



**Note à l'attention du lecteur :**

Pour naviguer plus aisément au sein du document, [cliquez](#) sur les liens hypertextes insérés dans le [tableau récapitulatif](#) de présentation de la formation (page 5). La combinaison « *Ctrl + Home* » vous ramène ici... Bonne lecture !

# Catégorie pédagogique

## Profil d'enseignement

---

### Spécialisation en

## Préparation physique et entraînement

---

### Année académique 2018-2019

---

### En codiplômation avec :

## **Référentiel de compétences**

Compétences liées au Domaine des Sciences psychologiques et de l'éducation :

### ***Développer une expertise dans les contenus enseignés / exploités et dans la méthodologie de leur utilisation.***

- ⇒ Acquis d'apprentissages :
- ✓ S'approprier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes de chacun des champs disciplinaires et psychopédagogiques ;
  - ✓ Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie.

### ***S'approprier des outils d'analyse pour comprendre les réalités rencontrées et construire des interventions adéquates.***

- ⇒ Acquis d'apprentissages :
- ✓ Décoder des situations dans leur complexité et construire sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée ;
  - ✓ Accorder une attention régulière à l'analyse de la pratique ;
  - ✓ Réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche.

Compétences spécifiques :

### ***Développer une connaissance approfondie, culturelle et institutionnelle du milieu sportif.***

- ⇒ Acquis d'apprentissages spécifiques :
- ✓ Maîtriser la pratique réflexive sur et dans l'action professionnelle ;
  - ✓ Développer un sens critique vis-à-vis de l'ensemble de son intervention.

### ***Concevoir et planifier les entraînements en fonction des échéances définies par le sportif.***

- ⇒ Acquis d'apprentissages spécifiques :
- ✓ Maîtriser les outils de l'évaluation et de l'analyse des différents facteurs de la performance ;
  - ✓ Évaluer des capacités des athlètes en vue de leur entraînement ;
  - ✓ Analyser la situation au regard des objectifs sportifs, en tenant compte du contexte de la structure ;
  - ✓ Élaborer et planifier des séances et plans d'entraînement, en fonction notamment des échéances importantes du calendrier ;
  - ✓ Adapter sa pratique en fonction des caractéristiques de la discipline et du niveau du sportif ;
  - ✓ Avoir un regard réflexif concernant son intervention afin de réguler sa pratique et de veiller à l'intégration de périodes de repos.

### ***Assurer la sécurité et agir adéquatement en cas de blessure.***

- ⇒ Acquis d'apprentissages spécifiques :
- ✓ Gérer les processus de prévention des blessures ;
  - ✓ Déterminer un programme de ré-athlétisation adapté au niveau de performance du sportif ;
  - ✓ Déceler les signes précurseurs du surentraînement sur les plans physiologique et psychologique.

### ***Développer un raisonnement efficient face à une situation complexe.***

- ⇒ Acquis d'apprentissages spécifique :
- ✓ Utiliser des tests, des outils d'évaluation actualisés et des appareillages adéquats pour mesurer les paramètres biométriques, biomécaniques et physiologiques afin d'améliorer les qualités physiques (endurance, force, souplesse...).

## Profil d'enseignement

### **Spécialisation en Préparation physique et entraînement**

**Secteur :** Sciences humaines et sociales

**Niveau CFC :** Bachelier de spécialisation, niveau 6

**Président du jury :** La Direction de Catégorie

**Secrétaire du jury :** L'Apparitorat de Section

**Domaine :** Sciences psychologiques et de l'éducation

**Implantations :** - Campus Les Rivageois, Liège (HECh)

- Campus Beeckman, Liège (HEPL)

- Campus de Loncin (HELMo)

La création de cette formation complémentaire d'un an, spécialement ouverte aux diplômés d'un Bac AESI (Agrégé de l'Enseignement Secondaire Inférieur) en Section Éducation physique, s'inscrit dans un contexte de demande importante. D'une part, les clubs et autres structures de haut niveau se montrent intéressés par des entraîneurs-préparateurs sportifs bien formés. D'autre part, le sportif amateur, quel que soit son niveau de base, est également demandeur de préparateurs notamment afin de pouvoir pratiquer sa discipline sportive de manière optimale et le plus longtemps possible.

Grâce à la plus-value liée à cette spécialisation, en termes de débouchés et de pratique professionnelle, les fonctions suivantes peuvent être prioritairement ciblées :

- Entraîneur et/ou préparateur physique de sportifs (individuels ou collectifs) à des fins d'amélioration de la performance ;
- Conseiller technique dans une Fédération (coordonner les projets et les actions, aider à la constitution et à la gestion de dossiers, conseiller les dirigeants sportifs, organiser des compétitions sportives, etc.) ;
- Cadre travaillant dans le secteur du sport amateur et/ou professionnel, au sein de sphères publiques et/ou privées, dont le but principal consiste en une optimisation de la performance sportive.
- ...

Les trois institutions de formation partenaires (la Haute École Charlemagne, la Haute École de la Province de Liège et la Haute École Libre Mosane), compte tenu du fait qu'elles organisent toutes les trois le Bachelier AESI en Éducation physique, disposent déjà en interne d'une expérience et de compétences leur permettant d'assurer le cursus de cette formation ainsi que les activités d'insertion professionnelle. Elles feront en outre appel à des intervenants extérieurs, principalement pour les cours relevant de la formation spécifique.

