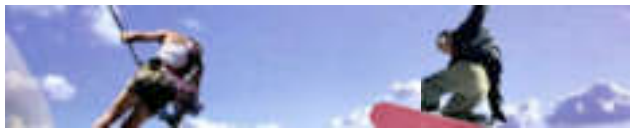
Jeunesse + Sport
Manuel clé

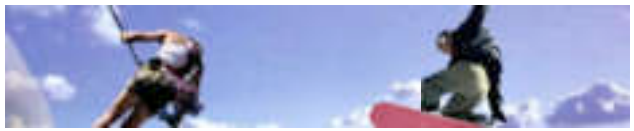
Contenus

- Intentions
- Utilisation
- Concept Jeunesse + Sport
- Modèle d’action J+S
- Trois concepts
  - Le «concept pédagogique»
  - Le «concept méthodologique»
  - Le «concept thématique»



Intentions

- **Ouvrage de référence** pour la formation dispensée dans les cours de moniteurs J+S
- **Directives** pédagogiques et théoriques du sport pour l'enseignement aux enfants et aux jeunes
- Même **terminologie** pour l'ensemble de la formation de moniteurs J+S

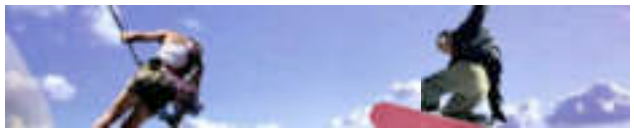


Utilisation

- Révision totale du manuel J+S
- Support didactique dans **chaque** cours de moniteurs J+S

Modules obligatoires dans le cours de moniteurs J+S

- Jeunesse + Sport
- Personnalité du moniteur
- Enfants et jeunes
- Enseigner
- Profil d’exigences propre à la discipline sportive
- Principes d’entraînement

