LEDPH2135

2015-2016

Relaxation

4.0 crédits	0 h + 30.0 h	1 + 2q

Enseignants:	Moreaux Alain ;
Langue d'enseignement:	Français
Lieu du cours	Louvain-la-Neuve
Thèmes abordés :	Les techniques classiques (Jacobson, Schultz, Yoga et leurs dérivées telle la sophrologie) seront exposées et pratiquées dans une double perspective : expérience pratique avec intégration du vécu dans la conscience corporelle d'une part et d'autre part signification et applications des bases théoriques qui soutiennent les pratiques.
Acquis d'apprentissage	Au terme de cette activité d'apprentissage, l'étudiant sera capable de pratiquer, à titre personnel, diverses techniques de relaxation et de les transmettre dans un cadre pédagogique. *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 :	Les techniques classiques (Jacobson, Schultz, Yoga et leurs dérivées telle la sophrologie) seront exposées et pratiquées dans une double perspective : expérience pratique avec intégration du vécu dans la conscience corporelle d'une part et d'autre part signification et applications des bases théoriques qui soutiennent les pratiques.
Autres infos :	Pré-requis : Cours d'activités physiques et sportives de la formation de bachelier Evaluation : Evaluation continue, travaux écrits, rapports Encadrement : Titulaire(s) Ce cours est le prolongement des cours d'activités physiques et sportives de la formation de bachelier
Faculté ou entité en charge:	FSM

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

Intitulé du programme	Sigle	Crédits	Prérequis	Acquis d'apprentissage
Master [120] en sciences de la motricité, orientation éducation physique	EDPH2M	4	-	