En effet, le partenariat est bien établi parmi les trois acteurs de formation ou sur le terrain de la coopération, permettant d'en rassembler les expertises spécifiques complémentaires. Dans ce sens, les trois Hautes Écoles porteuses, déjà riches de leurs compétences internes variées, bénéficient au sein des institutions, associations et entreprises, d'un large réseau de relations directement impliquées dans les disciplines à développer.

La sensibilisation des étudiants à certaines matières spécifiques nécessite la collaboration d'experts extérieurs qui seront accueillis dans le cadre de cours, enrichissant l'approche des diverses thématiques. Par ailleurs, des visites didactiques et des activités de terrain compléteront, en situation réelle, ces apports concrets.

S'appuyant sur le référentiel de compétences repris ci-dessus, une ébauche de « profil professionnel » peut être synthétisée de la sorte, sur base des acquis d'apprentissage développés :

- Former et entraîner à la compétition, optimiser l'entraînement du sportif ;
- Renforcer les facteurs techniques et tactiques de l'activité (améliorer la préparation et les performances du sportif) ;
- Organiser / interpréter les divers tests physiologiques spécifiques visant à évaluer le niveau de condition physique et les aptitudes musculaires ;
- Élaborer un plan d'entraînement individualisé en tenant compte des résultats et des antécédents du sportif ;
- Intégrer les qualités mentales, cognitives et émotionnelles dans l'entraînement ;
- Intégrer les qualités physiques dans l'entraînement ;
- Repérer le talent sportif et permettre son optimisation ;
- ...

## Grille de formation

U.E.	ECTS	Activités d'apprentissage	Heures	Quadri
<b>UE 1</b> <i>Connaissances relationnelles</i>	6	Sociologie du sport	20	Q1
		Psychologie du sportif	20	
		Coaching et management de la cellule d'encadrement	20	
		Séminaires d'intégration pluridisciplinaires	15	
<b>UE 2</b> <i>Communication et législation</i>	6	Droit du sport, y compris le dopage et les règlements	30	Q2
		Théories et techniques de la communication	15	
		Anglais	30	
<b>UE 3</b> <i>Connaissances techniques et scientifiques</i>	7	Physiologie et théorie de l'entraînement	30	Q1
		Évaluation et analyse des facteurs de la performance (terrain et laboratoire)	30	
		Exploitation des outils informatiques spécifiques à l'entraînement	30	
		Séminaires d'intégration (physiologie)	15	
<b>UE 4</b> <i>Préparation physique</i>	14	Méthodologie de l'entraînement	30	Q1+Q2
		Planification de l'entraînement / Surentraînement	45	
		Spécificité des sports collectifs / sports individuels	30	
		Condition physique – Entraînement et renforcement musculaire	75	
		Séminaires d'intégration (entraînement) et ateliers de formation	30	
<b>UE 5</b> <i>Accompagnement psychologique du sportif</i>	5	Approche de l'intervention psychologique en sport	15	Q2
		Préparation mentale, y compris les techniques psychocorporelles	30	
		Besoins spécifiques du sportif de haut niveau	15	
<b>UE 6</b> <i>Suivi du sportif</i>	7	Traumatologie et pathologie du sportif, y compris la prévention	30	Q2
		Hygiène alimentaire du sportif	30	
		Réathlétisation, en ce compris les notions de prévention	30	
		Séminaires d'intégration (analyse du mouvement)	15	
<b>UE 7</b> <i>Travaux pratiques, stages et TFE</i>	15	Déontologie de la profession	15	Q1+Q2
		Stages d'intégration professionnelle	120	
		Stage d'expertise	15	
		Séminaires - Recherches	15	
		Projet professionnel (Travail de Fin d'Études)		

Vu qu'il s'agit d'une année de spécialisation, la formation ne compte ni prérequis ni corequis d'UE.

### Répartition interinstitutionnelle des Activités d'Apprentissage :

Unités d'Enseignement	Heures	ECTS
<i>UE 1 Connaissances relationnelles</i>	75	6
Sociologie du sport	20	Quadri 1
Psychologie du sportif	20	
Coaching et management de la cellule d'encadrement	20	
Séminaires d'intégration pluridisciplinaires	15	
<i>UE 2 Communication et législation</i>	75	6
Droit du sport (y compris le dopage et les règlements)	30	Quadri 2
Théories et techniques de la communication	15	
Anglais	30	
<i>UE 3 Connaissances techniques et scientifiques</i>	105	7
Physiologie et théorie de l'entraînement	30	Quadri 1
Évaluation et analyse des facteurs de la performance (terrain et laboratoire)	30	
Exploitation des outils informatiques spécifiques à l'entraînement	30	
Séminaires d'intégration (physiologie)	15	
<i>UE 4 Préparation physique</i>	210	14
Méthodologie de l'entraînement	30	Annuelle
Planification de l'entraînement / Surentraînement	45	
Spécificité des sports collectifs / sports individuels	30	
Condition physique – Entraînement et renforcement musculaire	75	
Séminaires d'intégration (entraînement) et ateliers de formation	30	
<i>UE 5 Accompagnement psychologique du sportif</i>	60	5
Approche de l'intervention psychologique en sport	15	Quadri 2
Préparation mentale, y compris les techniques psychocorporelles	30	
Besoins spécifiques du sportif de haut niveau	15	
<i>UE 6 Suivi du sportif</i>	105	7
Traumatologie et pathologie du sportif, y compris la prévention	30	Quadri 2
Hygiène alimentaire du sportif	30	
Réathlétisation, en ce compris les notions de prévention	30	
Séminaires d'intégration (analyse du mouvement)	15	
<i>UE 7 Travaux pratiques, stages et TFE</i>	165	15
Déontologie de la profession	15	Annuelle
Stages d'intégration professionnelle	120	
Stage d'expertise	15	
Séminaires - Recherches	15	
Projet professionnel (Travail de Fin d'Études)	15	
<b>TOTAUX</b>	<b>795 h</b>	<b>60</b>