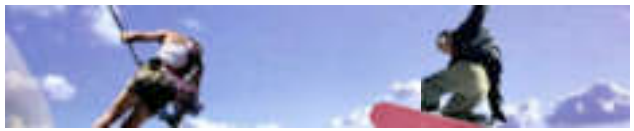


Manuel J+S

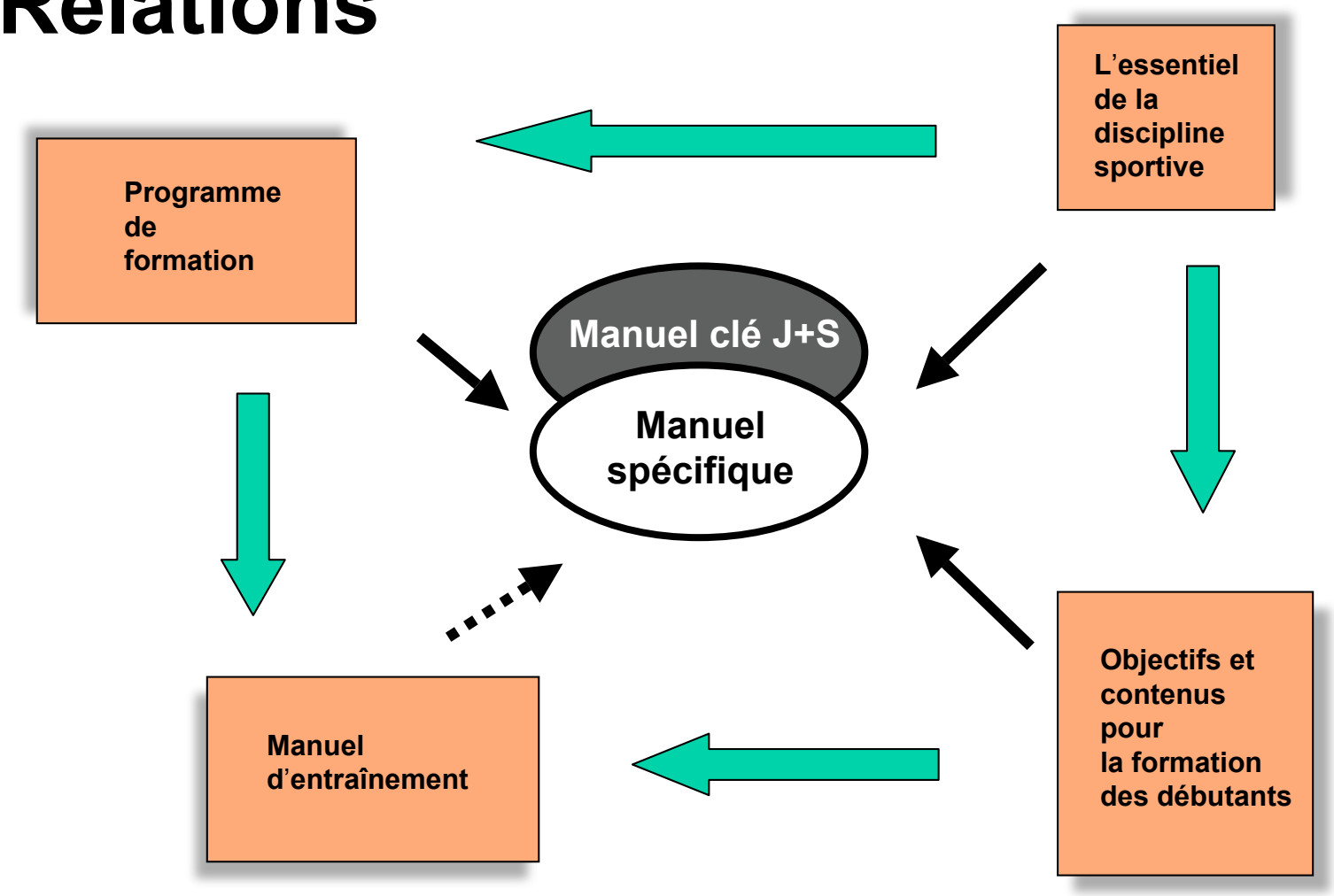
Manuel clé J+S

Manuel spécifique

- Profil d’exigences
- Programme de formation
- Objectifs et contenus de la formation pour les débutants
- Indications concernant la planification de l’entraînement et de la leçon
- Prescriptions de sécurité spécifiques de la discipline sportive
- Contrôles de la matière apprise, tests



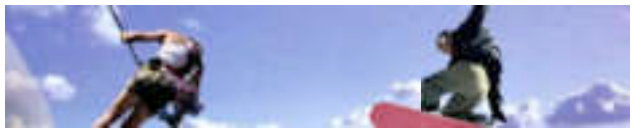
Relations


L'essentiel de la discipline sportive
Programme de formation
Manuel clé J+S
Manuel spécifique
Manuel d'entraînement
Objectifs et contenus pour la formation des débutants

Concept Jeunesse + Sport

Jeunesse + Sport

- conçoit et vise à promouvoir un sport adapté aux jeunes
- permet aux jeunes de vivre pleinement un sport et de participer à la mise en place des activités sportives
- contribue dans les domaines de la pédagogie, de la société et de la santé au développement et à l'épanouissement des jeunes

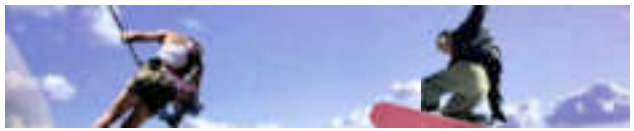


Application du concept J+S

Des moniteurs Jeunesse + Sport dirigent **régulièrement** des activités à **long terme** dans une **société sportive** structurée

J+S encourage la pratique du sport

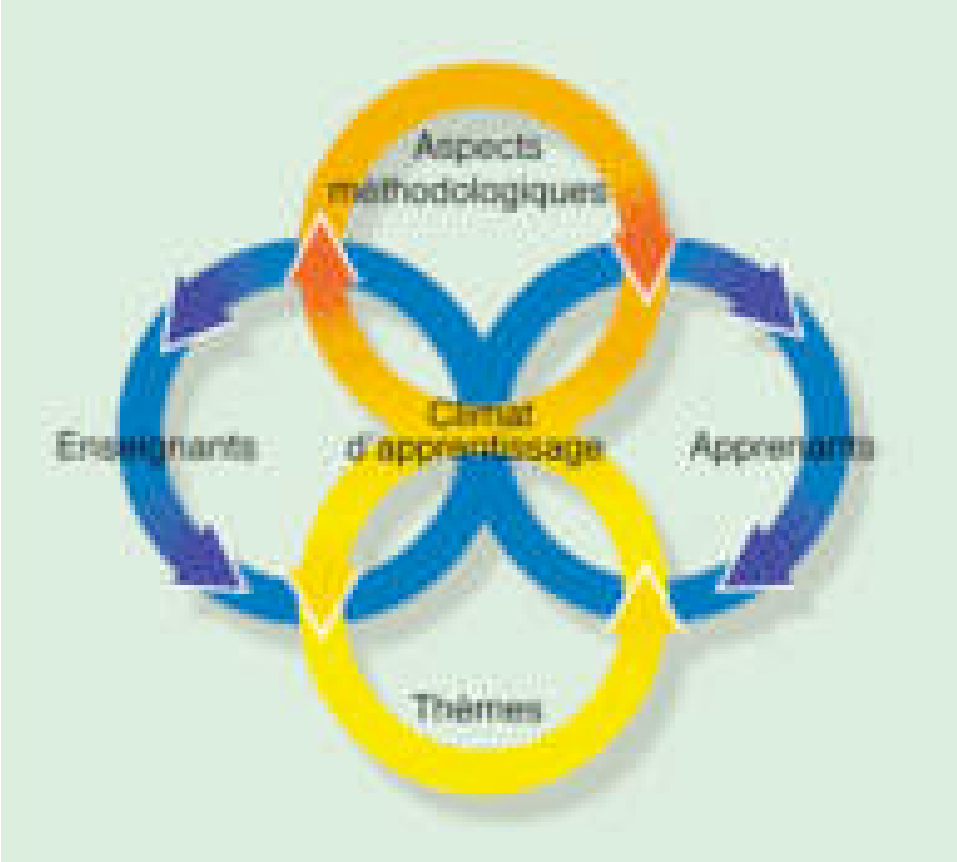
- comme contribution à la santé
- comme mode de vie
- comme découverte et développement de ses propres capacités
- comme assimilation sociale

