



Materia: Aprendizaje y enseñanza de francés  
Código: 31362  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Máster universitario en Formación de Profesorado de Educación  
Secundaria Obligatoria y Bachillerato  
Nivel: Máster  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 12

### 1.1. Código / **Course number**

31362

### 1.2. Materia / **Content area**

Aprendizaje y enseñanza de francés

### 1.3. Tipo / **Course type**

Obligatoria / Compulsory subject

### 1.4. Nivel / **Course level**

Máster / Master

### 1.5. Curso / **Year**

2018-19

### 1.6. Semestre / **Semester**

2º / 3º semestre / 2nd / 3<sup>rd</sup>

### 1.7. Número de créditos / **Credit allotment**

12 créditos ECTS / 12 ECTS credits

### 1.8. Requisitos previos / **Prerequisites**

Ninguno / None

### 1.9. Requisitos mínimos de asistencia a las sesiones presenciales / **Minimum attendance requirement**

La asistencia es obligatoria / Attendance is mandatory

### 1.10. Datos del equipo docente / **Faculty data**

Beatriz Mangada Cañas  
Departamento de Filologías y su Didáctica  
Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Despacho 317 - II



Materia: Aprendizaje y enseñanza de francés  
Código: 31362  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Máster universitario en Formación de Profesorado de Educación  
Secundaria Obligatoria y Bachillerato  
Nivel: Máster  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 12

Teléfono + 34 91 497 4407

Correo electrónico / email: [beatriz.mangada@uam.es](mailto:beatriz.mangada@uam.es)

Página web /website: <http://www.uam.es/beatriz.mangada>; <http://www.uam-virtual.es> (pedir nombre y número del curso en Moodle así como el password por correo electrónico/ [ask for password by e-mail](#))

Ana Belén Soto Cano

Departamento de Filología Francesa

Facultad de Filosofía y Letras

Despacho - Módulo / Office - Module / Bureau - Module: 307 II-BIS

Teléfono / Phone / Téléphone: +34 - 91 497 43 66

Correo electrónico / Email / Courriel: [anabelen.soto@uam.es](mailto:anabelen.soto@uam.es)

<http://www.uam-virtual.es> (Moodle) (pedir password por correo electrónico/ [ask for password by e-mail](#) / [pour le mot de passe, adressez-vous à votre professeur par courriel](#))

Horario de atención al alumnado (se especificarán al inicio del semestre) /Office hours (to be published at the beginning of the term)/ Heures de permanences (à spécifier en début de semestre).

## 1.11. Objetivos del curso / Course objectives

- Conocer los desarrollos teórico- prácticos de la enseñanza/aprendizaje del francés como lengua extranjera y su aplicación en educación secundaria.
- Integrar la formación en comunicación audiovisual y multimedia en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Fomentar un clima que facilite el aprendizaje y ponga el valor las aportaciones de los estudiantes.
- Ser capaz de desarrollar actitudes y representaciones positivas y de apertura a la diversidad lingüística y cultural en el aula de secundaria.
- Conocer estrategias y técnicas de evaluación y entender la evaluación como un instrumento de regulación y estímulo al esfuerzo.
- Conocer el currículo para la enseñanza de lengua francesa en Educación Secundaria.
- Transformar dicho currículo en programas de actividades y de trabajo.
- Adquirir criterios de selección y elaboración de materiales educativos.
- Desarrollar actitudes y representaciones positivas y de apertura a la diversidad lingüística y cultural en el aula.



Materia: Aprendizaje y enseñanza de francés  
Código: 31362  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Máster universitario en Formación de Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato  
Nivel: Máster  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 12

- Conocer la función del profesor en el diseño del currículo.
- Analizar el currículo de enseñanzas mínimas de lengua francesa en los dos ciclos de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato y propuestas de desarrollo.

## COMPETENCIAS Aprendizaje y enseñanza del francés

### BÁSICAS Y GENERALES

CB6 - Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación

CB7 - Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio

CB8 - Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios

CB9 - Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades

CB10 - Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.

G11 - Conocer los contenidos curriculares de las materias, relacionadas con la especialización docente correspondiente, así como el cuerpo de conocimientos didácticos entorno a los procesos de enseñanza y aprendizaje respectivos. Para la formación profesional se incluirá el conocimiento de las respectivas profesiones.

Glp1 - Adquirir estrategias para estimular el esfuerzo del estudiante y promover su capacidad para aprender por sí mismo y con los otros, y desarrollar habilidades de pensamiento y de decisión que faciliten, la autonomía, la confianza e iniciativa personales.