**Légende :**    HEPL    HECh    HELMo    **Commun**

**Ventilation horaire :**    Q1 = 180h    Q2 = 240h    Annuel (Q1+Q2) = 375h

Unité d'Enseignement :	Acronyme / Numéro de l'UE : <b>UE 1</b>	
	Intitulé complet de l'UE : <b>Connaissances relationnelles</b>	
Crédits : 6	Période : Quadrimestre 1	Bachelier de spécialisation - Type court
Cadre européen de certification : niveau 6	Secteur : Sciences humaines et sociales	Domaine : Sciences psychologiques et de l'éducation
S'agissant d'une année de spécialisation à 60 crédits, la formation ne comporte ni prérequis ni corequis formels.		
Coordonnées de l'enseignant(e)-réfèrent(e) de l'UE, responsable du regroupement des cotes : Pascale Jacob (pascale.jacob@hepl.be)		

## ***STRUCTURE DE L'UE***

L'UE se compose des activités d'apprentissage suivantes :

- [\*\*Sociologie du sport\*\*](#)
- [\*\*Psychologie du sportif\*\*](#)
- [\*\*Coaching et management de la cellule d'encadrement\*\*](#)
- [\*\*Séminaires d'intégration pluridisciplinaires\*\*](#)

## ***CONTRIBUTION DE L'UE AU PROFIL D'ENSEIGNEMENT***

### Compétence(s) visée(s) par l'UE

- **Développer une expertise dans les contenus enseignés / exploités et dans la méthodologie de leur utilisation ;**
- **S'approprier des outils d'analyse pour comprendre les réalités rencontrées et construire des interventions adéquates ;**
- **Développer une connaissance approfondie, culturelle et institutionnelle du milieu sportif.**

### Acquis d'apprentissage de l'UE, sanctionnés par l'évaluation

Au terme de l'UE, l'étudiant est capable de :

- ✓ s'approprier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes de chacun des champs disciplinaires et psychopédagogiques ;
- ✓ établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie ;
- ✓ décoder des situations dans leur complexité et construire sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée ;
- ✓ accorder une attention régulière à l'analyse de la pratique ;
- ✓ réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche ;
- ✓ maîtriser la pratique réflexive sur et dans l'action professionnelle ;
- ✓ développer un sens critique vis-à-vis de l'ensemble de son intervention.

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'UE***

La note finale de l'UE est décidée par une Commission formée par les professeurs de l'UE elle-même, conformément aux dispositions précisées dans le Règlement Général des Études et des Jurys de la HECh.

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Sociologie du sport	10 % *	100 %						Report		
Psychologie du sportif	10 % *	100 %						Report		
Coaching et management de la cellule d'encadrement	Néant *									
Séminaires d'intégration	10 % *	100 %						Report		
Évaluation intégrée UE1	70 %		50 %	50 %					50 %	50 %

Autres (à préciser) :

\* Ces valeurs correspondent donc aux évaluations spécifiques à chacune des AA, qui s'additionneront à l'évaluation intégrée relative à l'ensemble de l'UE (concernant ainsi les quatre AA de l'Unité) dont les consignes précises sont développées en remarque, ci-dessous.

En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Les **critères de réussite de l'UE** sont les suivants : une moyenne pondérée minimale de 10/20 + aucune insuffisance grave (< 8/20)

### ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

***Présentation de l'Épreuve intégrée*** (commune à toutes les AA de cette UE) :

Sur base des 15h d'expertise sur une thématique précise en lien avec la psychologie du sportif, la sociologie du sportif ou le coaching et management d'équipe.

Il est demandé en sous-groupe de :

- Dynamiser la demi-journée choisie (par le biais de questions, d'une recherche préalable sur la personne si nécessaire etc.) ;
- Récolter les données, les traces de l'expert en présence (il est utile d'enregistrer l'expertise ou de prendre avec soi une clé USB par exemple) ;
- Envoyer l'ensemble des données par le biais du « groupe SPPE » aux autres de la classe en ce compris le rapport de synthèse demandé ci-après.

MODALITES de l'écrit :

Il est demandé de rédiger en sous - groupe un rapport de synthèse d'une dizaine de pages qui comprendra :

- ⇒ Une synthèse de l'intervention reçue durant la demi-journée (5 pages max) et qui précise la méthodologie du travail de "sous-groupe".






