



EPS_ CA5, le Yoga pourquoi pas ?

3 jours - 14 heures

Programme de formation

Public visé

Enseignants d'EPS

Pré-requis

Cette formation ne nécessite aucun prérequis.

Objectifs pédagogiques

Découvrir le Yoga comme APSA possible du CA5

Identifier les registres de compétences et finalités éducatives associées à ces activités

Proposer des activités de cycles dans l'objectif de l'atteinte des Attendus de Fin de Lycée/ Attendus de Fin de Lycée Professionnel ou de l'atteinte des niveaux 2-3 en CAPa

Description / Contenu

Le yoga est proposé comme APSA du Champ d'Apprentissage 5 (CA5) de la liste nationale. Activité peu répandue dans les établissements, elle pourrait permettre notamment de mieux toucher et motiver le public féminin de nos lycées. Toutefois au-delà des à priori « féminins » que peut laisser penser cette activité physique, elle permet de développer des compétences en motricité, connaissance de soi, sociales et relationnelles pour tous.

Cette session permettra une revue des aspects pédagogiques et techniques à prendre en compte dans la logique des référentiels de formation. Elle prendra appui sur des mises en situation et exemples concrets.

Modalités pédagogiques

Dans cette session, alterneront mises en situation concrète et apports en salle

Modalités d'évaluation et de suivi

Elaboration d'une grille d'évaluation de fin de cycle