Glp3 - Desarrollar las funciones de tutoría y orientación de los estudiantes de manera colaborativa y coordinada; participar en la evaluación, investigación y la innovación de los procesos de enseñanza y aprendizaje

GS1 - Planificar, desarrollar y evaluar el proceso de enseñanza y aprendizaje potenciando procesos educativos que faciliten la adquisición de las



Materia: Aprendizaje y enseñanza de francés  
Código: 31362  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Máster universitario en Formación de Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato  
Nivel: Máster  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 12

competencias propias de las respectivas enseñanzas, atendiendo al nivel y formación previa de los estudiantes, así como la orientación de los mismos, tanto individualmente como en colaboración con otros docentes y profesionales del centro.

GS2 - Buscar, obtener, procesar y comunicar información (oral, impresa, audiovisual, digital o multimedia), transformarla en conocimiento y aplicarla en los procesos de enseñanza y aprendizaje, en las materias propias de la especialización cursada.

GS3 - Concretar el currículo que se vaya a implantar en un centro docente participando en la aplicación colectiva del mismo; desarrollar y aplicar metodologías didácticas, tanto grupales como personalizadas, adaptadas a la diversidad de los estudiantes.

GS4 - Diseñar y desarrollar espacios de aprendizaje con especial atención a la equidad, la educación emocional y en valores, la igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, la formación ciudadana y el respeto de los derechos humanos que facilite la vida en sociedad, la toma de decisiones y la construcción de un futuro sostenible.

GS5 - Diseñar y realizar actividades formales y no formales que contribuyan a hacer del centro un lugar de participación y cultura en el entorno donde esté ubicada. Desarrollar las funciones de tutoría y orientación de los estudiantes de manera colaborativa y coordinada; participar en la evaluación, investigación y la innovación de los procesos de enseñanza y aprendizaje.

### **TRANSVERSALES**

T1 - Capacidad de análisis y síntesis

T2 - Capacidad para aplicar los conocimientos a la práctica

T3 - Capacidad de reflexión en los ámbitos personal, profesional y social

T4 - Disposición para la organización y planificación

T5 - Capacidad de gestión, análisis y búsqueda de información de fuentes diversas

T6 - Capacidad para el autocontrol y la motivación

T7 - Capacidad para la comunicación y el trabajo en equipo

T8 - Habilidad para la utilización de las tecnologías de la información y comunicación

T9 - Capacidad para la utilización de la lengua inglesa

### **ESPECÍFICAS**

E4 - Conocer los desarrollos teórico-prácticos de la enseñanza y el aprendizaje de las materias correspondientes.

E5 - Adquirir criterios de selección y elaboración de materiales educativos.

E6 - Conocer estrategias y técnicas de evaluación y entender la evaluación como un instrumento de regulación y estímulo al esfuerzo



Materia: Aprendizaje y enseñanza de francés  
Código: 31362  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Máster universitario en Formación de Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato  
Nivel: Máster  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 12

E13 - Fomentar un clima que facilite el aprendizaje y ponga en valor las aportaciones de los estudiantes.

E18 - Transformar los currículos en programas de actividades y de trabajo.

E19 - Integrar la formación en comunicación audiovisual, informática y multimedia en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

## 1.12. Contenidos del programa / Course contents

### Breve resumen de contenidos de las asignaturas:

El currículo de Lengua Francesa en educación secundaria 6ECTS

Esta asignatura permitirá abordar los siguientes contenidos:

- La enseñanza del francés como lengua extranjera en Educación Secundaria en el marco legal actual.
- Análisis del currículo de enseñanzas mínimas de francés como lengua extranjera. Componentes, definición de objetivos, secuenciación de contenidos, aspectos metodológicos y criterios de evaluación. Otros aspectos.
- Análisis de programaciones didácticas de Francés de distintos IES; análisis de modelos de programaciones para las pruebas de acceso al Cuerpo de profesores de Enseñanza Secundaria.
- Concepción y elaboración de una programación didáctica.
- Las unidades didácticas: planificación y elaboración de las mismas como propuestas de desarrollo de los componentes del currículo.

