

4.3.1 Module CS 0.3.3 Techniques de combat

1 Code et titre du module

CS 0.3.3 : Techniques de combat

2 Résumé

Dans l'apprentissage du combat en taekwondo une bonne posture de garde est essentielle et représente l'étape pédagogique préliminaire à l'apprentissage des coups de pieds et des coups de poings. Une bonne orientation des pieds et une bonne répartition du poids du corps sur les pieds permettront d'avoir de bons appuis pour se déplacer, se défendre ou attaquer tout en gagnant du temps et en paraissant imprévisible. Une bonne garde permettra de protéger les cibles et de limiter les actions de l'adversaire.

Sur une bonne posture de garde, après avoir expérimenté les déplacements de base, les quatre coups de pieds de base du combat seront étudiés :

- Yop chagi (avant),
- Bandal chagi (avant et arrière)
- Dollyo chagi (avant et arrière),
- Dwit chagi.

Cette étude analysera chaque coup de pied suivant 5 phases qui seront toutes définies par des postures clés caractérisées par des points clés. La réalisation de ces points clés garantit la bonne réalisation du coup de pied et permet d'identifier des défauts primaires qui nécessiteront une correction prioritaire.

Sur base de ces connaissances, une progression pédagogique illustrée par de nombreuses tâches tracera le chemin pour apprendre le coup de pied facilement avec un bon niveau de réalisation.

3 Concepts et mots-clés

- | | |
|--------------------------|---------------------------------|
| - Posture de garde | - Postures clés |
| - Garde | - Points clés |
| - Appuis | - Fiches d'évaluation technique |
| - Déplacements de base | - Défauts primaires |
| - Phases du coup de pied | - Progression pédagogique |

4 Résultats d'acquis d'apprentissage / compétences terminales attendues au terme des apprentissages

D'un point de vue générique, les compétences sont identifiées et développées comme « des aptitudes à mettre en œuvre ». Elles sont envisagées comme « un ensemble organisé de savoirs (connaissances), de savoir-faire (capacité de faire / de mettre en œuvre), et d'attitudes (savoir-être / comportements professionnels et déontologiques « cadre sportif ») qui permettent d'accomplir un certain nombre de tâches ».

Les résultats au terme des apprentissages sont décrits dans le tableau ci-dessous. Chaque descripteur de "comportements" est décliné sous 4 niveaux attendus au terme des apprentissages.

Descripteur des résultats attendus au terme des apprentissages	1	2	3	4
Le lauréat est capable de (d') :				

Définir et reproduire les points clés de la posture de garde (appuis et garde)		✓		
Définir et reproduire les déplacements de base du combat.		✓		
Définir et reproduire les points clés des cinq phases des coups de pieds de base.		✓		
Réaliser des enchaînements de base en concevant une bonne garde et en utilisant les déplacements et coups de pieds de base.		✓		
Utiliser les Fiches d'Evaluation Technique afin de relever les points à améliorer.		✓		
Reproduire et développer des progressions de tâches qui mènent à une réalisation correcte et rapide des techniques vues dans ce module.		✓		
Proposer des tâches variées mixant les différents coups de pieds et déplacements.		✓		
Utiliser correctement les cibles de frappe (Pao et raquette) pour leur fonction première.		✓		
Favoriser un apprentissage avec partenaire en situation fermée ou semi ouverte.		✓		

Tableau : Descripteurs des résultats attendus au terme des apprentissages

(1 : « Simple » information - Sensibilisation – 1ers contacts, 2 : Approches élémentaires permettant l'application / la reproduction de concepts fondamentaux "standardisés", 3 : Appréhension / appropriation de concepts fondamentaux permettant une autonomie fonctionnelle de base dans un contexte / dans un cadre d'intervention simple, 4 : Maîtrise / adaptation au contexte, possibilité de transposition élémentaire à un autre contexte similaire.

5 Liens entre modules de formation

La bonne compréhension de ce module est facilitée par l'étude ou la révision de la matière ou d'une partie de celle-ci contenue dans les modules suivants :

Code module CG	Liens	Code autre module CS	Liens
CG		CS 0.2.1	**

Tableau : Liens entre modules de formation
(Force du lien : fort = * et très fort = **)

6 Volumes horaires, charge de travail et modules de formation

La charge de travail indique le temps en principe nécessaire aux candidats pour suivre toutes les activités d'apprentissage (cours, séminaires, projets, travaux pratiques, préparations de cours, étude personnelle, évaluations, stages obligatoires, ...) requises pour parvenir aux résultats d'apprentissages attendus.

