

En raison de la crise du COVID-19, les informations ci-dessous sont susceptibles d'être modifiées, notamment celles qui concernent le mode d'enseignement (en présentiel, en distanciel ou sous un format comodal ou hybride).

5 crédits	30.0 h + 15.0 h	Q1
-----------	-----------------	----

Enseignants	Godin Philippe ;
Langue d'enseignement	Français
Lieu du cours	Louvain-la-Neuve
Thèmes abordés	<p>- l'activité physique et sportive : distinction des concepts, bases philosophiques (opposition dualisme-monisme), définitions, objectifs spécifiques, leurs contenus, leurs organisations sociétales en Belgique, valeur du rapport au corps dans les civilisations et dans l'histoire, présentation des données pour la Belgique</p> <p>- impact sur la santé (physique, mentale et sexuelle) : sur les plans physiologiques (systèmes respiratoires, cardio-pulmonaires et vasculaires, système cérébral, etc ...) et psychologiques (sur facteurs de personnalité comme l'estime de soi, l'anxiété, dépression, 'systèmes éducatif s, famille, socio-relacionnel, études, etc -.)</p> <p>- impact en fonction de l'intensité et de la fréquence selon les différentes populations concernées et le système environnemental (enfant s -adolescent s -adultes-seniors). Sur des populations spécifiques : avec une problématique psychologique, réinsertion sociale, avec handicap (moteur, sensoriel et mental); compétition et haut niveau, troubles physiques (obésité, diabète,...) et greffés (reins, cœur, foie,...)</p> <p>- aspects motivationnels qui poussent les personnes à s'engager ou non dans la pratique de l'AP ou encore à se désengager de celle-ci.</p> <p>- base théorique et pratiques permettant aux professionnels de la santé d'arriver à:</p> <p>1) Comprendre l'intérêt de l'AP comme outil thérapeutique dans certaines pathologies/outil de prévention à la survenue de certaines maladies et à l'amélioration de la qualité de vie et de la santé physique, mentale et sexuelle..</p> <p>2) Inciter/aider une personne à être plus active.</p> <p>- présentation des techniques</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>psychocorporelles</u> dont le but est une harmonisation- des relations entre le corps et la psyché, et qui disposent d'une certaine validation empirique: la psychomotricité, la respiration, le tonus musculaire (<u>méthode de Jacobson</u>), + <u>eutonnie</u>, <u>le training autogène</u> de Schultz, yoga • intégrant des dimensions cognitives et la relation au corps comme le dialogue intérieur, le <u>training autogène</u> de Schultz, l'imagerie.
Acquis d'apprentissage	<p>A la fin de cette unité d'enseignement, l'étudiant-e est capable de :</p> <p>A1 et A2</p> <p>L'étudiant-e sera capable de connaître, maîtriser les différents composants du monde de l'activité physique et du sport dans la société.</p> <p>L'étudiant-e sera capable de connaître l'impact de certains facteurs spécifiques sur les différents systèmes physiques (cardiaques, pulmonaires, musculaires, etc.) et psychologiques (estime de soi, anxiété, dépression, etc.)</p> <p>B1et B2</p> <p>A la fin des séances pratiques, l'étudiant-e sera capable de diagnostiquer et d'appliquer les différentes techniques enseignées comme la respiration, la gestion du tonus musculaire, et l'imagerie, sous la supervision du maître de stage, sur des patients.</p> <p>La mise en situation durant le stage permettra à l'étudiant-e de développer la maîtrise encore élémentaire acquise lors du VOL 2.</p> <p>Le cours participe à la réalisation des AA pour D, E et F</p> <p>1</p> <p><i>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) » .</i></p>

	<p>-----</p> <p><i>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) ».</i></p>
Modes d'évaluation des acquis des étudiants	<p>En raison de la crise du COVID-19, les informations de cette rubrique sont particulièrement susceptibles d'être modifiées. En raison de la crise du COVID-19, les informations de cette rubrique sont particulièrement susceptibles d'être modifiées jusqu'au 13 septembre.</p> <p>L'évaluation porte sur deux aspects :</p> <ol style="list-style-type: none"> évaluation sur les connaissances théoriques explicitées dans le syllabus et au cours magistral. C'est cette évaluation seule qui est quantifiée sur 20 et qui représente la note pour l'examen. réalisation d'un rapport de synthèse (d'environ 5 pages) à remettre le jour de l'examen théorique reprenant les éléments essentiels du travail réalisé par l'étudiant-e avec son binôme et contenant les critères explicités, travaillés aux cours (théorique et pratiques, les TP). C'est une évaluation qualitative. Le travail est éliminatoire ; il doit être jugé suffisant pour que l'étudiant-e puisse être évalué sur le premier aspect.
Contenu	<p>- l'inscription officielle au cours se fait conjointement à la soumission d'une lettre de motivation à participer au cours explicitant la cohérence de la participation à ce cours dans le parcours d'études et les projets professionnels de l'étudiant-e (à remettre au professeur en version papier au 1er cours)</p> <ul style="list-style-type: none"> • la participation au cours implique une inscription obligatoire sur le site MoodleUCL • les cours magistraux ont lieu les mardis et jeudis de 18h à 21h, en Auditorio et/ou en streaming, et/ou enregistré et mis à disposition pour une durée limitée (en fonction du nombre d'inscrits et des mesures sanitaires) et des séances de questions-réponses auront lieu selon les mêmes modalités • les séances de travaux pratiques ont lieu les mardis ou jeudis (jour en fonction du groupe choisi) entre 16h30 et 21h30 (4 plages d'environ 1h15) en sous-groupes de 10 à 12 participants maximum (en fonction du nombre d'inscrits et des mesures sanitaires) dans la salle de psychomotricité • les séances de travaux pratiques NE servent PAS aux rappels théoriques ; la théorie doit être connue pour permettre les exercices pratiques • le calendrier et les horaires sont fournis lors du premier cours qui aura lieu la semaine du 28 septembre 2020 • la présence aux TP par groupes (exercices, travaux pratiques) est strictement obligatoire sous peine d'invalidation de la cote d'examen
Ressources en ligne	Moodle
Autres infos	Connaître et maîtriser les grands thèmes et modèles de la psychologie sur les questions : motivation, attention, anxiété, émotions, estime de soi, leadership,..
Faculté ou entité en charge:	EPSY

Programmes / formations proposant cette unité d'enseignement (UE)				
Intitulé du programme	Sigle	Crédits	Prérequis	Acquis d'apprentissage
Master [120] en sciences psychologiques	PSY2M	5		