La enseñanza del francés como lengua extranjera: tendencias metodológicas y aplicaciones prácticas en el aula de secundaria. 6 ECTS

Esta asignatura permitirá abordar los siguientes contenidos:

- Introducción a los diferentes modelos y teorías de adquisición de segundas lenguas.
- La didáctica de la lengua y la cultura francesas: una disciplina teórica y una práctica. Diferentes enfoques a lo largo de la historia más reciente.
- Directrices europeas para la enseñanza del francés como LE/L2: Marco europeo/ Portafolio Europeo de Lenguas, PEL para adolescentes.
- Componentes, técnicas y actividades para el aula de francés en secundaria: Selección, adaptación y elaboración de actividades y materiales didácticos:
  - para el desarrollo de la comprensión oral.
  - para el desarrollo de la comprensión escrita.
  - para el desarrollo de la expresión escrita.
  - para el desarrollo de la expresión oral.
- Técnicas y actividades para la enseñanza de:



Materia: Aprendizaje y enseñanza de francés  
Código: 31362  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Máster universitario en Formación de Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato  
Nivel: Máster  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 12

- la gramática.
- la pronunciación.
- el aprendizaje de la ortografía.
- el aprendizaje del léxico.
- La evaluación. Tipos de evaluación. Planificación de instrumentos de evaluación.

### 1.13. Referencias de consulta / Course bibliography

Se recomienda la adquisición de los libros:

Carmen Guillén (coord.): *Francés. Complementos de formación disciplinar. La configuración del currículum del Français Langue étrangère dans l'Enseignement Secondaire Obligatoire et le Baccalauréat. Aspects théorico-conceptuels*, Barcelona, Ministerio de Educación/Graó. Vol. III, Serie "Formación del profesorado. Educación secundaria". 7. vol 1.

Carmen Guillén (coord.): *Francés. Investigación, innovación y buenas prácticas. El desarrollo del currículum de Francés Lengua Extranjera en la educación secundaria obligatoria y el bachillerato. Problemática y actuaciones docentes*, Barcelona, Ministerio de Educación/Graó. Vol. III, Serie "Formación del profesorado. Educación secundaria" 7, vol 3. Luci Nussbaum y Mercè Bernaus (editoras): *Didáctica de las lenguas extranjeras en la Educación Secundaria Obligatoria*, Madrid, Síntesis, 2001

**“Didáctica del Francés como lengua extranjera. Marco europeo. Portfolio”**

Apprendre les langues étrangères: tendances actuelles. RALE. vol XI-1, juin 2006

Bablon, F. (2004): *Enseigner une langue étrangère à l'école*. Hachette Éducation.

Baqué, L. & Tost M A. (éds.) (2004): *Diversité et spécialistes dans l'enseignement des langues*. Universitat Autònoma de Barcelona.

Barbot, M-J (2000): *Les auto-apprentissages*. Clé International. Col. Didactique des langues étrangères.

Barlow, Julie et Jean-Benoît Nadeau (2007): *La grande aventure de la langue française. De Charlemagne au Cirque du Soleil*. Montréal: Québec Amérique.

Beacco, Bouquet & Porquier (): *Niveau B2 pour le français (utilisateur/apprenant indépendant)*. Un référentiel + cd-audio. Didier.

Beacco, Ferrari et Lhote (2005): *Niveau A1.1 pour le français. Publics adultes peu francophones, scolarisés, peu ou non scolarisés*. Didier.

Bertocchini, P. & Costanzo, E. (1989): *Manuel d'autoformation. A l'usage des professeurs de langue*. Hachette.

Besse, H. (2005): *Méthodes et pratiques des manuels de langue*. Didier / Crédif.

*Cadre européen commun de référence pour les langues. Apprendre, Enseigner, Evaluer*. (2000) Paris, Didier.

Calvet, Louis-Jean (1999). *La guerre des langues et les politiques linguistiques*. Paris: Hachette Littératures, coll. «Pluriel».

Courtillon, J. (2003): *Élaborer un cours de FLE*. Hachette. Col. Français Langue Étrangère.

Cuq, J.-P. & Gruca, I. (2003): *Cours de didactique du français langue étrangère et seconde*. PUG.

Díaz-Corralejo & Russell, E. (2001): *Pédagogie différenciée en classe de FLE*. Longman.



Materia: Aprendizaje y enseñanza de francés  
Código: 31362  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Máster universitario en Formación de Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato  
Nivel: Máster  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 12

