>Coût :</b> Gratuit	<b>En ligne / à installer :</b> en ligne	<b>Lien de téléchargement :</b> <a href="https://carnet2muscul-share.glideapp.io/">https://carnet2muscul-share.glideapp.io/</a>	<b>Prérequis :</b> - Copier le Glide sur son compte Glide - Le multiplier par le nombre d'élèves	

L'ÉLÈVE / L'ENSEIGNANT / LE SAVOIR / LA CLASSE				
<b>PROJET DE TRANSFORMATION</b>	<b>C.A : 5</b>	<b>Compétence visée / AFC / AFL :</b> S'engager pour obtenir les effets recherchés selon son projet personnel, en faisant des choix de paramètres d'entraînement cohérents avec le thème retenu.		
	<b>APSA :</b> Musculation	<b>Connaissances :</b> - connaître les paramètres et savoir utiliser ses ressentis pour personnaliser et réguler une séquence de travail	<b>Capacités :</b> - choisir et réguler un projet d'entraînement définissant les ressources à mobiliser, en lien avec les effets recherchés et ressentis	<b>Attitudes :</b> - tenir son carnet à jour - préparer ses séances en amont
<b>LA SITUATION</b>	<b>Dispositif (où)</b> tenir son carnet : - d'abord en « réaction » à la séance - puis en préparation en amont - en régulation	<b>Consignes (quoi)</b> L'élève tient à jour son carnet d'entraînement où il retranscrit les ateliers travaillés en fonction des paramètres de l'application + les répétitions réalisées + les ressentis à l'issue	<b>Critères de Réalisation (comment)</b> Mise en œuvre de la séance préparée en respectant les paramètres définis en amont → retranscrire dans le Glide le travail réellement effectué	<b>Critères de Réussite</b> - Glide (carnet d'entraînement) rempli et tenu à jour avec les remédiations éventuelles de chaque séance - Séance suivante préparée avec les ajustements nécessaires
<b>L'USAGE (L'INSTRUMENT)</b>	<b>Par l'élève</b> Choisir et décider les différents paramètres de pratique selon le mobile, la réalisation et les ressentis → avoir une « traçabilité » et voir l'évolution de la pratique		<b>Par l'enseignant</b> - adapter les ateliers selon ses ressources matérielles - ajouter / modifier les apports théoriques de l'application - générer et transmettre un lien vers l'application élève	
<b>PLUS-VALUE :</b> - Avoir un suivi en temps réel des progrès des élèves - Accès permanent pour l'élève et l'enseignant		<b>Limites :</b> - Travail préparatoire fastidieux <i>mais une fois réalisé : réutilisable tout au long du cycle</i>		<b>Vigilances :</b> - Faire attention aux dérives de l'utilisation du portable