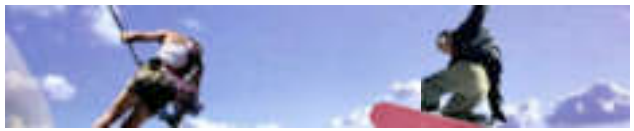


Modèle d'action J+S

Dialogue entre
les **apprenants**
et les enseignants

Relation entre
la **méthode** et les
différents **thèmes**
qui déterminent
la discipline sportive





Trois concepts

Le «concept pédagogique»

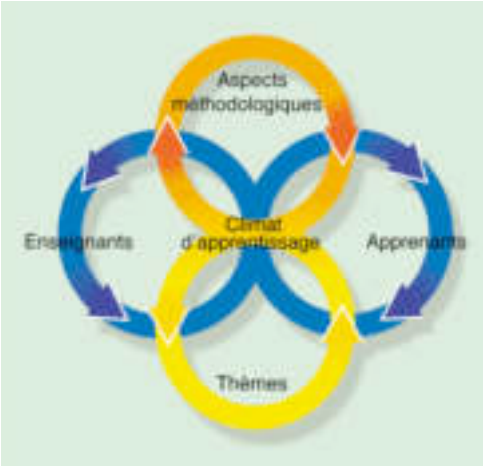
- On trouve au centre le dialogue entre partenaires, à savoir entre l'apprenant et l'enseignant

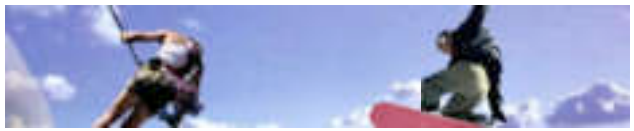
Le «concept méthodologique»

- Il nous aide à réaliser nos propres idées dans le processus d'enseignement et d'apprentissage

Le «concept thématique»

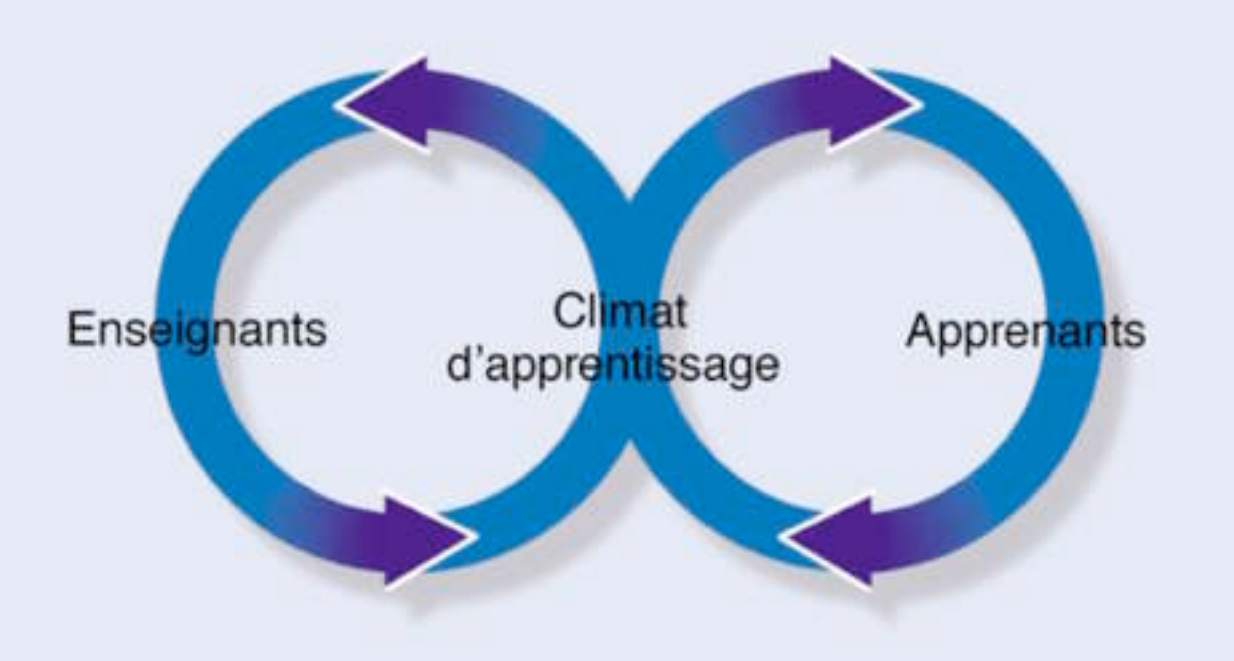
- Il englobe divers thèmes portant sur le développement de la compétence d'action personnelle en sport