- Fernández, S. (2003): *Propuesta curricular y marco común europeo de referencia. Desarrollo por tareas*. ELE. Edinumen.
- Goullier, F. (2005): *Les outils du Conseil de l'Europe en classe de langue. Cadre européen commun et Portfolios*. Didier.
- Lindstromberg, S (ed) (2002): *110 actividades para la clase de idiomas*. Cambridge. Col. Cambridge de didáctica de lenguas
- Metzelin, Miguel (2004): *Las lenguas románicas estándar. Historia de su formación y de su uso*. Oviedo: Academia de la Lengua Asturiana.
- Nunan, D. (2002): *El diseño de tareas para la clase comunicativa*. Cambridge. Col. Cambridge de didáctica de lenguas
- Rey Alain, Frédéric Duval, Gilles Siouffi (2007): *Mille ans de langue française. Histoire d'une passion*. París: Perrin.
- SANZ ESPINAR, G. (2010b): "Situations-problème relatives à l'apprentissage du français langue étrangère", dans Carmen Guillén (coord.): *Francés. Investigación, innovación y buenas prácticas. El desarrollo del currículo de Francés Lengua Extranjera en la educación secundaria obligatoria y el bachillerato. Problemática y actuaciones docentes*, Barcelona, Ministerio de Educación/Graó. Vol. III, Serie "Formación del profesorado. Educación secundaria" 7, p. 119-135.
- Tagliante, Ch. (2005): *L'évaluation et le Cadre européen commun*. Clé International.
- Vigner, G (2001): *Enseigner le français comme langue seconde*. Clé International. Col. Didactique des langues étrangères.
- Villanueva, ML & Navarro, I (eds.) (1997): *Los estilos de aprendizaje de lenguas*. Universitat Jaume I. Colecció Summa. Filologia / 6.
- Witte, A.E (2002): *Le cours de langue interactif: outils et méthodes*. Ellipses.

#### Marco europeo de las lenguas y herramientas/documentos en torno al mismo

CADRE EUROPÉEN COMMUN DE RÉFÉRENCE POUR LES LANGUES: APPRENDRE, ENSEIGNER, ÉVALUER <http://culture2.coe.int/portfolio/documents/cadrecommun.pdf>  
PORTFOLIO DES LANGUES [outil pour l'(auto-)évaluation]  
<http://www.eaquals.org/portfolio/default.asp>  
Referenciales de francés (A1, A1.1, A.2, B1, B2)...  
Portfolio PEPELF: NEWBY et alii (2007): *Portfolio européen pour les enseignants en langues en formation initiale. Un outil de réflexion pour la formation des enseignants en langues. (PEPELF)*. Graz: Conseil de l'Europe. Centre Européen pour les Langues Vivantes. Disponible sur le site: [http://archive.ecml.at/mtp2/publications/C3\\_Epostl\\_F\\_internet.pdf](http://archive.ecml.at/mtp2/publications/C3_Epostl_F_internet.pdf)

#### Curriculos y normativa educativa :

[http://www.madrid.org/cs/Satellite?cid=1168934243053&language=es&pagename=PortalEducacion%2FPage%2FEDUC\\_contenidoFinal](http://www.madrid.org/cs/Satellite?cid=1168934243053&language=es&pagename=PortalEducacion%2FPage%2FEDUC_contenidoFinal)  
[http://www.madrid.org/cs/Satellite?c=CM\\_ContentComplem\\_FA&cc=1142408942823&cid=1142309967070&language=es&pageid=1142344693213&pagename=PortalEducacion%2FCM\\_Actuaciones\\_FA%2FEDUC\\_Actuaciones](http://www.madrid.org/cs/Satellite?c=CM_ContentComplem_FA&cc=1142408942823&cid=1142309967070&language=es&pageid=1142344693213&pagename=PortalEducacion%2FCM_Actuaciones_FA%2FEDUC_Actuaciones)

#### “Nuevas Tecnologías”

Bertin, J-Cl. (2001): *Des outils pour des langues. Multimédia et Apprentissage*. Ellipses.

Carmen Vera (2001): *L'internet en classe de FLE*. Longman.

Carmen Vera (página personal):  
<<http://platea.pntic.mec.es/~cvera/ressources/recursosfrances.htm>>



Materia: Aprendizaje y enseñanza de francés  
Código: 31362  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Máster universitario en Formación de Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato  
Nivel: Máster  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 12

Carrió Pastor, ML. (coord.) (2006): Aprendizaje colaborativo asistido por ordenador. ACAP, Universitat Politecnica de Valencia.

Debaisieux, J-M & Boulton, A. (2006) TIC et autonomie dans l'apprentissage des langues. Mélanges Centre de recherches et d'applications pédagogiques en langues nº 28. Marzo. Crapel.

Guyot-Clément (et al.): Les 500 sites internet. Français Langue Étrangère. Guide Belin.

Lancien Th. (2004): De la vidéo à l'internet: 80 activités thématiques.

Mangenot, F & Louveau, E. (2006): Internet et classe de langue. Clé international.

Vanel, T (2000): Guide du cibercours. Didier.

Vanel, T. Passin, J-L & Dumont, J-M (2001): Guide du cibercours 2. Didier.