- ⇒ Sur base de cette synthèse, il faut dégager 3 moments clé de l'intervention qui feront émerger une question de recherche. Il est demandé de mettre en gras dans le texte ce qui sera traité ensuite comme moment clé pour faire émerger la question.
- ⇒ Chaque question sera traitée au regard d'une des activités d'apprentissage de l'UE... (Psychologie du sport, Sociologie du sport, Coaching et management de la cellule d'encadrement) de la manière suivante :
  - Pour chaque moment clé : (2 pages par moment clé max)
  - Faire émerger la problématique « moment clé » vers la question qui va être traitée.
  - Préciser avec quel axe « Psychologie du sport, Sociologie du sport ou Coaching » vous allez procéder pour réaliser l'analyse. Faire un choix.
  - Réaliser l'analyse sur base non pas du cours uniquement, mais bien sur base de la littérature trouvée sur le sujet. Au moins une monographie et un article scientifique pertinent par rapport.
  - Réaliser une conclusion qui fait lien entre la question de départ, la manière dont elle est traitée et une, voire plusieurs pistes d'intervention à apporter à l'expert venu en classe.
  - Bibliographie aux normes APA
  - Travail à rendre en Times new Roman 12 (titre en 14) avec interlignes 1,5

#### MODALITES de l'oral :

Selon un ordre de passage établi (prendre avec soi le travail écrit, les notes de cours, travaux et autres des différentes AA).

Durant un oral de 15 à 20 minutes, il faudra répondre aux questions des trois titulaires des AA, avec comme point de départ le travail de sous-groupe vers des questions plus en lien avec les différents contenus des AA.

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 1 Intitulé complet de l'UE : Connaissances relationnelles	 
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Sociologie du sport</b>		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Quadrimestre 1	
	Nombre d'heures : 20h		

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Le cours est structuré en cinq séances thématiques, dispensées en présentiel durant trois heures chacune :

1. Introduction générale à la sociologie et à la sociologie du sport ;
2. Sport et structures sociales (populations, genres, inégalités) ;
3. Culture et valeurs du sport ;
4. Le sport comme objet et comme instrument de politique ;
5. Le sport et les développements scientifiques et technologiques.

Avant chaque séance, les étudiants devront lire un ou plusieurs chapitre(s) de livre ou article(s) portant sur la thématique abordée. Ils se familiariseront ainsi une première fois avec la matière théorique du cours. Ensuite, durant les séances en classe, ils seront amenés à regarder un documentaire traitant de la thématique du jour. Un accent particulier sera mis sur le visionnage actif du documentaire (prise de note, réflexion, liens avec les lectures effectuées). Enfin, après le visionnage de ce documentaire, la séance prendra la forme d'un séminaire durant lequel les étudiants seront amenés, en étant guidés par l'enseignant, à analyser le documentaire en fonction du matériau théorique lu précédemment. Ce séminaire leur permettra dès lors de revoir la matière théorique en l'appliquant directement à des exemples concrets tout en produisant une analyse sociologique d'un contenu audiovisuel.

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

L'objectif pédagogique est essentiellement, à partir des lectures :

- De s'appropriier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes au niveau du champ sociologique. De partager du contenu, du savoir, de la réflexion et de la connaissance ;
- D'établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie d'une part, avec d'autres matières vues au sein de l'UE et d'autre part, avec les présentations des autres groupes dans le cadre de cette activité d'apprentissage ;
- De réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche en se documentant à propos de concepts ou auteurs abordés dans les 3 sources reprises ci-après et sur les thématiques abordées plus haut ;
- De développer un esprit critique vis-à-vis de l'ensemble de son intervention, mais également faire participer la classe, la questionner et échanger avec les autres étudiants.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours     E-Learning     Dias projetées     Documents de travail     Autre (...)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

- Bourdieu, P. (1991), Langage et pouvoir symbolique, Paris, Seuil.  
 Defrance, J. (2011), Sociologie du sport, Paris, La Découverte.  
 Duret, P. (2008), Sociologie du sport, Paris, Presses universitaires de France.  
 Durkheim, E. (1897), Le suicide, Paris, Félix Alcan.  
 Weber, M. (1964), L'éthique protestante et l'esprit du capitalisme, Paris, Plon.

- + Références contenues dans les lectures obligatoires ;
- + Documentaires visionnés en classe.

### ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Cours ex-cathedra                   | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input checked="" type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e) | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                    |
| <input checked="" type="checkbox"/> Travaux en autonomie     | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire            | <input checked="" type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites |
| <input type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe         | <input type="checkbox"/> Autre (...)                                |

### ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Sociologie du sport	10 % *	100 %						Report		

Autres (à préciser) :

\* Cette valeur correspond à l'évaluation spécifique de la présente AA, qui s'additionnera à l'épreuve intégrée relative à l'ensemble de l'UE (concernant donc les quatre AA de l'Unité) dont les consignes précises – tant pour la modalité écrite qu'orale – sont exposées au bas du tableau de synthèse de l'évaluation d'UE.




La présence et la participation aux séances de cours sont évaluées de manière permanente. Il est attendu des étudiants qu'ils effectuent les lectures obligatoires avant chaque séance et qu'ils participent aux échanges qui se tiennent en classe.

En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

Présentation de l'Épreuve intégrée ci-avant (commune à toutes les AA de cette UE1).

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 1 Intitulé complet de l'UE : Connaissances relationnelles	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Psychologie du sportif</b>			
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)		Période : Quadrimestre 1
	Nombre d'heures : 20h			

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Cette AA s'articule sur deux axes et ce, durant une vingtaine d'heures de cours :

**Axe 1** : Les différents chapitres repris ci-après seront abordés en présentiel en tentant de différencier au maximum les dispositifs pédagogiques (Mind mapping, analyse vidéo, jeux de rôles, cours ex-cathedra...) et ainsi intégrer les contenus présentés.

