

**MD****EDPH1004 Natation 1 (parties A et B)**

[0h+30h exercices] 2 crédits

Enseignant(s): Marc Francaux, Thierry Marique (coord.)
Langue d'enseignement : français
Niveau : cours de 1er cycle

Objectifs (en terme de compétences)

Au terme de la première partie de cette entité d'enseignement, l'étudiant sera capable de trouver la ou les solutions les plus pertinentes aux problèmes posés en permanence par le milieu aquatique dans la recherche :

- d'un meilleur équilibre ;
- d'une meilleure respiration ;
- d'une meilleure flottaison ;
- d'une meilleure coordination ;
- d'une meilleure propulsion.

en utilisant au mieux les paramètres physiques (hydrostatiques et hydrodynamiques) spécifiques au milieu aquatique.

Dans la deuxième partie de ce cours, l'étudiant sera capable d'appliquer les acquis de la première partie aux quatre styles de nage codifiés (dauphin, dos, brasse, crawl) en respectant les paramètres institutionnels régissant ces styles de nages (règlement) et en utilisant au mieux les paramètres physiques (hydrostatiques et hydrodynamiques) qui les conditionnent.

Objet de l'activité (principaux thèmes à aborder)

Les activités abordées pour rencontrer les objectifs de la première partie du cours seront diversifiées et permettront l'expérimentation de situations-problèmes spécifiques aux activités aquatiques:

Les techniques de nages seront approchées au travers d'éducatifs, de modes de déplacement différents et de changements de direction en surface et/ou sous l'eau

Principaux thèmes abordés pour rencontrer les objectifs de la deuxième partie du cours:

- apprentissage des techniques codifiées de déplacement (brasse, dos crawlé, crawl et dauphin)
- apprentissage des techniques de départ et de virages.

Les activités proposées seront aussi diversifiées que possible et contribueront à l'amélioration continue de la maîtrise du milieu aquatique.

Résumé : Contenu et Méthodes

Sera complété par le titulaire au moment de l'attribution des cours

Autres informations (Pré-requis, Evaluation, Support, ...)

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.

Support Dossier de cours

Encadrement Titulaire(s), conseiller(s) technique(s) et/ou assistant(s) éventuellement aidés par des étudiants moniteurs.

Autres

Autres crédits de l'activité dans les programmes

EDPH11BA	Première année de bachelier en sciences de la motricité	(2 crédits)	Obligatoire
-----------------	---	-------------	-------------