Dès lors, l'estimation de la charge de travail ne doit pas être exclusivement basée sur le nombre d'heures passées en compagnie des chargés de cours / des formateurs / des maîtres de stages / des évaluateurs / (activités en présentiel). La charge théorique de travail est donc bien plus large et englobe aussi l'ensemble des activités d'apprentissage et de préparation aux certifications / évaluations.

Pour ce module, le candidat aura une charge théorique de travail totale de 9h00 réparties comme suit :

Temps total de présence en formation :	05:30
Temps total de présence en évaluation :	00:30

Temps total en présentiel :					06:00
Assister / participer aux cours théoriques (en auditorios, classes, ... apprentissages « théoriques », activités de conceptualisation, ...)	00:00	Assister / participer aux cours pratiques (sur le terrain, ... apprentissages « pratiques », exercices tactico-techniques, de démonstrations, de didactique, d'animations, de (micro-) enseignement, ...)	05:30	Participer à des séminaires, colloques, workshop, clinics, ...	00:00
S'exercer dans des travaux pratiques, dans des travaux dirigés, stages, ...	00:00	Assister à des séances de révisions / Observer des séances-types	00:00	Se soumettre aux examens théoriques	00:00
Se soumettre aux examens pratiques	00:30	Autre :	00:00	Autre :	00:00

Temps total en non présentiel :					03:00
S'exercer dans des travaux pratiques, dans des travaux dirigés en dehors des activités en présentiel	00:00	Se préparer aux examens, étudier de manière indépendante et personnelle	03:00	Préparer des projets, des dossiers en dehors des activités en présentiel	00:00
Produire / finaliser tous types travaux (préparation, portfolio, rapports, ...)	00:00	Autre :	00:00	Autre :	00:00

7 Méthodologie et supports de l'animation

- Méthodologie

Magistral	<input checked="" type="checkbox"/>	Interactif / interdépendant / participatif	<input type="checkbox"/>	Classe inversée	<input type="checkbox"/>
Outils "digital learning"	<input type="checkbox"/>	Mise en situation de résolution de problèmes (étude de cas)	<input type="checkbox"/>	Ateliers (semi-) dirigés ;	<input type="checkbox"/>
Micro-enseignement entre candidats	<input type="checkbox"/>	Mises en situation avec public cible	<input type="checkbox"/>	Séance de questions / réponses	<input type="checkbox"/>
Auto-formation, recherches personnelles	<input type="checkbox"/>	Documentations / expériences personnelles	<input type="checkbox"/>	Exercices pratiques	<input checked="" type="checkbox"/>

- Type de support de cours

Syllabus "classique"	<input checked="" type="checkbox"/>	PréAO : ppt, prezi, keynote, scenarii, ...	<input checked="" type="checkbox"/>	Cahier formaté d'exercices	<input type="checkbox"/>
Notes personnelles du candidat	<input type="checkbox"/>	Livres, manuels, revues, articles, ...	<input type="checkbox"/>	Dossiers, portfolio, ...	<input type="checkbox"/>
Vidéos, clips, podcasts, ...	<input type="checkbox"/>	Fiche d'Evaluation Technique (FET)	<input checked="" type="checkbox"/>	Autre : ...	<input type="checkbox"/>

(PréAO : Présentation Assistée par Ordinateur)

- Mode de diffusion

Exposé "tableau", projection, ...	<input checked="" type="checkbox"/>	Format "papier"	<input checked="" type="checkbox"/>	Format électronique, digital, numérique, ...	<input type="checkbox"/>
Distribués / envoyés	<input checked="" type="checkbox"/>	A télécharger	<input type="checkbox"/>	Plateforme type "LMS"	<input type="checkbox"/>
Sans support	<input type="checkbox"/>	Autre : ...	<input type="checkbox"/>	Autre : ...	<input type="checkbox"/>

8 Modalités d'évaluation

- Champs d'évaluation

Savoirs/connaissances	<input checked="" type="checkbox"/>	SF Techniques	<input checked="" type="checkbox"/>	SF Tactiques	<input type="checkbox"/>	SF Tactico-Techniques	<input type="checkbox"/>
SF Didactiques	<input type="checkbox"/>	SF Méthodologiques	<input type="checkbox"/>	SF Pédagogiques	<input type="checkbox"/>	SE / Attitudes	<input type="checkbox"/>