- Les déterminants de la performance sportive.
- Introduction à la psychologie du sport (Historique de la psychologie du sport : Psychologue versus Coach mental).
- La motivation dans le sport et l'activité physique (Motivation profonde et analyse des échecs).
- Motivation et confiance en soi dans le sport et l'activité physique.
- Le processus d'activation chez le sportif.
- La concentration dans le sport.
- La personnalité de l'athlète et la gestion émotionnelle.

**Axe 2** : Chaque étudiant réalise la recherche, synthèse d'un article scientifique en lien avec la psychologie du sport/du sportif. Il présente ensuite son article au travers d'une table de conversation qu'il doit animer dans le but de susciter l'échange avec ses condisciples sur le sujet qu'il a découvert.

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- ⇒ S'approprier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes au niveau du champ de la psychologie du sport en général et du sportif en particulier.
- ⇒ Établir des liens entre les différents savoirs et son article pour construire une action réfléchie d'une part, avec d'autres matières vues au sein de l'UE et d'autre part, avec les présentations d'articles des autres étudiants dans le cadre de cette activité d'apprentissage.
- ⇒ Décoder des situations problèmes de "gestion mentale" dans leur complexité et construire sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée (vidéoscopie).
- ⇒ Accorder une attention régulière à l'analyse de la pratique (articles et vidéoscopie).
- ⇒ Réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche. Réaliser une recherche et comprendre un article scientifique, le synthétiser et pouvoir se l'approprier afin de susciter l'échange sur ledit sujet.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

Syllabus de cours  E-Learning  Dias projetées  Documents de travail  Autre (Notes de cours et construction d'une base d'articles scientifiques et de publications diverses ; vidéoscopie)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

- Colantonio, F. (2017). (Re)bondir sur l'échec. Liège : l'attitude des héros.
- Cox, R. (2005). Psychologie du sport. Bruxelles : De Boeck.
- Ducasse, F. (2006). Champion dans la tête : la recherche de la performance dans le sport et dans la vie. Québec : Les Editions de l'Homme.
- Education 4 Peace. (2014). Maître de tes émotions : attitude : la 5ème compétence. Rolle : E4P Editions.
- Gerard, F. (2012). Champion, mode d'emploi. Paris : Amphora.

- Paquet, Y. (2007). 150 petites expériences de psychologie du sport pour mieux comprendre les champions... et les autres. Paris : Dunod.
- Séro, G. (2015). Gagner, 1er sinon rien. Bréal-sous-Montfort : Impr. la Sofag.

+ vidéos

### ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input checked="" type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain           |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)               | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                                    |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie                   | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques      |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites                            |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input checked="" type="checkbox"/> Autre (Tables de conversation et analyse vidéo) |

### ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Psychologie du sportif	<b>10 % *</b>	100 %						Report		

Autres (à préciser) :

\* Cette valeur correspond à l'évaluation spécifique de la présente AA, qui s'additionnera à l'épreuve intégrée relative à l'ensemble de l'UE (concernant donc les quatre AA de l'Unité) dont les consignes précises – tant pour la modalité écrite qu'orale – sont exposées au bas du tableau de synthèse de l'évaluation d'UE.

Les 10 % de l'évaluation ciblés ici (en qualité de travail annuel) seront déterminés en référence à :




- Des modalités d'évaluation continue.
- La présentation et l'animation de l'article au travers d'une table de conversation fera aussi partie du travail annuel évalué dans cette AA.

En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

Présentation de l'Épreuve intégrée ci-avant (commune à toutes les AA de cette UE1).

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 1	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : Coaching et management de la cellule d'encadrement		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Quadrimestre 1	
	Nombre d'heures : 20h		

### ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

- Coaching et management : notions et contexte
- L'analyse des systèmes en présence
- Concepts de management d'entreprise et le monde du sport, comment réaliser les transferts
- L'analyse de l'échec, comment retrouver la confiance ?
- La communication vers les joueurs / les dirigeants / les médias

### ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- ⇒ S'approprier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes dans le domaine du management du sport en général.

### ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours     E-Learning     Dias projetées     Documents de travail     Autre (...)

### ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

Bellenger, L. (2005). Comment managent les grands coachs sportifs : des pistes concrètes pour le coaching en entreprise. Montrouge : ESF.

Ducasse, F. (2011). La boîte à outils de l'entraîneur et du performeur. Québec : Les Editions de l'homme.

Ripoll, H. (2012). Le mental des coachs : Manager la réussite sportive. Paris : Payot.

Ripoll, H. (2012). Le mental des champions : Comprendre la réussite sportive. Paris: Payot.

Rodier, Ph. (2017). L'entraîneur idéal. Paris : Hugo Sport.

Target, Ch. (2016). La bible de la préparation mentale : La méthode Target de la théorie à la pratique. Paris : Amphora.

### ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)     | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                    |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie         | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire     | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites            |
| <input type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe  | <input checked="" type="checkbox"/> Autre (expertises)              |

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Coaching et management de la cellule d'encadrement	<b>Néant *</b>									

Autres (à préciser) :

\* Pas d'évaluation spécifique à l'activité d'apprentissage.