Sanz Espinar, Gema (2009): "Recursos sur l'internet pour l'(auto-)apprentissage/enseignement du FLE", marzo, licencia Creative  
<http://aulavirtual2.educa.madrid.org/course/enrol.php?id=499>, Web del Centro Regional de Innovación y Formación 'Las Acacias' (Madrid, [www.educa.madrid.org/crif.acacias](http://www.educa.madrid.org/crif.acacias))

La bibliografía que se comentará se ampliará también a los recursos en papel para enseñanza del francés:

- Gramáticas de francés
- Libros de ejercicios
- Métodos de lengua...

## 2. Métodos docentes / Teaching methodology

- **Actividades Presenciales (4 créditos ECTS)**
  - Clases teóricas
  - Clases prácticas y seminarios
  - Tutorías
- **Actividades no presenciales (8 créditos ECTS)**
  - Lecturas
  - búsqueda de información
  - trabajo en grupo: elaboración y discusión
  - preparación de exposiciones
  - realización de comentarios

### Metodología de la enseñanza-aprendizaje

#### A. Actividades presenciales

- Clases teóricas: exposiciones a cargo del profesor en las que se explicarán los conceptos teóricos de las asignaturas comprendidas en cada materia.
- Clases prácticas y seminarios: sesiones en las que los alumnos programarán actividades orientadas a la aplicación de los





Materia: Aprendizaje y enseñanza de francés  
Código: 31362  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Máster universitario en Formación de Profesorado de Educación  
Secundaria Obligatoria y Bachillerato  
Nivel: Máster  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 12

conocimientos a situaciones concretas. En estas sesiones se prepararán las actividades no presenciales

- Tutorías: sesiones obligatorias de asesoramiento individual y/o en grupo para el seguimiento de las actividades propuestas. En estas sesiones el profesor ayudará a los estudiantes a resolver dudas, planificar sus trabajos, etc.

B. Actividades no presenciales

- Actividades académicas dirigidas, en las que los estudiantes trabajarán de forma individual o en equipo para preparar el trabajo asignado a la materia.



Materia: Aprendizaje y enseñanza de francés  
Código: 31362  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Máster universitario en Formación de Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato  
Nivel: Máster  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 12

### 3. Tiempo de trabajo del estudiante / **Student workload**

|  |   | Nº de horas  | Porcentaje        |
|--|---|--------------|-------------------|
| Presencial   | Clases teóricas<br>Clases prácticas y seminarios<br>Tutorías en grupo<br>Realización de presentaciones y pruebas de evaluación personal | 100          | 33,4% = 100 horas |
| No presencial  | Trabajo autónomo del estudiante, búsqueda de información, preparación de exposiciones y preparación de la evaluación                    | 200          | 66,6% = 200 horas |
| <b>Carga total de horas de trabajo: 25 horas x 12 ECTS</b> |   | <b>300 h</b> |                   |

### 4. Métodos de evaluación y porcentaje en la calificación final / **Evaluation procedures and weight of components in the final grade**

- Participación activa en actividades formativas presenciales: 20% asistencia obligatoria
  - Realización y defensa de trabajos: 50%
  - Prueba objetiva individual: 30%
- Redacción y defensa de una programación didáctica y de una unidad didáctica.

### 5. Cronograma\* / **Course calendar**



Materia: Aprendizaje y enseñanza de francés

Código: 31362

Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación

Titulación: Máster universitario en Formación de Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato

Nivel: Máster

Tipo: Obligatoria

Nº de créditos: 12

| Semana<br>Week   | Contenido<br>Contents  | Horas presenciales<br>Contact hours  | Horas no presenciales<br>Independent study time        |
|--|--|--|--|
| 1 > 12<br>+<br>19 > 20                                 | Los contenidos de las asignaturas que componen esta materia, expuestos brevemente en el punto 1.12 de esta guía, se irán abordando en función de la progresión de los alumnos y de las necesidades que vayan surgiendo del período de prácticas. | 32,5h<br><br>Enseñanza del FLE<br>(2,5h/semana)<br><br>32,5h<br>Currículo<br>(2,5h/semana) | 100h<br><br>Enseñanza del FLE<br><br>100h<br>Currículo |
| 14 > 18  | Prácticas en el centro   |  |  |
| Tutorías<br>horario a fijar<br>con el grupo            | Seguimiento de trabajos/Presentación de trabajo en grupo   | 20h  |  |
| Seminarios y presentaciones<br>Individuales o en grupo |  | 15h  |  |
| <b>TOTAL</b>   |  | <b>100h</b>  | <b>200h</b>  |