

Faculté de médecine



Mineure en activité physique, santé et culture du mouvement

Objectifs

La mineure en "activité physique, santé et culture du mouvement" est bien une formation mineure permettant aux étudiants d'accroître leur culture générale dans un autre domaine de la connaissance que leur baccalauréat principal. Elle ne prépare pas à proprement parler à une réorientation vers une formation en éducation physique ou en kinésithérapie et réadaptation mais forme un tout ayant ses objectifs et sa cohérence propres. L'objectif de cette mineure est en effet d'un autre ordre que ceux des formations de baccalauréat et de master en éducation physique ou en kinésithérapie et réadaptation. Il ne s'agit pas de former des professionnels du mouvement mais de permettre une ouverture à l'étudiant à l'activité physique et sportive (APS) en complément de sa formation majeure.

Cette ouverture lui permettra d'acquérir des compétences dans le domaine de la gestion de la santé (bien être) qui lui seront utiles dans l'immédiat (dans sa vie d'étudiant) mais également dans sa vie d'adulte.

Elle permettra une sensibilisation de l'universitaire - en tant que futur acteur socio-économique (avec poste à responsabilité) - à l'intérêt de l'activité physique régulière comme élément-clé de santé publique, de qualité de vie dans le monde du travail, et même de rentabilité économique (lutte contre absentéisme lié à la sédentarité / école de dos par exemple). Elle introduira ainsi l'universitaire dans la culture du mouvement.

Compétences à acquérir

Au terme de cette mineure, l'étudiant, aura acquis les compétences suivantes :

1. Il dispose d'une conceptualisation riche du rôle que peut jouer l'activité physique et sportive (APS) sur la santé (déf. OMS) d'une personne dans l'interaction des composantes physiques, psychologiques et socio - environnementales .
2. Il dispose de clés d'analyse critique en matière de lien entre l'activité physique ou sportive et la santé qui leur permettent de juger de l'intérêt d'actions proposées (cfr compétence 6). Plus particulièrement
 - des bases de connaissances dans le domaine de l'adaptation physiologique du corps à différents types d'efforts (fondements);
 - du rôle des éléments qui entourent la pratique d'activités physiques pour qu'elle soit une pratique saine (éléments de nutrition, APS en ambiance chaude ou polluée,...)
 - du coût social et pour l'entreprise de la sédentarité
 - du rapport entre APS, le stress et la fatigue mentale et physique,
 - de la condition de pratique en sécurité (protection du dos - dans le mouvement et l'attitude ...)
 - de la base de connaissances de la motivation à la pratique régulière
3. Il expérimente des techniques représentatives dans le domaine de la motricité de conditionnement physique, de protection du corps (sécuritaire), de bien-être (santé).
4. Il peut évaluer ses propres besoins au départ de l'analyse d'indicateurs simples.
5. Il analyse sa propre prise en compte de son corps dans sa vie à travers ses pratiques d'APS en développant la dimension réflexive.
6. Il devient apte à évaluer la valeur de ce qui lui est proposé. Il analyse des propositions d'interventions; sur la base de critères physiologiques, sociologiques, etc, propres à une APS liée à la santé.

En conclusion, il s'agit d'envisager un(e) universitaire qui pratique lui-même une activité physique de qualité et qui, comme acteur social, est sensibilisé à la lutte contre la sédentarité comme élément de développement de l'homme, comme facteur de santé publique et d'efficacité socio-économique.

Conditions et critères d'accès

Une pratique personnelle régulière offre un vécu personnel intéressant pour aborder la mineure mais les objectifs de cette formation ne demandent absolument pas que l'étudiant soit membre d'un club sportif pour y accéder.

La mineure proposée n'est pas spécifiquement destinée à des sportifs (qui ne seront pas pour autant exclus!)

Avant le début des cours, les étudiants inscrits à la mineure seront soumis à une visite médicale de non contre-indication comprenant un test d'effort (50 EUR).

La faisabilité organisationnelle de leur participation aux activités de la mineure devra être étudiée préalablement à l'acceptation définitive du dossier. La présence est requise pour certaines activités de la mineure. Autant que possible, il est souhaité que l'étudiant soit libre de toutes obligations académiques associées à son baccalauréat principal au moment de ces cours. La

disponibilité de l'étudiant sera confirmée par le conseiller aux études de l'étudiant. Le cas échéant, toute autre solution personnalisée fera l'objet d'un accord explicite entre l'étudiant concerné, son conseiller aux études et le coordonnateur de la mineure.