Les compétences sont exclusivement évaluées au travers de l'épreuve intégrée de l'UE 1.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (sans objet)

### ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

---

Présentation de l'Épreuve intégrée ci-avant (commune à toutes les AA de cette UE1).

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 1 Intitulé complet de l'UE : Connaissances relationnelles	 
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Séminaires d'intégration pluridisciplinaires</b>		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Quadrimestre 1	
	Nombre d'heures : 15h		

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Durant 3 demi-journées, des experts vont se succéder pour présenter des thématiques abordant des concepts vus lors des trois activités d'apprentissage de l'UE.

Les experts viendront présenter leur expertise terrain. L'objectif (au travers des expertises "Terrain") est de mettre en exergue les concepts vus en classe pour ensuite les analyser à la lumière de la littérature et enfin proposer des pistes d'actions différentes à proposer à l'expert.

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- S'approprier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes de chacun des champs disciplinaires et psychopédagogiques.
- Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie.
- Décoder des situations dans leur complexité et construire sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée.
- Accorder une attention régulière à l'analyse de la pratique.
- Réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche.
- Maîtriser la pratique réflexive sur et dans l'action professionnelle.
- Développer un sens critique vis-à-vis de l'ensemble de son intervention.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

Syllabus de cours    E-Learning    Dias projetées    Documents de travail    Autre (Données récoltées par les étudiants émanant des différents experts)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

(voir bibliographie des trois autres activités d'apprentissage de l'UE)

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Cours ex-cathedra                      | <input checked="" type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)               | <input checked="" type="checkbox"/> Résolution de problèmes                    |
| <input checked="" type="checkbox"/> Travaux en autonomie        | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input checked="" type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites            |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)   |



## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Séminaires d'intégration	10 % *	100 %						Report		

Autres (à préciser) :

\* Cette valeur correspond à l'évaluation spécifique de la présente AA, qui s'additionnera à l'épreuve intégrée relative à l'ensemble de l'UE (concernant donc les quatre AA de l'Unité) dont les consignes précises – tant pour la modalité écrite qu'orale – sont exposées au bas du tableau de synthèse de l'évaluation d'UE.

Il est par ailleurs demandé d'être présent et participatif lors de chaque expertise et ce pour chaque thématique abordée.

En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

---

Présentation de l'Épreuve intégrée ci-avant (commune à toutes les AA de cette UE1).

Unité d'Enseignement :	Acronyme / Numéro de l'UE : <b>UE 2</b> Intitulé complet de l'UE : <b>Communication et législation</b>	
Crédits : 6	Période : Quadrimestre 2	Bachelier de spécialisation - Type court
Cadre européen de certification : niveau 6	Secteur : Sciences humaines et sociales	Domaine : Sciences psychologiques et de l'éducation
S'agissant d'une année de spécialisation à 60 crédits, la formation ne comporte ni prérequis ni corequis formels.		
Coordonnées de l'enseignant(e)-réfèrent(e) de l'UE, responsable du regroupement des cotes : Pascal Baronheid (pascal.baronheid@hech.be)		

## ***STRUCTURE DE L'UE***

L'UE se compose des activités d'apprentissage suivantes :

- [\*\*Droit du sport, y compris le dopage et les règlements\*\*](#)
- [\*\*Théories et techniques de la communication\*\*](#)
- [\*\*Anglais\*\*](#)

## ***CONTRIBUTION DE L'UE AU PROFIL D'ENSEIGNEMENT***

### Compétence(s) visée(s) par l'UE

Développer une expertise dans les contenus enseignés / exploités et dans la méthodologie de leur utilisation.

S'approprier des outils d'analyse pour comprendre les réalités rencontrées et construire des interventions adéquates.

### Acquis d'apprentissage de l'UE, sanctionnés par l'évaluation

Au terme de l'UE, l'étudiant est capable de :

- S'approprier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes dans le domaine de la communication et des autres champs disciplinaires.
- Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie.
- S'approprier des outils d'analyse pour comprendre les réalités rencontrées et construire des interventions adéquates.
- Décoder des situations dans leur complexité et construire sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée.
- Accorder une attention régulière à l'analyse de la pratique.
- S'approprier les compétences langagières telles que formulées par les objectifs du dispositif de formation relatif à la langue anglaise.

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'UE***

La note finale de l'UE est décidée par une Commission formée par les professeurs de l'UE elle-même, conformément aux dispositions précisées dans le Règlement Général des Études et des Jurys de la HECh.




Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Droit du sport	40						100 %			100 %
Théories et techniques de communication	20						100 %			100 %
Anglais	40				30 %	70 %		Report	70 %	

Autres (à préciser) :

...

