

2.00 crédits	0 h + 30.0 h	Q1 et Q2
--------------	--------------	----------

Enseignants	De Jaeger Dominique ;
Langue d'enseignement	Français > English-friendly
Lieu du cours	Louvain-la-Neuve
Préalables	<i>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.</i>
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	A la fin de cette unité d'enseignement, l'étudiant est capable de : 1 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.
Modes d'évaluation des acquis des étudiants	Dans le cadre de ce cours, les étudiants seront évalués à différents moments de l'année. La note finale sera la moyenne pondérée des différents tests réalisés au cours de l'année. La pondération attribuée à chaque test est indiquée dans un document disponible sur Moodle. En seconde session, les étudiants ont la possibilité de ne pas représenter les tests pour lesquels ils ont démontré la maîtrise d'un niveau minimum. Ce niveau est défini pour chaque test dans le document disponible sur Moodle. Pour ces tests, la note obtenue durant l'année pourra être conservée pour l'évaluation de seconde session.
Méthodes d'enseignement	Combinaison progressive de la préparation physique et technique en vue des apprentissages techniques. Une attention 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
Contenu	Préparation physique spécifique : renforcement des actions musculaires spécifiques et en particulier : <ul style="list-style-type: none">• Souplesse en fermeture, ouverture, antepulsion, écart antéropostérieur et latéral.• Force : antepulsion, retropulsion, ouverture, fermeture, impulsion bras et jambes. Préparation technique : <ul style="list-style-type: none">• Placements fondamentaux : alignements droit et curviligne (ouvert et fermé), positions groupée et carpée.• Apprentissages techniques : praxies fondamentales de la gymnastique et des sports acrobatiques (appui renversé, roue, rondade, saut de mains, rotations aériennes transversales au minitrampoline, au grand trampoline, saut par renversement à la table de saut, bascule, ...) exécutés seuls ou enchainés dans des miniséries au sol (hommes et femmes), aux barres asymétriques (femmes), aux barres parallèles et à la barre fixe (hommes).
Ressources en ligne	https://moodle.uclouvain.be/course/view.php?id=1564
Autres infos	Encadrement : Titulaire(s), conseiller(s) technique(s) et/ou assistant(s) éventuellement aidés par des étudiants moniteurs. Vu la spécificité du bachelier et du master et les reconnaissances professionnelles que l'obtention du grade académique du master en Sciences de la motricité, orientation éducation physique entraîne automatiquement, nous informons les étudiant.e.s inscrits au bachelier en Sciences de la motricité, que l'absence de suivi d'UE LEDPH1025, même pour raisons médicales justifiées, rendra l'évaluation de l'UE impossible avec pour conséquence l'impossibilité d'acquérir les crédits correspondants. Ce cours est strictement réservé aux étudiants FSM, son accès n'est pas possible aux autres étudiants UCLouvain.

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 ET LIEPR1002	