Si la demande dépassait l'offre (Les capacités d'accueil sont de maximum vingt étudiants par année de mineure, soit un total de quarante étudiants), une sélection des étudiants serait réalisée sur la base d'un dossier de motivation.

Ce dossier permettra à l'étudiant intéressé de préciser la relation entre le choix de la mineure et ses objectifs professionnels et/ou de formation à court et long terme.

Concrètement, l'étudiant(e) intéressé(e) par la mineure complètera pour le 30 mai de l'année académique précédente un formulaire de demande d'inscription à cette mineure (ce formulaire peut être obtenu en version électronique (Word) par mail sur simple demande au secrétariat de l'IEPR : Anne-Marie.Louterman@siep.ucl.ac.be dès le 15 avril 2005).

Ce dossier sera complété, en juin (et éventuellement en septembre), des résultats obtenus dans son cursus principal. Si la demande devait dépasser l'offre disponible, la priorité serait accordée aux étudiants ayant réussi leur première année de baccalauréat en juin.

Critères de sélection éventuelle (sur analyse du dossier)

- concordance entre les objectifs de l'étudiant et les objectifs de la formation proposée
- solidité déclarée de la motivation (à dossier équivalent, priorité à l'étudiant dont cette mineure est le premier choix)
- capacités rédactionnelles et de retour réflexif sur soi
- faisabilité (accord de principe du conseiller aux études de sa formation d'origine)

L'accord de l'IEPR sera confirmé pour le 15 juillet pour les étudiants ayant réussi leur première année de baccalauréat en première session (éventuellement pour le 15 septembre pour les étudiants ayant réussi leur première année de baccalauréat en seconde session).

Cette mineure n'est pas ouverte aux étudiants de l'IEPR.

Formations accessibles au terme de la mineure

La mineure proposée ne vise pas la réorientation des étudiants vers l'éducation physique mais débouche sur une prise en compte du corps (le sien et celui de l'autre) quel que soit le champ professionnel spécifique dans lequel interviendra l'universitaire. Les étudiants qui, après avoir réussi cette mineure, entameraient la formation complète en éducation physique ne seraient crédités que de 9 crédits supplémentaires à ceux éventuellement jugés équivalents entre leur formation principale de baccalauréat et le baccalauréat en sciences de la motricité, orientation générale (= Education physique).

Structure détaillée

Cours accessibles à partir de 2005-2006

<u>EDPH1008</u>	Activités physiques et sportives parmi les sciences et les pratiques humaines[30h] (3 crédits)	Cécile Delens (coord.) Thierry Marique
<u>EDPH1009</u>	Regards croisés sur des grandes questions du sport[30h] (3 crédits)	Ghislain Carlier (coord.) Marc Francaux
<u>APSC7001</u>	Construire son programme d'activités physiques et sportives et l'évaluer[15h+15h] (6 crédits)	Cécile Delens Marc Francaux (coord.)
<u>EDPH1030A</u>	Fondements théoriques des activités physiques et sportives et apprentissage moteur (partim fondements théoriques des activités physiques et sportives)[30h+0h] (3 crédits)	N.

Cours accessibles à partir de 2006-2007

<u>APSC1702</u>	Activités physiques et sportives, santé et société[60h] (6 crédits) ▲	N.
<u>APSC1703</u>	Stage : pratique personnelle 2 (3 crédits) ▲	N.
<u>APSC1704</u>	Rapport de formation en activité physique, santé et culture du mouvement(6 crédits) ▲	N.

Gestion de la mineure et de son inscription

L'inscription devra prévoir l'acceptation conjointe par les deux entités concernées (celle qui régit le programme principal de l'étudiant et celle qui offre la mineure (ici l'IEPR).

L'accord de l'IEPR sera conditionné par le nombre de places disponibles (cfr. admission à la formation) et la non contre-indication médicale (visite médicale d'aptitude).

Le dossier d'admission (cfr. admission à la formation) sera disponible sur le réseau (<http://www.md.ucl.ac.be/iepr/intro.htm>) ou au secrétariat de l'IEPR à partir du 15 avril 2005. Ce dossier sera envoyé à l'IEPR pour le 30 mai 2005.

Acceptations IEPR :

- 15 juillet 2005 (pour les étudiants qui ont réussi leur 1re année de baccalauréat en juin 2005)
- 15 septembre (pour les étudiants qui ont réussi leur 1re année de baccalauréat en sept. 2005)

Coordonnateur du programme : Cécile Delens