**Intitulé de la formation : CAPC HCR 1A Intervenant : Mme Verlaque**

**Session : 2021 Domaine d’intervention : PSE**

**Bloc / Pôle / Domaines :-L’individu responsable de son capital santé**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Calendrier** | **Durée** | **Compétences visées** | **Thème** | **Séquences** | **Objectifs** | **Nombre de séances** | **Méthodes/**  **Ressources** | **Contenu de formation** | **Évaluation** |
| **Du 5/10/2020 au**  **22/01/2021**  8/10/2020  9/10/2020  5/11/2020  6/11/2020  26/11/2020  27/11/2020  17/12/2020  18/12/2020  21/01/2021  22/01/2021 | **10h**  (10x1h) | **Compétences visées en PSE**  **C1 : Traitement d’une information.**  **C2 : Application d’une méthode d’analyse dans une situation donnée.**  **C3 : Mise en relation d’un phénomène physiologique, avec une mesure de prévention.**  **C4 : Proposition d’une solution pour résoudre un problème lié à la santé.**  **C5 : Argumentation d‘ un choix.**  **C6 : Communication à l’écrit et à l’oral avec une syntaxe claire et un vocabulaire adapté.**  **Compétence professionnelle : adoption d’une attitude responsable par rapport à sa santé afin d’assurer son activité professionnelle dans de bonnes conditions** | **A.**  **L’individu responsable de son capital santé** | **1**  **A1-**  **Le système de santé** | Adopter une attitude responsable face à sa santé et celle des autres. | **2** | Grand groupe  Utilisation dans cet ordre des 3 méthodes :  -heuristique (situation)  -interrogative  -expositive  Livre de PSE  CAP  Edition Foucher 2020  Chapitre 1  Le système de santé  p7 à p14 | Individu  Santé  Capital santé  Facteurs internes et externes  Plan santé  Prévention.  Solidarité  Assurance maladie  Parcours de soins coordonnés | Fin de chaque séance évaluation orale  Fin de séance 2  QCM puis  évaluation écrite sur l’ensemble de la séquence |
| **2**  **A2-**  **Le sommeil rythme biologique** | Mettre en œuvre des stratégies de récupération du sommeil pour concilier rythmes biologiques et rythmes professionnels | **2** | Grand groupe  Utilisation dans cet ordre des 3 méthodes :  -heuristique (situation)  -interrogative  -expositive  Livre de PSE  CAP  Edition Foucher 2020  Chapitre 2  Le sommeil, le rythme biologique  p15 à p20 | Rythmes biologiques  Horloge interne  facteurs extérieurs  Synchronisation/désynchronisation  Cycles du sommeil  Stades et leur rôle  Effets sur la santé  Conséquences du manque de sommeil sur la vie sociale  et la vie professionnelle  Réglementation au travail  Prévention individuelle | Fin de chaque séance évaluation orale  Fin de séance 2  QCM puis  évaluation écrite sur l’ensemble de la séquence |
| **3**  **A3-**  **L’activité physique** | Justifier l’intérêt de pratiquer une activité physique régulière et raisonnée pour assurer dans de bonnes conditions son activité professionnelle | **2** | Grand groupe  Utilisation dans cet ordre des 3 méthodes :  -heuristique (situation)  -interrogative  -expositive  Livre de PSE  CAP  Edition Foucher 2020  Chapitre 3  L’activité physique  P21 à p26 | Muscle strié squelettique  Excitabilité  Contractilité  Élasticité Tonicité  Consommation d’énergie  Production de déchets  Rythme cardiaque  Rythme respiratoire  Thermorégulation  Activité physique Sédentarité  Bien-être (physique, mental et social) | Fin de chaque séance évaluation orale  Fin de séance 2  QCM puis  évaluation écrite sur l’ensemble de la séquence |
| **4**  **A4-**  **Les addictions** | Décrire les réactions induites par les addictions et leurs conséquences sur l'activité professionnelle afin de les prévenir | **2** | Grand groupe  Utilisation dans cet ordre des 3 méthodes :  -heuristique (situation)  -interrogative  -expositive  Livre de PSE  CAP  Edition Foucher 2020  Chapitre 4  Les addictions  P27 à p34 | Addiction  Facteurs de risque addictif  Pratiques addictives  Effets immédiats  Effets à long terme  Poly-consommation  Conséquences personnelles, professionnelles, sociales  Prévention individuelle, collective  Loi  Produit licite/ illicite  Prévention  Répression | Fin de chaque séance évaluation orale  Fin de séance 2  QCM puis  évaluation écrite sur l’ensemble de la séquence |
| **5**  **A5-**  **La sexualité la contraception** | Adopter un comportement respectueux et responsable pour soi et les autres | **2** | Grand groupe  Utilisation dans cet ordre des 3 méthodes :  -heuristique (situation)  -interrogative  -expositive  Livre de PSE  CAP  Edition Foucher 2020  Chapitre 5  La sexualité- la contraception  P35 à p44 | Spermatozoïde  Ovule  Fécondation  Nidation  Hormone  Contraception préventive féminine Contraception préventive masculine  Contraception d’urgence  IVG  Prévention de la grossesse | Fin de chaque séance évaluation orale  Fin de séance 2  QCM puis  évaluation écrite sur l’ensemble de la séquence  Evaluation de synthèse de la thématique |

