

VALIDER : LE PROJET D'APPRENTISSAGE D'UN ELEVE

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

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