

## Planification prévisionnelle des enseignements de la PSE

# Mise en œuvre des programmes de 2<sup>nde</sup> Bac PRO - ARCU à la rentrée 2016

**Cette planification prévisionnelle est le résultat de la réflexion pédagogique de l'équipe disciplinaire,**  
elle exprime le socle du projet pédagogique de l'équipe, elle est actualisée à la fin de chaque année scolaire.  
La planification prévisionnelle est le guide de chaque professeur pour la préparation des enseignements dont il a la charge,

Classes : 2 <sup>nde</sup> ARCU		Horaire élève : 1h - 29 élèves.			
S é a n c e  n o	Durée effectif	Introduction	Connaissances (en référence au programme) Compétences (en référence au programme)	Chapitres livre	Descriptif synthétique des activités d'apprentissage : activités proposées aux élèves pour qu'ils développent les connaissances et compétences visées.
0	1h  16				<b>PRISE DE CONTACTS :</b> <b>1</b> – Point classe, groupe, matériel. <b>2</b> – Fiche de renseignements. <b>3</b> – Règles de vie (orale) <b>4</b> – Méthode de travail (DM, TP, DS). <b>5</b> – Cahier + Chapitres <b>7</b> – Programme de maths + intercalaires. <b>8</b> – Discussion avec les élèves à propos des mathématiques.
1		<b>MODULE 1 : SANTE ET EQUILIBRE DE VIE</b> 1.1.1 Adopter un rythme biologique cohérent	- Rythmes biologiques - Rythmes sociaux - Facteurs de désynchronisation des rythmes et effets - Mesures correctives		Définir le rythme circadien, le rythme hebdomadaire.  Différencier les rythmes sociaux. Énoncer les conséquences de la désynchronisation, des rythmes biologiques (effet week-end, travail posté, décalage horaire...)  Dédire la conduite à tenir pour s'adapter à la rupture des rythmes.

2	1.1.2 S'assurer un sommeil réparateur	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sommeil : différentes phases et rôles</li> <li>- Troubles du sommeil et insuffisance : effets et prévention</li> </ul>	<p>Énoncer les rôles du sommeil et ses différentes phases.</p> <p>Mettre en évidence les effets de l'insuffisance de sommeil sur l'activité de la journée.</p> <p>Préciser les conditions d'un sommeil réparateur.</p> <p>Repérer les troubles du sommeil : insomnie, hypersomnie.</p> <p>Déduire la conduite à tenir pour s'assurer un sommeil réparateur.</p>
3	1.1.3 Gérer son activité physique	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travail musculaire et incidences physiologiques</li> <li>- Effets psychologiques, esthétiques</li> <li>- Notions de limite : surentraînement, dopage</li> </ul>	<p>Caractériser le muscle strié squelettique.</p> <p>Décrire les mécanismes du travail musculaire.</p> <p>Repérer les incidences physiologiques générées par le travail musculaire.</p> <p>Distinguer les effets positifs et négatifs de l'activité physique sur la santé.</p> <p>Analyser les effets du surentraînement et du dopage.</p> <p>Justifier l'intérêt de l'activité physique régulière et raisonnée.</p>

4	1.2 Appréhender le concept et le système de santé	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Concept de « capital santé »</li> <li>- Plans santé, prévention</li> <li>- Système de santé</li> </ul>	<p>Caractériser le concept de capital santé à partir de la définition de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS).</p> <p>Caractériser un plan santé.</p> <p>Énoncer les principales orientations nationales d'un plan santé en vigueur.</p> <p>Mettre en évidence les spécificités du système de santé en France : le principe de solidarité, le parcours de santé, la carte Vitale...</p>
5	<b>MODULE 2 : ALIMENTATION ET SANTE</b> 2.1 Appréhender les principes de base d'une alimentation équilibrée	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Approche sociologique de l'alimentation</li> <li>- Principes généraux de l'équilibre alimentaire : diversité des aliments, rythme des repas</li> </ul>	<p>Comparer les habitudes alimentaires liées à différentes cultures : nombre de repas, composition, contexte environnemental...</p> <p>Identifier différentes habitudes alimentaires en fonction du contexte : famille, activité professionnelle, appartenance à un groupe...</p> <p>Déduire les principes de base de l'équilibre alimentaire.</p>
6	2.2 Se situer dans l'évolution des comportements	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saveur et plaisir alimentaire</li> <li>- Produits alimentaires</li> <li>- Formes de restauration</li> <li>- Alimentation et développement durable</li> <li>- Comportements alimentaires à risques.</li> <li>- Désordres alimentaires : boulimie, anorexie.</li> </ul>	<p>Décrire le mécanisme de perception des saveurs.</p> <p>Lister les composantes du plaisir alimentaire.</p> <p>Comparer les produits semi-préparés aux produits frais (intérêts et limites).</p>

					<p>Caractériser les compléments alimentaires et les alicaments...</p> <p>Repérer leurs intérêts et leurs limites.</p> <p>Comparer différentes formes de restauration (intérêts et limites).</p> <p>Énoncer les comportements de consommateurs éco-responsables face à leur alimentation.</p> <p>Identifier les « comportements alimentaires à risques » et leurs conséquences sur la santé.</p> <p>Définir les désordres alimentaires. Indiquer la conduite à tenir face au comportement à risque ou aux désordres alimentaires.</p>
7	2.3 Appréhender les enjeux des circuits de distribution dans le secteur alimentaire	- Circuits de distribution - Commerce équitable			<p>Analyser différents circuits de distribution (court, long, ultra long).</p> <p>Déduire les intérêts et les limites de chacun.</p> <p>Définir le commerce équitable. Indiquer ses intérêts et ses limites.</p>