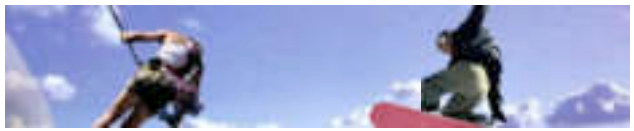




Le «concept pédagogique»

Idées d'**interaction** entre enseignants et apprenants

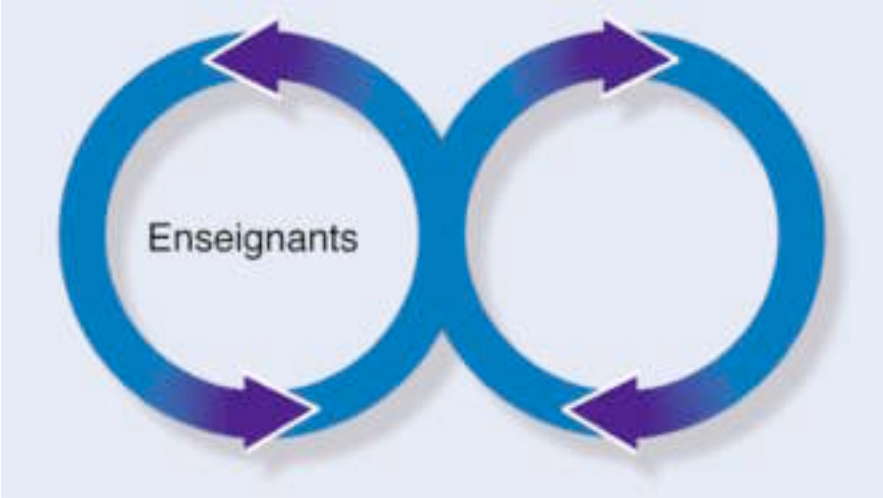




Enseignants

Compétence du moniteur

- Compétence dans la branche
- Compétence d’enseignement
- Compétence sociale
- Compétence personnelle

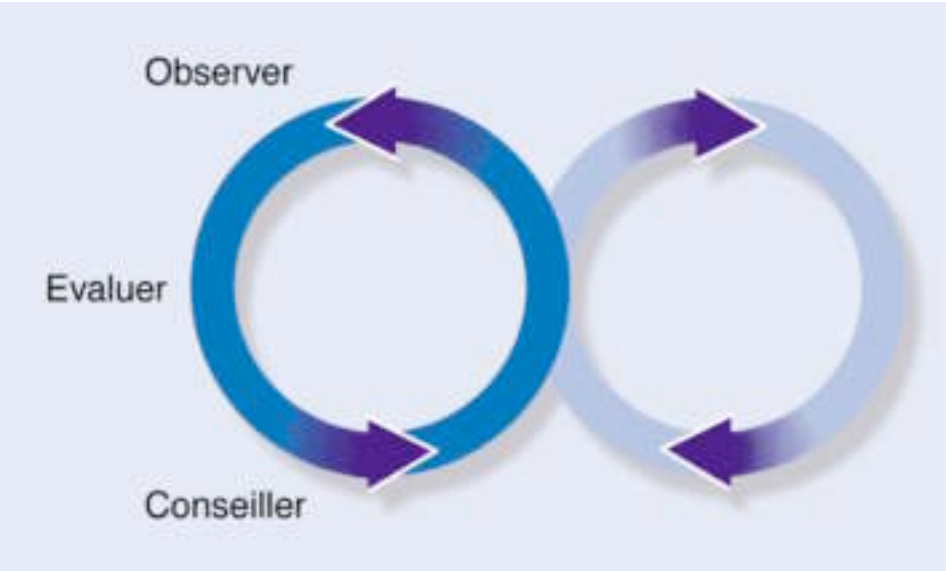


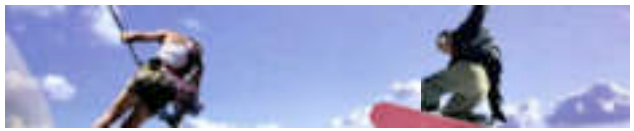
O – E – C

Enseignement

• Planification, réalisation et évaluation

Trois étapes décisives:

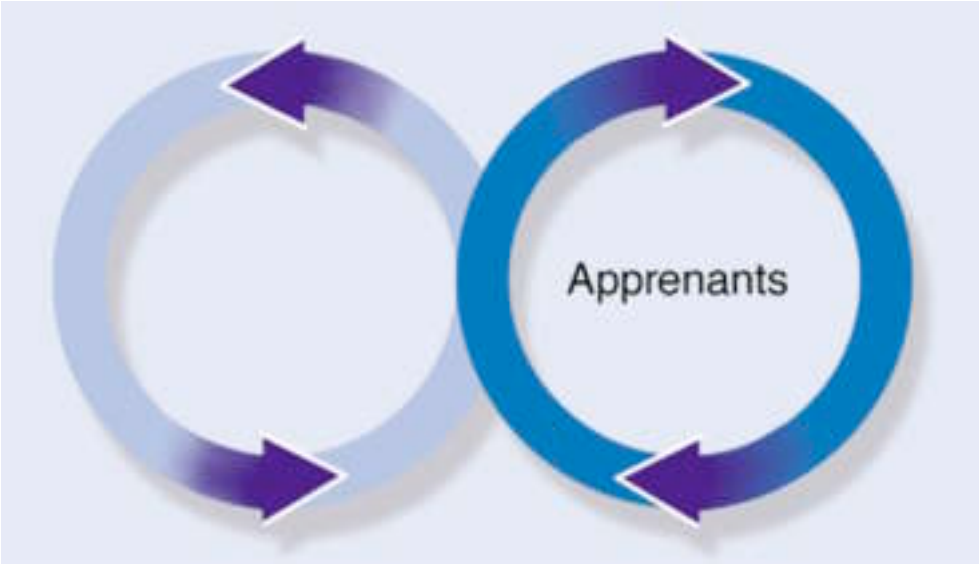




Apprenants

Développement des enfants et des jeunes

- Particularités liées à la croissance
- **Etapes** du passage à l'âge adulte
- Conséquences pour la pratique

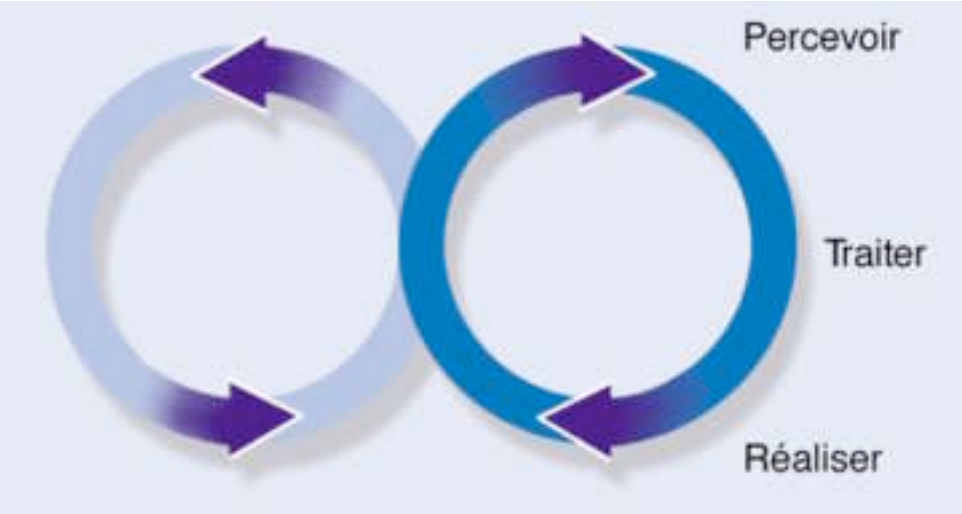


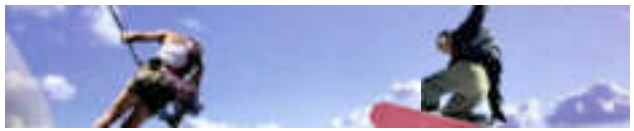
P – T – R

Pratiquer un sport

- Les enfants et les jeunes ont besoin d'être stimulés et encouragés pour pouvoir se développer

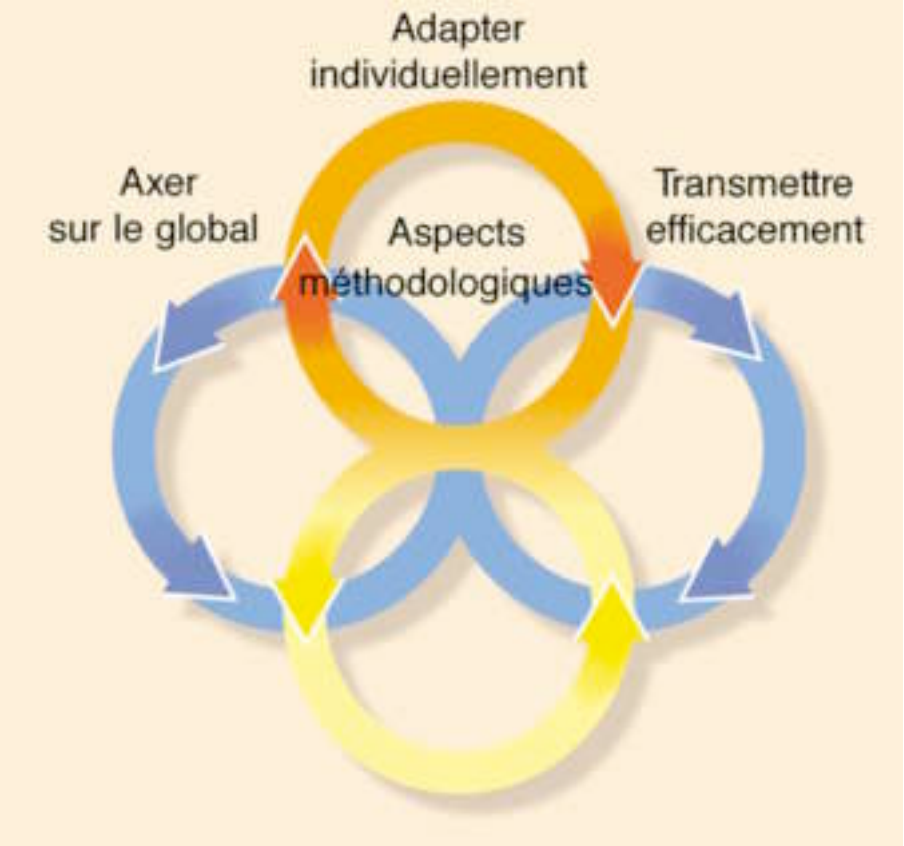
Trois étapes décisives:

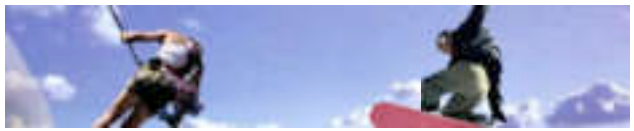




Le «concept méthodologique»

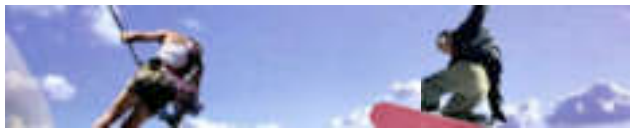
Comment **réaliser** ses propres idées dans le processus d'enseignement et d'apprentissage





Degrés d'enseignement et d'apprentissage

Moniteurs	Enfants et jeunes
1er degré d'enseignement: «Développer les bases» – Défier et enthousiasmer – Créer des conditions d'apprentissage facilitées	1er degré d'apprentissage: «Acquérir et stabiliser» – Expérimenter et éprouver – Développer le sens du corps et du mouvement – Saisir si possible globalement le déroulement de mouvement et d'action
2e degré d'enseignement: «Promouvoir la diversité» – Varier, accentuer et corriger – Multiplier les applications possibles	2e degré d'apprentissage: «Appliquer et varier» – Exercer, encore et toujours…! – Combiner avec d'autres mouvements – Différencier les représentations mentales du mouvement
3e degré d'enseignement: «Favoriser la créativité» – Stimuler, conseiller et assister – Aménager de nouvelles situations dans lesquelles l'apprenant doit faire ses preuves	3e degré d'apprentissage: «Créer et compléter» – Varier et combiner – Optimiser la qualité des mouvements – Savoir également quoi faire dans de nouvelles situations

