

### 1. Informations générales

Intitulé de l'U.E.	<b>Sciences de la Motricité</b>		Code	K3CA
Bloc	3	Quadrimestre	1 et 2	
Crédits ECTS	2	Volume horaire	30 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>Mme Sigrid THEUNISSEN</b>		<b>stheunissen@he2b.be</b>	
Enseignants	Education Physique	<i>Sigrid THEUNISSEN</i>		
<b>Remarque</b>	Education Physique est étalée sur 2 quadrimestres			

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

- a. S'impliquer dans sa formation et dans la construction de son identité professionnelle.  
 - Adopter un comportement responsable et citoyen

### 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.

A l'issue du cours, l'étudiant devra être capable d'observer, d'analyser, de raisonner afin de mobiliser ses capacités motrices pour un développement harmonieux de son corps et de son esprit.

Il devra faire preuve de rigueur et d'autonomie dans le processus de développement et d'entretien de ses qualités physiques de base, dans son développement psychomoteur, dans le développement de son éducation sociale et de ses capacités d'adaptation et de communication.

Il apprendra à connaître ses limites, à être responsable de lui-même et des autres, à travailler sa coordination, sa force et son endurance.

Intitulé de l'AA	Education Physique		Code	K3CA1
Volume horaire	30 h	Pondération dans l'UE		
Quadrimestre	1 et 2	Participation	Obligatoire	

### Contenu succinct

Travail des fondamentaux que sont l'endurance, la force, la coordination et la 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.

Sports : 30h à raison de 1 ou 1,5h/semaine pendant des cycles de 4 à 6 semaines répartis sur toute l'année :

- Badminton
- Escalade
- Rope skipping (corde à sauter)
- Step

### Méthodes d'enseignement et d'apprentissage

Les différents sports sont abordés de manière à permettre à tous les niveaux de progresser.

### 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

Modalités d'évaluation	L'évaluation se fait en continu et pour chaque discipline abordée. La présence au cours est obligatoire et compte pour 50% des points. Le niveau et/ou la progression compte pour les 50 autres %. Les absences sont sanctionnées (-2 points/10 par absence non justifiée). Chaque discipline est notée sur 20 points et vaut le même poids dans la note finale. La note générale pour toute l'année est sur 20 points. Il n'y a pas de seconde session. L'étudiant ayant échoué en juin devra reprendre l'UE dans son programme l'année suivante.			
	Part d'évaluation continue	Part de travaux et Interrogations	Part d'examen en session	Type d'examen
1 <sup>ère</sup> session	100 %	0 %	0 %	-
2 <sup>ème</sup> session	-	-	-	-