

### 1. Informations générales

Intitulé de l'U.E.	<b>Sciences de la Motricité</b>			Code K1CA
Bloc	1	Quadrimestre	1 et 2	
Crédits ECTS	5	Volume horaire	45 h	
Unité prérequis pour cette U.E. :	nihil	Unité co-requis avec cette U.E. :	nihil	
Cycle	Bachelier	Certification CFC	Niveau 7	
Langue d'enseignement	Français	Langue d'évaluation	Français	
<b>Responsable d'Unité</b>	<b>M Arnaud DOLIMONT</b>			<b>adolimont@he2b.be</b>
Enseignants	Education Physique	<i>Caroline KINET</i>	<i>Arnaud DOLIMONT</i>	
	Didactique	<i>Arnaud DOLIMONT</i>		
<b>Remarque</b>	<p>L'Education Physique est répartie sur les 1<sup>er</sup> et 2<sup>eme</sup> quadrimestres.</p> <p><i>L'évaluation des acquis de cette unité d'enseignement est une note calculée avec réussite à 10/20 pour chaque activité d'apprentissage et qu'un échec dans une des activités d'apprentissage entraîne la non validation de l'UE.</i></p>			

### 2. Compétences visées (en rapport avec le référentiel de compétences)

- a. S'impliquer dans sa formation et dans la construction de son identité professionnelle.
  - Développer ses aptitudes d'analyse, de curiosité intellectuelle et de responsabilité
  - Exercer son raisonnement scientifique
- b. Concevoir des projets professionnels complexes
  - Collecter l'ensemble des informations existantes
  - Utiliser des concepts, des méthodes, des protocoles dans des situations variées
  - Evaluer la pertinence d'une analyse, d'un schéma
  - Programmer des interventions éducatives, préventives et curatives
- c. Assurer une communication Professionnelle
  - Participer à la promotion de la santé

### 3. Acquis d'apprentissage

Par la pratique individuelle et l'expérience motrice personnelle acquise, l'objectif est d'améliorer la compréhension et la maîtrise de soi. La pratique de l'éducation physique permet à l'étudiant d'améliorer sa propre perception et sa relation aux autres. Il peut ainsi élaborer un comportement démontrant l'importance de l'activité physique pour le bien-être et la santé.

**NB: Les activités d'enseignement et les évaluations pourraient être organisées à distance si les conditions sanitaires l'exigent.**

Intitulé de l'AA	Éducation Physique		Code	K1CA1
Volume horaire	60 h	Pondération dans l'UE	80 %	
Quadrimestre	1 et 2	Participation	Obligatoire	

### Contenu succinct

#### Cours pratique :

- Travail des fondamentaux (endurance, force, coordination, souplesse) dans le but d'améliorer son schéma corporel et ses capacités physiques dont le caractère transversal permettra d'évoluer dans les différentes disciplines sportives.
- Après un test de terrain permettant d'évaluer la condition physique de chacun, des groupes de niveaux seront formés dans le but d'optimiser la progression de chaque étudiant.

#### Sur 1 quadrimestre :

- 1) 10 cours de running incluant différentes méthodes d'entraînement
- 2) 10 cours de mise en condition physique axés entre autres sur la souplesse, l'endurance, musculaire, la coordination et la force.

#### Sur les deux quadrimestres :

12 cours de natation consacrés au travail des techniques de nage, aux virages et à l'endurance

### Méthodes d'enseignement et d'apprentissage

Cours pratique faisant appel à la participation active des étudiants.  
Formation de groupes en fonction des niveaux.

### Supports éventuels à l'acquis des compétences

- BILLIAT, V. Physiologie et méthodologie de l'entraînement, Edition de Boeck, 2012
- POORTMANS J. et al., Biochimie des activités physiques, Edition de Boeck, 2002
- PASQUET G. et al., Echauffement du sportif, Edition Amphora, 2004

Modalités d'évaluation	L'évaluation lors de la 1ère session comporte une épreuve de natation (technique et endurance), un cross chronométré de 8.5km ainsi que 4 tests de condition physique (Eurofit). L'évaluation de la 2ème session est identique à la 1ère. La note finale est pondérée en fonction des présences.			
	Part d'évaluation continue	Part de travaux et Interrogations	Part d'examen en session	Type d'examen
1ère session	-	-	100 %	Oral
Récup Q1	-	-	100 %	Oral
2ème session	-	-	100 %	Oral

Intitulé de l'AA	Didactique de l'Éducation Physique		Code	K1CA2
Volume horaire	15 h	Pondération dans l'UE	20 %	
Quadrimestre	1	Participation	Obligatoire	

### Contenu succinct

Apprentissage de la terminologie spécifique à la pratique sportive.

- Énoncer un mouvement, un exercice, un jeu le plus correctement possible.

Apprentissage de la méthodologie.

- Repérer et corriger un mouvement ou un exercice mal exécuté.
- Effectuer des exercices en rythme.
- Construire une séance d'éducation physique adaptée à une population déterminée.
- Gestion d'un groupe.

### Méthodes d'enseignement et d'apprentissage

Cours pratique faisant appel à la participation active des étudiants.

Constitution de groupes de travail.

### Supports éventuels à l'acquis des compétences

Modalités d'évaluation	L'évaluation se fait de façon continue durant les séances. La régularité des étudiants est prise en compte. Des travaux personnels font l'objet d'une évaluation et s'intègrent dans la note finale. Lors de la seconde session, les étudiants sont interrogés oralement.			
	Part d'évaluation continue	Part de travaux et Interrogations	Part d'examen en session	Type d'examen
1 <sup>ère</sup> session	50 %	50 %	%	Écrit et Oral
Récup Q1	50 %	50 %	%	Écrit et Oral
2 <sup>ème</sup> session	-	-	100 %	Oral