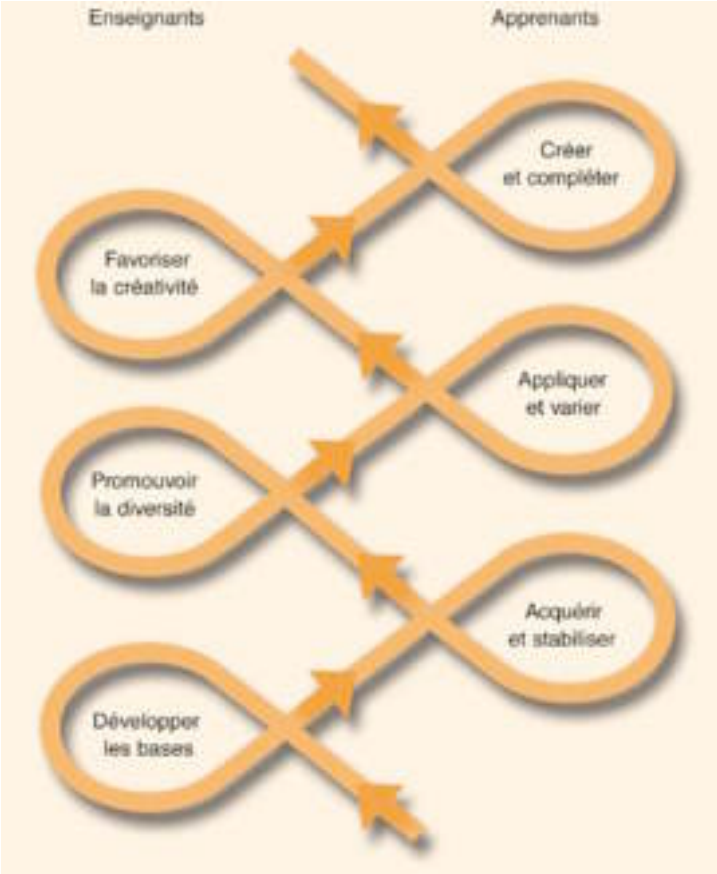


Degrés d'enseignement et d'apprentissage

F

P

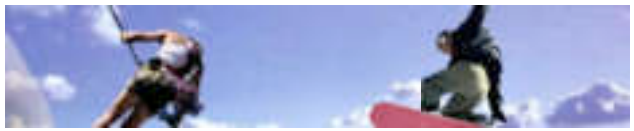
D



C

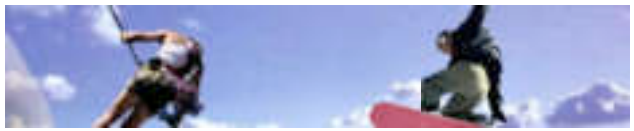
A

A



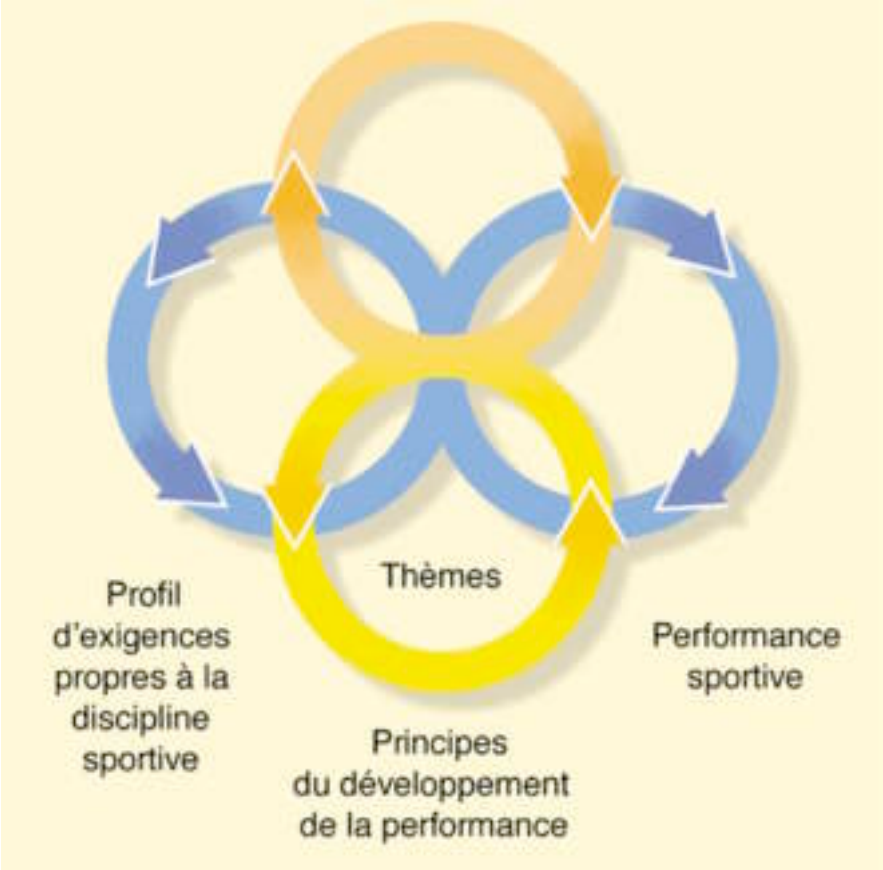
Autres points importants:

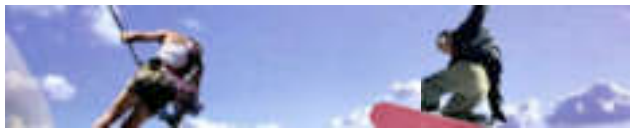
- **Planification**
- Planification sur plusieurs années
- Différentes périodes d’un cycle d’entraînement
- Préparation de l’enseignement
- **Construction** d’une leçon
- Types d’enseignement et méthodes
- Formes d’organisation et **moyens auxiliaires**
- Sécurité
- Accompagner les enfants et les jeunes aux compétitions
- **Parents**



Le «concept thématique»

Thèmes portant sur le développement de la compétence d'action **personnelle**



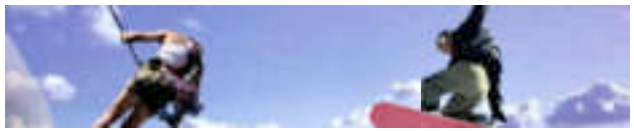


Profil d’exigences propre à la discipline sportive

- **Relations** entre les prédispositions à la performance, les impératifs de l’entraînement et ceux de la compétition

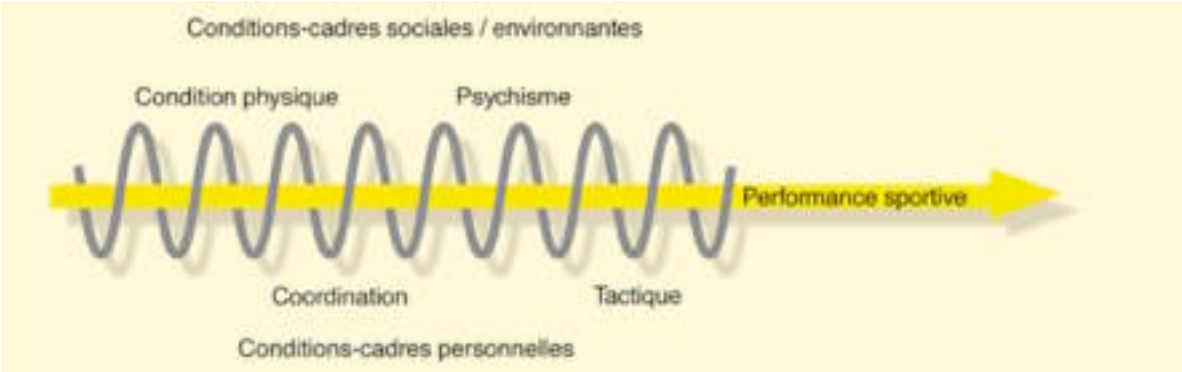
- **Choix de thèmes optimal** pour la conception de l’entraînement

