LEDPH1002

2015-2016

Fondements des activités physiques et sportives

3.0 crédits	0 h + 30.0 h	1 + 2q

Enseignants:	Marique Thierry ;
Langue d'enseignement:	Français
Lieu du cours	Louvain-la-Neuve
Thèmes abordés :	Dans un premier temps, les qualités physiques de base (force, souplesse, endurance) seront évaluées individuellement. Les tests utilisés seront simples et permettront l'auto-évaluation par les étudiants. Dans un second temps, ces qualités seront développées au travers d'activités spécifiques et diversifiées. Le développement de la force et de l'endurance musculaire se fera notamment sur les engins de musculation en salle spécifique. Lors du travail de la force et de la souplesse, on veillera à la qualité de l'exécution (posture, respiration, rythme). Cet aspect qualitatif du travail permettra le développement du schéma corporel de l'étudiant et fera partie intégrante de l'évaluation.
Acquis d'apprentissage	Au terme de cette entité d'enseignement, l'étudiant aura amélioré son schéma corporel ; il aura développé ses qualités physiques de force, souplesse et endurance de façon optimale pour faciliter ses apprentissages dans les différentes disciplines sportives abordées durant sa formation . Il aura pris conscience du caractère transversal et évolutif de ces qualités physiques. Enfin, il aura acquis une certaine autonomie dans la gestion de sa propre condition physique. *La contribution de cette UE au développement et à la maîtrise des compétences et acquis du (des) programme(s) est accessible à la fin de cette fiche, dans la partie « Programmes/formations proposant cette unité d'enseignement (UE) ».*
Contenu :	Sera complété par le titulaire au moment de l'attribution des cours
Autres infos :	Pré-requis Evaluation Continue et/ou finale pour la partie pratique avec possibilité d'interrogation(s) et/ou d'un examen final pour vérifier l'acquisition des connaissances associées à la pratique. Evaluation quantitative pour l'endurance, la force et la souplesse ainsi qu'une évaluation qualitative pour la force et la souplesse. Support Dossier de cours Encadrement Titulaire(s), conseiller(s) technique(s) et/ou assistant(s) éventuellement aidés par des étudiants moniteurs. Autres
Faculté ou entité en charge:	FSM

Programmes / formations proposant cette unité d'enseignement (UE)

Intitulé du programme	Sigle	Crédits	Prérequis	Acquis d'apprentissage
Bachelier en sciences de la motricité, orientation générale	EDPH1BA	3	-	