8	2.4 Appréhender la qualité sanitaire des aliments	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sécurité alimentaire</li> <li>- Traçabilité</li> </ul>	<p>Identifier différentes structures de contrôle et indiquer leurs rôles :          Direction des Services Vétérinaires (DSV), Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF), Agence française de sécurité sanitaire des aliments (AFSSA), Direction Départementale des Affaires Sanitaires et Sociales (DDASS)...</p> <p>Repérer les informations de traçabilité et les signes de qualité sur l'étiquetage.</p>
9	<p><b>MODULE 3 : PREVENTION DES COMPORTEMENTS A RISQUES ET DES CONDUITES ADDICTIVES</b></p> <p>3.1 Adopter une attitude critique vis-à-vis des conduites addictives</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facteurs de prise de risque et phénomène d'addiction</li> <li>- Effets des conduites addictives et de la poly- consommation (alcool, tabac, drogues, médicaments)</li> <li>- Mesures de prévention individuelle</li> </ul>	<p>Repérer différents facteurs de prise de risque.</p> <p>Définir le phénomène d'addiction. Identifier les effets à court et à long terme des différentes substances psycho-actives.</p> <p>Indiquer les dangers de la poly-consommation.</p> <p>Identifier les conséquences personnelles et sociales d'une conduite addictive.</p> <p>Proposer des actions individuelles de prévention.</p>

10	3.2 Appréhender le cadre légal et réglementaire français	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Responsabilité civile et pénale</li> <li>- Mesures de prévention collective</li> </ul>	<p>Identifier le cadre légal et réglementaire (prévention et répression) pour :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- une substance licite,</li> <li>- les substances illicites.</li> </ul> <p>Repérer au niveau local les structures d'accueil, d'aide et de soutien.</p>
11	<b>MODULE 4 : SEXUALITE ET PREVENTION</b> 4.1 Prévenir les Infections Sexuellement Transmissibles (IST)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- IST : agents responsables, modes de contamination, symptômes, conséquences</li> <li>- Conduite à tenir</li> <li>- Moyens de prévention</li> <li>- Structures d'accueil, d'aide et de soutien</li> </ul>	<p>Comparer les principales I.S.T. d'origine bactérienne et virale : agents responsables, modes de contamination, symptômes et conséquences.</p> <p>Déduire la conduite à tenir à la suite d'une prise de risque ou d'une contamination.</p> <p>Indiquer et justifier les moyens de prévention.</p> <p>Repérer, au niveau local, les structures d'accueil, d'aide et de soutien.</p>

12

#### 4.2 Prévenir une grossesse non désirée

- Modes d'action des méthodes contraceptives préventives et d'urgence
- Structures d'accueil, d'aide et de soutien

Comparer les modes d'action des différentes méthodes contraceptives en précisant leurs limites (fiabilité...).

Justifier l'intérêt du choix d'une méthode contraceptive préventive.

Distinguer contraception et interruption volontaire de grossesse (IVG).

Indiquer le cadre légal.

Repérer, au niveau local, les structures d'accueil, d'aide et de soutien.

Indiquer la conduite à tenir à la suite d'une prise de risque.

Analyser l'évolution des différents postes budgétaires dans le temps.

Caractériser un budget.

Comparer différentes formes d'épargne.

Caractériser un contrat de vente ou de location.

Identifier les engagements des deux parties.

Différencier les modes de paiement : espèces,

13

### MODULE 5 : ENVIRONNEMENT ECONOMIQUE ET PROTECTION DU CONSOMMATEUR

#### 5.1 Gérer son budget

- Budget
- Épargne

14

#### 5.2 Acheter un bien

- Contrats
- Différents modes de paiement
- Crédit endettement
- Surendettement

15

5.3 Appréhender les  
mesures de protection des  
personnes et des biens

- Structures d'information et de défenses du consommateur
- Règles et mesures de protection du consommateur
- Assurances

chèque, carte de crédit, cartes de magasin, titre interbancaire et paiement, prélèvement automatique, cyberpaiement...

Distinguer les intérêts et limites de chacun.

Comparer différentes formes de crédit.

Repérer les formalités pour obtenir un crédit.

Distinguer l'endettement du surendettement (notion de seuil).

Décrire la procédure pour faire face au surendettement.  
Repérer au niveau local les structures d'information et de défense des consommateurs et leurs spécificités.

Indiquer les droits européens du consommateur.

Définir la notion d'assurance : principe de solidarité.

Appréhender la notion de responsabilité civile et de responsabilité pénale.

Déclarer un sinistre.

- Dans ce descriptif, les mises en situation élèves ne sont pas vraiment explicitées.
- A chaque séance les élèves sont évalués de manière formative, compétences en cours d'acquisition...
- Les supports d'enseignement sont variés, document papier, informatique (CD, INTERNET), utilisation du rétroprojecteur, du vidéo-projecteur, du



TBI. Travail en rotation par groupe de 4, ou de 2.

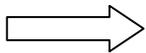
M. LECOURTIER Sébastien  
Professeur de Mathématiques,  
Co-Tice & Référent numérique de la Cité scolaire,  
[Sebastien.lecourtier@ac-aix-marseille.fr](mailto:Sebastien.lecourtier@ac-aix-marseille.fr)

ENT - TECHNOLOGIE / MATHS / MPS / DP3H:

<http://lyc2-honorat.ac-aix-marseille.fr/dokeos2>

CDT - TECHNOLOGIE / MATHS / MPS / DP3H:

[https://www.atrium-paca.fr/web/cite-lpo-andre-honorat-ac-aix\\_mars./](https://www.atrium-paca.fr/web/cite-lpo-andre-honorat-ac-aix_mars/)



Document réalisé le samedi 4 juin 2016