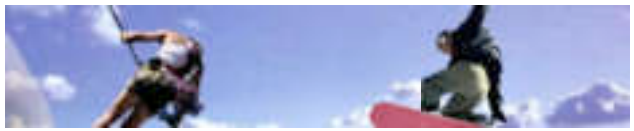
- Manuel spécifique



Composantes de la performance sportive

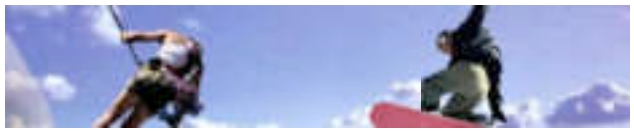
- **Divers** éléments
- Eléments **étroitement** liés
- Amélioration **globale** au travers de l‘entraînement





Diverses composantes

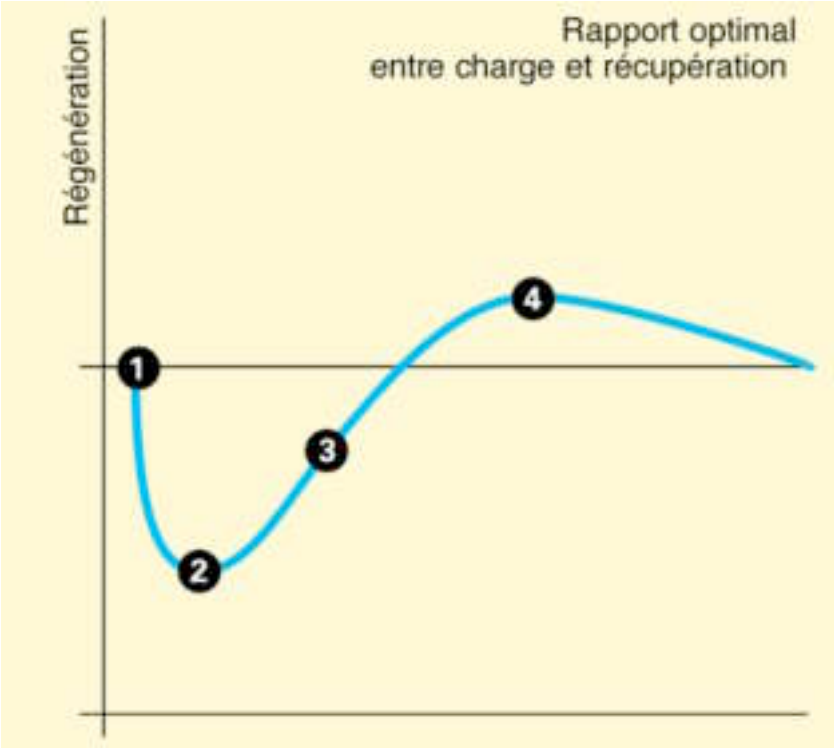
- **Condition physique**
  - Force, endurance, vitesse, souplesse
- **Coordination / Technique**
  - Les cinq qualités de coordination
- **Psychisme**
  - Motivation, émotions, attention et concentration
- **Tactique**
  - Qualités cognitives
- **Conditions-cadres**
  - Conditions personnelles, sociales et environnantes



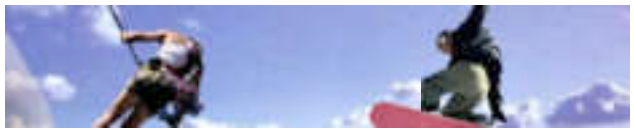
Développer la performance au travers de l'entraînement

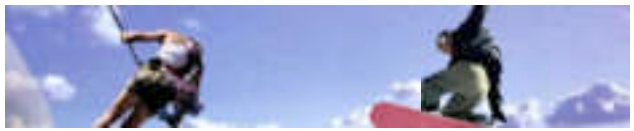
Planification et réalisation des entraînements de manière
– ciblée
– systématique
– **effective** et efficace

Modèle théorique
de la supercompensation:



1 Charge
2 Fatigue
3 Régénération
4 Moment idéal pour l'impulsion d'entraînement suivante



Principes d’entraînement

- Efficacité du stimulus de la charge d’entraînement
- Charge d’entraînement individualisée et adaptée à l’âge
- Charge d’entraînement croissante
- Variation des charges d’entraînement
- Charge d’entraînement continue
- Equilibre optimal entre la charge et la récupération
- Charge d’entraînement ciblée