

Jeannot AKAKPO

## ANIMATION DE SÉANCE – ELEMENTS PEDAGOGIQUES

CESA BP AGFF 2015 Jeannot AKAKPO

---

---

---

---

---

---

---

---

### Pédagogie: animer

**Les différentes étapes**  
**Une animation de séance doit comporter les points suivants:**

- **Avant la séance.**
  - Préparer sa séance – fiche de conception de séance:
    - compétences: méthodes et moyens pédagogique.
      - Fiche de conception lisible, et comportant tous les éléments de la séance et précise le profil de sujet.
    - Connaître l'environnement: vérifier les conditions de sécurité
    - Connaître son pratiquant: adapter le contenu pour répondre à l'objectif.
      - Rappeler les conditions d'hygiènes
- **Pendant la séance.**
  - Se présenter
  - Présenter son sujet:
    - profil
    - objectif
    - disponibilités

Jeannot AKAKPO

---

---

---

---

---

---

---

---

### Animer: chronologie

- présenter sa séance en la situant dans un cycle
- présenter l'objectif de sa séance
- présenter l'organisation et/ou déroulement de sa séance
- vérifier les conditions d'hygiène
  - Démarrer sa séance....

**Toute séance comporte 4 parties :**

- 1) prise en main (cf partie précédente)
- 2) mise en train - l'échauffement:
  - \* général (cardio-vasculaire et articulaire).
  - \* spécifique (en lien avec l'objectif de la séance)
- 3) partie principale (qui répond à l'objectif de la séance)
- 4) retour au calme (étirements et feedback sur la séance).

---

---

---

---

---

---

---

---

## Animer: chronologie

### Pendant la séance: les consignes

- La sécurité de l'adhérent: maîtrise des conditions sécuritaires liées à la pratique de la musculation (machines guidées et libres) et du cardio-training (connaître les différents ergomètre) ou autres.
  - réglages
  - installation ou placement
  - exécution :
    - déviations posturales – corrections et adaptations - critères de réussite -
  - respiration
  - critères de début et de fin d'exercice

NB: vous devez faire un rappel les conditions d'hygiène tout au long de la séance.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Animer : chronologie

### L'environnement : connaissance des éléments de l'environnement:

- Capacité à sécuriser l'environnement - à aménager l'espace de pratique – à optimiser les conditions de réalisation des exercices,
- capacité à régler les machines et à utiliser le matériel en général....)
- connaître les différents éléments de sécurité de l'environnement:

### L'animateur: maîtrise des éléments pédagogiques sécuritaires:

- énonciation des différentes consignes,
- anticipations de consignes de sécurité,
- observation et correction pertinentes: capacités à repérer les erreurs de placement et les corriger et ou réadapter les situations proposées.
- les critères de réussite
- connaître le niveau des pratiquants et adapter les exercices

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Animation de séance et pédagogie

### Les éléments d'évaluation:

- des éléments pédagogiques sécuritaires:
  - énonciation des consignes,
  - anticipations de consignes de sécurité,
  - observation et correction pertinentes,
  - adaptation des exercices au niveau des pratiquants,
  - capacité à aménager les conditions des exercices,
  - capacité à régler les machines et à utiliser le matériel en général....)
- maîtrise des notions d'hygiène et de sécurité liées à la pratique de la musculation et du cardio-training sur ergomètre.

jeannot AKAKPO

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---