LEDPH1025

2015-2016

Gymnastique et sports acrobatiques

2.0 crédits	0 h + 30.0 h	1 + 2q

Enseignants:	De Jaeger Dominique ;
Langue d'enseignement:	Français
Lieu du cours	Louvain-la-Neuve
Préalables :	*Le(s) prérequis de cette Unité d'enseignement (UE) sont précisés à la fin de cette fiche, en regard des programmes/formations qui proposent cette UE.*
Thèmes abordés :	Les principaux thèmes abordés pour rencontrer les objectifs de cette entité d'enseignement : 1. Préparation physique (force et souplesse) : renforcement spécifique des actions musculaires permettant la réalisation correcte des praxies gymnique et acrobatiques. 2. Préparation technique : - apprentissage des premières praxies de la gymnastique et des sports acrobatiques - travail technique préparatoire à l'apprentissage ultérieur de nouvelles praxies gymniques et acrobatiques.
Acquis d'apprentissage	Au terme de cette entité d'enseignement, l'étudiant maîtrisera certaines des praxies fondamentales de la gymnastique et des sports acrobatiques. Pour ce faire, il aura développé de façon spécifique son schéma corporel, sa maîtrise de l'espace, sa coordination motrice et ses qualités physiques de force et de souplesse. *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 :	Contenu : Préparation physique spécifique : renforcement des actions musculaires spécifiques et en particulier : - souplesse en fermeture, ouverture, antepulsion, écart antéropostérieur et latéral. - Force : antepulsion, retropulsion, ouverture, fermeture, impulsion bras et jambes. Préparation technique : - Placements fondamentaux : alignements droit et curviligne (ouvert et fermé), positions groupée et carpée. - Apprentissages techniques de praxies fondamentales de la gymnastique et des sports acrobatiques : appui renversé, roue, rondade, saut de mains, rotations aériennes transversales au minitrampoline, rotations combinées au grand trampoline à partir de la position " dos ", saut par renversement à la table de saut, bascule, tour d'appui et mouvement filé aux asymétriques et à la barre fixe, éléments gymniques au sol (femmes) et mini-série aux barres parallèles (hommes). Méthode : - Combinaison progressive de la préparation physique et technique en vue des apprentissages techniques. - Une atttention toute particulière est réservée à la qualité de l'exécution ; de nombreuses situations d'apprentissage différentes sont proposées, pour permettre une progression individuelle en toute sécurité. - Les praxies, une fois maîtrisées sont insérées dans des miniséries
Autres infos :	Pré-requis : Fondements de la gymnastique et des sports acrobatiques 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. Support : Dossier de cours Encadrement : Titulaire(s), conseiller(s) technique(s) et/ou assistant(s) éventuellement aidés par des étudiants moniteurs.
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	2	LEDPH1006	