

Faculté de médecine



KINE1001 Formation psychomotrice de base

[15h+90h exercices] 8 crédits

Enseignant(s): Thierry Marique
Langue d'enseignement : français
Niveau : Premier cycle

Objectifs (en termes de compétences)

Au terme de cet enseignement, l'étudiant disposera d'un vécu moteur personnel riche et de connaissances suffisantes pour maîtriser les fondements de la motricité. Il disposera des premières clés d'analyse du mouvement dans ses composantes perceptives, effectives ou relationnelles. La partie éducation aquatique élémentaire lui permettra la compréhension et maîtrise de l'espace aquatique.

Les apprentissages seront réalisés dans une optique de formation personnelle pour l'adaptation ultérieure à des groupes de personnes avec des besoins spécifiques.

Objet de l'activité (principaux thèmes à aborder)

Les contenus d'enseignement abordés pour rencontrer ces objectifs toucheront 4 aspects de la motricité

- les fondements des APS : (placements et mouvements fondamentaux ainsi que facteurs d'exécution à la base de la motricité (endurance, travail musculaire, rythme, alignement, appuis, ..)
- les activités individuelles avec et sans engin
- les activités collectives en visant l'adaptation du comportement non seulement à des engins, mais également à des partenaires et adversaires
- l'éducation aquatique de base (0-30)

En lien avec le vécu des cours pratiques, les concepts théoriques majeurs de l'activité physique seront étudiés à travers les composantes principales de l'activité physique (facteurs d'exécution, dimensions psychomotrices et socio-affectives) et les caractéristiques particulières aux milieux de pratique (y compris le milieu aquatique).

Résumé : Contenu et Méthodes

Motricité fondamentale (30h) : Travail des qualités physiques fondamentales en lien directe avec la santé physique de l'individu : endurance, force, souplesse
 Motricité individuelle (15h) : Ø Travail sur « l'équilibre » en situation progressivement plus audacieuse en plaçant l'accent sur la sensation du placement « postural ». Ø Travail sur les « manutentions de charges ». Ø Séances sous forme plus ludique et apprenant aux étudiantes à mettre en pratique les situations de manutention et d'audace (en toute sécurité pour les 2 ou les 3). « L'acro-gym » est un des moyens pour y parvenir.
 Motricité collective (15h) : Ø Adaptation du comportement: relation avec l'engin Ø Adaptation du comportement: relation avec partenaires et/ou adversaires
 Motricité aquatique (15h) : Ø Éducation aquatique générale Ø Apprentissage des techniques de nage Ø La sécurité en milieu aquatique
 Partie théorique (30h)

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

Pré-requis

Evaluation Examen écrit ou oral et/ou éléments d'évaluation continue

Support Syllabus et/ou livre(s)

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

KINE11BA Première année de bachelier en kinésithérapie et réadaptation (8 crédits)

Obligatoire