En cas de Travail annuel non améliorabile entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Les **critères de réussite de l'UE** sont les suivants : Une note minimale de 10/20 pour chaque activité d'apprentissage

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 2	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : <b>Droit du sport, y compris le dopage et les règlements</b>		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Quadrimestre 2	
	Nombre d'heures : 30h		

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

- Introduction
- Titre I – Notions générales de droit et de droit du sport
- Titre II – La Justice et le sport
- Titre III – L'organisation du sport
- Titre IV – Les acteurs du sport
  - Chapitre 1<sup>er</sup> – Les clubs sportifs
  - Chapitre 2 – Les sportifs
  - Chapitre 3 – Les entraîneurs
  - Chapitre 4 – Les médecins
  - Chapitre 5 – Les intermédiaires sportifs
- Titre V – La lutte contre le dopage
- Titre VI – Questions spéciales de droit et de droit du sport
  - Chapitre 1<sup>er</sup> – Responsabilité et assurances
  - Chapitre 2 – Les paris sportifs
  - Chapitre 3 – Sport, médias et droit à l'image
  - Chapitre 4 – La sécurité et l'organisation d'événements sportifs

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- ⇒ S'appropriier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes de chacun des champs disciplinaires et psychopédagogiques ;
- ⇒ Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie ;
- ⇒ Décoder des situations dans leur complexité et construire sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée.

### **Objectifs du dispositif :**

- Comprendre les liens qu'entretiennent le droit et le sport
- Être sensibilisé aux problèmes juridiques qui peuvent se poser dans le sport et auxquels l'étudiant pourrait être confronté dans sa vie professionnelle future
- Comprendre l'organisation du sport sur le plan juridique et les rôles respectifs des différents intervenants (fédérations sportives, Etats, Communautés et Régions, organisations supranationales, etc.)
- Comprendre les statuts juridiques des différents acteurs du sport (clubs sportifs, sportifs, entraîneurs, médecins, intermédiaires sportifs)
- Savoir comment fonctionne la lutte contre le dopage, quelles sont les substances ou méthodes interdites, les procédures et les sanctions applicables en cas de violation des règles antidopage (l'attention de l'étudiant est spécialement attirée sur l'importance cette partie du cours)
- Comprendre comment fonctionnent les règles de responsabilité et la manière dont elles sont appliquées dans le sport
- Savoir raisonner à partir de cas pratiques

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

Syllabus de cours    E-Learning    Dias projetées    Documents de travail    Autre  
(Documentation juridique => normes juridiques, articles de doctrine et décisions de jurisprudence)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

- Buy F., Marmayou J.-M., et Poracchia D., Droit du sport, 2<sup>e</sup> éd., Paris, LGDJ, 2009.
- Chaussard C., « Le Code mondial antidopage », in Le Sport et ses événements face au droit et à la justice, Bruxelles, Larcier, 2010.
- Derwa L., Le droit du sport, Waterloo, Kluwer, 2012.
- Flagothier J.-L. & Lheureux K., « La lutte contre le dopage », in Le droit du sport, Anthémis, 2017.
- Lacomble J.-P. & Dieu K., « Les particularités du statut du sportif rémunéré au regard des règles de droit commun du contrat de travail », in Le droit du sport, Anthémis, 2017.
- Silance L., Les sports et le droit, Bruxelles, De Boeck et Larcier, 1998.

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)     | <input checked="" type="checkbox"/> Résolution de problèmes         |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie         | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire     | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites            |
| <input type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe  | <input checked="" type="checkbox"/> Autre (...)                     |

⇒ Présentation des aspects théoriques et résolution de cas pratiques avec les étudiants

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Droit du sport	40						100 %			100 %

Autres (à préciser) :




Examen oral : deux questions théoriques et un cas pratique.

⇒ Temps de préparation à l'aide de la documentation juridique, puis présentation des réponses et solutions par l'étudiant.

Langue d'évaluation :  Français    Autre (...)

## ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 2	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : Théories et techniques de la communication		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Quadrimestre 2	
	Nombre d'heures : 15h		

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

### ***L'émetteur***

- *Ses valeurs*
- *Les différents types de personnalités*
- *Les différents styles préférentiels d'expression des différentes personnalités*

### ***Les canaux verbaux à privilégier en fonction du type de personnalité du récepteur***

***Les bruits = parasites de la communication : Les filtres psychologiques (attitudes de l'émetteur ou du récepteur)***

***Les conséquences négatives liées au processus de la communication***

### ***Les territoires***

### ***L'inférence***

- *Les causes d'une mauvaise interprétation*

### ***Comment réussir un bon feedback***

#### ***L'écoute active***

- *Les différentes attitudes de l'écoute*
- *La reformulation*
- *Les techniques du questionnement*

#### ***Optimisation de la mise en relation avec le récepteur***

- *La synchronisation non verbale*
- *Les postures*
- *La synchronisation para-verbale*
- *La synchronisation verbale*
- *La synchronisation sur les méta-programmes (la vue -l'audition -la kinesthésie)*

### ***Les écueils de la communication***

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

### **Acquis d'apprentissages relatifs aux compétences liées au Domaine des Sciences psychologiques et de l'éducation :**

- *S'approprier les contenus, concepts et notions dans le domaine de la communication.*
- *Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie.*
- *S'approprier des outils d'analyse pour comprendre les réalités rencontrées et construire des interventions adéquates.*

### **Acquis d'apprentissages relatifs aux compétences spécifiques :**

- *Décoder des situations dans leur complexité et construire sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée.*
- *Accorder une attention régulière à l'analyse de la pratique.*

### **OBJECTIFS DU COURS :**

Le cours de Théories et Techniques de communication a pour contenu l'étude des principaux schémas de la communication permettant une approche réflexive sur le rôle de l'émetteur (ses valeurs, son type de personnalité, son mode préférentiel d'expression) lors du processus d'émission du message en choisissant le bon canal verbal. Les autres facteurs de la communication permettront de percevoir l'importance de la détection des filtres qui perturbent le processus ainsi que les conséquences négatives qui en découlent. Le phénomène de l'inférence et ses

remèdes y seront également abordés ainsi que les techniques s’y référant afin d’améliorer le feed-back et d’optimiser la bonne compréhension du message. La question de la mise en relation avec le récepteur (synchronisation sous tous ses aspects) ainsi que les principaux écueils de la communication et la gestion des problèmes qui lui sont propres, clôtureront de façon utile la matière qui vise à rendre le futur préparateur physique à être plus à l’aise et performant dans l’émission de son message.