**Bloc / Pôle / Domaine 2 :-l’individu responsable de son environnement**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Calendrier** | **Durée** | **Compétences visées** | **Thème** | **Séquences** | **Objectifs** | **Nombre de séances** | **Méthodes/**  **Ressources** | **Contenu de formation** | **Évaluation** |
| **Du 9/02/2021Au**  **12/03/2021**  11/02/2021  12/02/2021  11/03/2021  12/03/2021 | **4h**  (4x1h) | **Compétences visées en PSE**  **C1 : Traitement d’une information.**  **C2 : Application d’une méthode d’analyse dans une situation donnée.**  **C3 : Mise en relation d’un enjeu environnemental, avec une mesure de prévention.**  **C4 : Proposition d’une solution pour résoudre un problème lié l’environnement**  **C5 : Argumentation d'un choix.**  **C6 : Communication à l’écrit et à l’oral avec une syntaxe claire et un vocabulaire adapté.**  **Compétence professionnelle : Adoption d’une attitude responsable vis à vis de son environnement dans le cadre de son activité professionnelle** | **B :**  **L’individu responsable dans son environnement** | **6**  **B1-**  **Les ressources en eau** | Avoir un comportement éthique et responsable face à sa consommation d’eau | **2** | Grand groupe  Utilisation dans cet ordre des 3 méthodes :  -heuristique (situation)  -interrogative  -expositive  Livre de PSE  CAP  Edition Foucher 2020  Chapitre 8  Les ressources en eau  P 59 à p66 | Eau douce/eau salée  Eaux de surface  Eaux souterraines  Répartition quantitative  Pénurie Potabilisation de l’eau Eau potable  Eau usée  Épuration de l’eau usée  Coût  Postes de consommation Empreinte en eau  Eau virtuelle  Mesures individuelles  Mesures collectives | Fin de chaque séance évaluation orale  Fin de séance 2  QCM puis  évaluation écrite sur l’ensemble de la séquence |
| **7**  **B2-**  **Les risques majeurs** | Avoir un comportement éthique et responsable face aux risques majeurs | **2** | Grand groupe  Utilisation dans cet ordre des 3 méthodes :  -heuristique (situation)  -interrogative  -expositive  Livre de PSE  CAP  Edition Foucher 2020  Chapitre 9  Les risques majeurs  P67 à p74 | Risque majeur  Alea Enjeu  Risque naturel  Risque technologique Fréquence Gravité  Information  Territoire communal  Signal d’alerte aux populations Protection Sécurité. | Fin de chaque séance évaluation orale  Fin de séance 2  QCM puis  évaluation écrite sur l’ensemble de la séquence  Evaluation de synthèse de la thématique |