(SF = Savoir-Faire et SE = Savoir-Etre)

- Type d'évaluation

Continue / permanente / formative / en cours de formation	Normative	<input type="checkbox"/>	Sommative	Normative	<input type="checkbox"/>	Certificative	Normative	<input type="checkbox"/>
	Critériée	<input checked="" type="checkbox"/>		Critériée	<input type="checkbox"/>		Critériée	<input type="checkbox"/>

- Forme d'évaluation

- Contexte

Orale	<input type="checkbox"/>	Ecrite	<input type="checkbox"/>
Pratique s/ terrain	<input checked="" type="checkbox"/>	Autre : ...	<input type="checkbox"/>

Remarque : L'évaluation pratique se fait durant le déroulement du module. Une absence injustifiée (ou tout autre impossibilité d'être évalué) lors de ce module renvoie automatiquement le candidat en 2^{ème} session. Une absence (ou tout autre impossibilité à être évalué) justifiée par un cas de force majeure (travail, maladie,

blessure...) permet au candidat de bénéficier de deux sessions d'évaluation (1^{ère} et 2^{ème} session).

- Mode

QCM	<input type="radio"/>	Questions ouvertes	<input type="radio"/>	Etudes de cas / mise en situation	<input type="radio"/>
Démonstrations	<input checked="" type="radio"/>	Dossier / portfolio	<input type="radio"/>	Cahier de travail / d'exercices	<input type="radio"/>
Autre : ...	<input type="radio"/>	Autre : ...	<input type="radio"/>	Autre : ...	

- Critères d'évaluation

Les niveaux de « comportements observables » sont tous repris dans la fiche d'évaluation du module (voir annexe). Ils sont évalués sur base des critères suivants :

- **NA** : Non Acquis - le candidat n'a pas développé la compétence attendue Plusieurs comportements observables attestent de manquements.
- **EVA** : En Voie d'Acquisition - le candidat n'a pas encore tout-à-fait développé la compétence attendue. Les comportements attendus ne sont identifiables que trop peu fréquemment. Il n'est pas encore en état de réussite / de validation.
- **A** : Acquis - le candidat répond adéquatement à ce qui est attendu. Il peut régulièrement démontrer le seuil de compétence qui permet de signifier que la personne est en situation de réussite / de validation
- **AM** : Acquis avec une certaine Maîtrise - le candidat peut toujours démontrer les comportements attendus et ce, quelle que soit la situation de transposition.

Dans la fiche d'évaluation du module, certains « comportements observables » sont présents dans une case grisée. Ceux-ci sont définis comme incontournables.

Pour réussir :

- le candidat doit obtenir au minimum un « A » (Acquis) lors de l'évaluation du module et
- les « comportements observables » incontournables sont au minimum évalués « A ». Une évaluation insuffisante (« NA » ou « EVA ») dans l'un de ces comportements observables incontournables engendre l'échec du module.

9 Pondérations et crédits

- La pondération de la thématique 3 dans le cursus est de 45 %.
- La pondération du module CS 0.3.3 dans la thématique 3 est de 22 %.

10 Norme d'encadrement et de matériel

- Encadrement : un chargé de cours sera nécessaire par groupe de 20 apprenants.
- Matériel :
 - Un local pouvant accueillir le nombre de candidats,
 - Un projecteur et un écran,

- Petit matériel spécifique :
 - Raquette
 - Paos
 - Plastron
 - Protections individuelles

11 Qualification et expériences utiles exigées pour les intervenants

Le chargé de cours est porteur de titres et qualifications et bénéficie d'une expérience utile qui sont décrits ci-dessous :

Titres / qualifications	Expériences utiles
Il est diplômé en Education Physique, ou porteur d'un titre pédagogique (formation ADEPS niveau 2, MSIn-T, MSED-T, ...).	Il a participé au module en tant qu'apprenant et a animé une fois le module en présence d'un formateur.

12 Diplômes, brevets, certifications donnant droit à une dispense totale du module de plein droit

Sont dispensés de ce module, les candidats :

- Brevetés Adeps niveau 1
- Brevetés Adeps niveau 2