

# Déterminer la VMA

## Construire les perspectives d'un cycle

- **Stade du LORRAIN, Vendredi 04 Décembre 2015**
- **Durée : 6 heures (8h30 / 12h30 & 14h / 16h00)**
- **11 collègues présents sur 14 inscrits soit 78% de taux de participation (Enseignant en lycée pour tous), 22% d'absentéisme.** (A noter la participation de 5 élèves de terminale pressentis pour intégrer les STAPS à la prochaine rentrée)
- **Objectifs : Découvrir la multiplicité des tests VMA : Intérêts et Choix des tests, Organisation pédagogique, Détermination de la VMA & Perspectives de cycle (CP1 / CP5)**

# Déterminer la VMA

## Construire les perspectives d'un cycle

- **Forme de l'intervention : Brainstorming et échanges de pratiques, présentation et mise en place d'une dizaine de tests VMA classés selon : Continus/Intermittents, Progressifs ou non, Types d'incrémentations (durée du palier, augmentation de la vitesse) . Apports théoriques en après-midi : Formes de travail, intérêts du travail intermittent, situations d'apprentissage.**
- **Bonne participation des collègues, échanges riches et contenus adaptés aux attentes. Toutefois, temps trop limité pour envisager la construction d'un cycle et l'aménagement de situations pédagogiques diversifiées selon la CP enseignée. (Seconde étape à envisager pour un prochain P.A.F ?)**
- **Stage nécessaire pour beaucoup de collègues qui ne maîtrisent pas les tests VMA et ne perçoivent, par conséquent, aucunement l'utilisation de la VMA dans la construction de leurs cycles. A reconduire pour les collègues du collège.**