**Bloc / Pôle / Domaine 3:L’individu dans son milieu professionnel, impliqué dans la prévention des risques.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Calendrier** | **Durée** | **Compétences visées** | **Thème** | **Séquences** | **Objectifs** | **Nombre de séances** | **Méthodes/**  **Ressources** | **Contenu de formation** | **Évaluation** |
| **Du 30/03/2021 au**  **20/04/2021**  1/04/2021  2/04/2021  22/04/2021  23/04/2021  27/05/2021  28/05/2021 | **8h**  (8x1h) | **Compétences visées en PSE**  **C1 : Traitement d’une information.**  **C2 : Application d’une méthode d’analyse dans une situation donnée.**  **C3 : Mise en relation d’une disposition réglementaire, avec une mesure de prévention.**  **C4 : Proposition d’une solution pour résoudre un problème lié à la santé**  **C5 : Argumentation d'un choix.**  **C6 : Communication à l’écrit et à l’oral avec une syntaxe claire et un vocabulaire adapté.**  **Compétence professionnelle : adoption d’une attitude responsable pour garantir sa sécurité et celle des autres dans le cadre de son milieu professionnel** | **C.**  **L’individu dans son milieu professionnel, impliqué dans la prévention des risques** | **8**  **C1 –**  **Les différents contrats de travail** | Différencier les contrats de travail | **1** | Grand groupe  Utilisation dans cet ordre des 3 méthodes :  -heuristique (situation)  -interrogative  -expositive  Livre de PSE  CAP  Edition Foucher 2020  Chapitre 12  Les différents contrats de travail  P93 à p98 | CDI / CDD  Contrat d’apprentissage  Contrat : Droits Obligations  Cadre règlementaire Responsabilité / obligations de l’employeur Droits / obligations du salarié | Fin de séance  QCM puis  évaluation écrite sur l’ensemble de la séance |
| **9**  **C2-**  **Les enjeux de la « santé sécurité au travail** | Mesurer les enjeux de la santé et de la sécurité au travail | **2** | Grand groupe    Utilisation dans cet ordre des 3 méthodes :  -heuristique (situation)  -interrogative  -expositive  Livre de PSE  CAP  Edition Foucher 2020  Chapitre 13  Les enjeux de la « santé sécurité au travail  P99 à p104 | Enjeux humains  Enjeux socio-économiques Accident du travail  Maladie professionnelle  Jeune travailleur / nouvel embauché  Cadre règlementaire  Prise en charge des soins Indemnités journalières  Réparation / indemnisation Procédures | Fin de chaque séance évaluation orale  Fin de séance 2  QCM puis  évaluation écrite sur l’ensemble de la séquence |
| **10**  **C3-**  **La démarche de prévention appliquée à une activité de travail** | Analyser une situation de travail pour repérer les risques et appliquer les mesures de prévention | **2** | Grand groupe  Utilisation dans cet ordre des 3 méthodes :  -heuristique (situation)  -interrogative  -expositive  Livre de PSE  CAP  Edition Fouchet 2020  Chapitre 15  La démarche de prévention appliquée à une activité professionnelle  P111 à p118 | Instruction / information  Activité de travail  Outil d’analyse Individu/Tâche/Matériel/Milieu  Poste de travail  Danger/Dommage/Situation dangereuse/ Événement dangereux  Risque  Dommage potentiel  Éléments d’apparition d’un dommage  Démarche  Protection collective  Protection individuelle | Fin de chaque séance évaluation orale  Fin de séance 2  QCM puis  évaluation écrite sur l’ensemble de la séquence |
| **11**  **C6-Les organismes et acteurs de la prévention** | Identifier les missions des acteurs de prévention internes et externes à l’entreprise | **1** | Grand groupe  Utilisation dans cet ordre des 3 méthodes :  -heuristique (situation)  -interrogative  -expositive  Livre de PSE  CAP  Edition Foucher 2020  Chapitre 24  Les acteurs et les organismes de prévention  P163 à p168 | Prévention « Salarié compétent » pour la protection et la prévention des risques professionnels (PPRP). Instance représentative  Médecin du travail  Intervenants en prévention des risques professionnels (IPRP)- Inspection du travail | Fin de chaque séance évaluation orale  Fin de séance 2  QCM puis  évaluation écrite sur l’ensemble de la séquence  Evaluation de synthèse de la thématique C |
| **A déterminer** | **14h** |  | **C8-**  **La gestion des situations d’urgences** | Formation Sauveteur secouriste du travail |  | Groupe de 12  Formation SST |  | CCF1  Evaluation certificative de synthèse de la formation (note retenue pour le CCF 1). Diplôme délivré par l’INRS |

**Bloc / Pôle / Domaine 4 :-l’individu responsable de sa consommation**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Calendrier** | **Durée** | **Compétences visées** | **Thème** | **Séquences** | **Objectifs** | **Nombre de séances** | **Méthodes/**  **Ressources** | **Contenu de formation** | **Évaluation** |
| **Du 14/06/2021**  **Au 18/06/2021**  15/06/2021  18/06/2021 | **2h**  (2x1h) | **Compétences visées en PSE**  **C1 : Traitement d’une information.**  **C2 : Application d’une méthode d’analyse dans une situation donnée.**  **C3 : Mise en relation d’une disposition réglementaire, avec une mesure de prévention.**  **C4 : Proposition d’une solution pour résoudre un problème lié à la consommation.**  **C5 : Argumentation d’un choix.**  **C6 : Communication à l’écrit et à l’oral avec une syntaxe claire et un vocabulaire adapté.**  **Compétence professionnelle :**  **Adoption d’une attitude responsable en tant que consommateur pour assurer son activité professionnelle dans de bonnes conditions** | **D. L’individu consommateur averti** | **12**  **D1 :**  **Les assurances** | Choisir l’assurance adaptée à ses besoins | **2** | Grand groupe  Utilisation dans cet ordre des 3 méthodes :  -heuristique (situation)  -interrogative  -expositive  Livre de PSE  CAP  Edition Foucher 2020  Chapitre 26  L assurance  P175 à p180 | Risque  Sinistre  Solidarité  Garanties Indemnisation/cotisation  Contrat  Clause d’exclusion  Responsabilité civile  Législation/ règlementation  Nature du sinistre  Déclaration Formulaire | Fin de chaque séance évaluation orale  Fin de séance 2  QCM puis  évaluation écrite sur l’ensemble de la séquence |