### **SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES**

- Syllabus de cours     E-Learning     Dias projetées     Documents de travail     Autre (...)

### **SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES**

- « Comment leur dire ... », Gérard Collignon, Éd. InterEditions.  
 « Management du sport, Théories et pratiques », Eric Barget, Éd. De Boeck.  
 « Tout est dans le caractère », Dominique Monami, Éd. Lannoo.

### **MÉTHODES D’ENSEIGNEMENT ET D’APPRENTISSAGE**

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l’étudiant(e)     | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                    |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie         | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire     | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites            |
| <input type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe  | <input type="checkbox"/> Autre (...)                                |

### **MODALITÉS D’ÉVALUATION DE L’ACTIVITÉ D’APPRENTISSAGE**

Activité d’apprentissage concernée	Pondération de l’activité au sein de l’UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Théories et techniques de communication	20						100 %			100 %

Autres (à préciser) :

...

Langue d’évaluation :     Français     Autre (...)

### **REMARQUES ÉVENTUELLES**

#### **Critères généraux de réussite :**

L’apprenant doit démontrer qu’il est capable de *percevoir* et de *décoder* de façon pertinente le processus de communication mis en œuvre par l’entraîneur au regard du joueur et d’y apporter un *jugement critique* approprié par rapport à la situation observée.




L’appréciation portera sur la pertinence de :

- La sélection de 3 séquences vidéo éloquentes (durée max 5 minutes) visant à illustrer des approches théoriques du cours.

- De l'analyse critique mentionnant les points positifs et négatifs des comportements observés.
- La richesse des dispositifs de remédiations proposés en fonction des différents styles de personnalités.
- La qualité des réponses apportées, lors de l'examen oral, au regard des facteurs évoqués par rapport aux différents processus de communication mentionnés.

En cas d'échec, l'étudiant devra renouveler son dossier d'analyse et représenter de nouvelles critiques de séquences vidéo.



	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 2	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : Anglais		
	Langue d'enseignement :	Période :	
	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input checked="" type="checkbox"/> Autre (Anglais)	Quadrimestre 2	
Nombre d'heures : 30h			

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Le cours d'anglais vise à préparer l'étudiant à communiquer efficacement, oralement et par écrit dans son milieu professionnel. Il adopte donc une approche communicative et exerce les compétences langagières (compréhension à l'audition, compréhension à la lecture, expression écrite, expression orale) dans des situations de communication proches de la vie professionnelle.

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

### ***Développer une expertise dans les contenus enseignés / exploités et dans la méthodologie de leur utilisation.***

- ⇒ S'approprier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes de chacun des champs disciplinaires et psychopédagogiques ;
- ⇒ Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie.

Au terme de l'AA, l'étudiant aura atteint le niveau A2 du Cadre européen commun de référence pour les langues et sera capable de...

- Traduire et utiliser du vocabulaire général et de la spécialité.
- Mobiliser les savoirs nécessaires pour comprendre et utiliser l'essentiel d'énoncés oraux et de textes simples, exprimés de façon claire et naturelle, en relation avec des sujets familiers, dans des domaines généraux et professionnels.
- Communiquer oralement et par écrit lors de tâches simples et habituelles ne demandant qu'un échange d'informations simple et direct sur des sujets familiers, dans des domaines généraux et/ou professionnels. Evoquer avec des moyens simples des sujets qui correspondent à des besoins immédiats.
- Préparer et produire un discours écrit ou oral simple, essentiellement descriptif, en lien avec des sujets familiers de la vie quotidienne et professionnelle.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

Syllabus de cours    E-Learning    Dias projetées    Documents de travail    Autre (notes de cours)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

1. NASM Essentials of Personal Fitness Training, Micheal A. Clark, Scott C. Lucett, Brian G. Sutton, Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins, 2012
2. The complete Idiot's guide to Functional Training Illustrated, Justin Price and Frances Sharpe, Alpha Books, 2009
3. Essential Grammar in Use, fourth edition, Raymond Murphy, Cambridge University Press, 2015
4. [www.nasca.com/education/articles](http://www.nasca.com/education/articles)
5. <https://theconversation.com>
6. <https://www.fitnesscaw.com>
7. <https://www.jhse.ua.es/>
8. <https://running.competitor.com>
9. LesMills Music Licensing Ltd. 2018, BodyPump®, GRIT®

## MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input checked="" type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)    | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                    |
| <input checked="" type="checkbox"/> Travaux en autonomie        | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites            |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)                                |

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Anglais	40				30 %	70 %		Report	70 %	

Autres (à préciser) :

...

En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (Anglais)

## REMARQUES ÉVENTUELLES

Remarques organisationnelles :

- La participation active au cours pendant tout le quadrimestre est essentielle au développement des compétences requises.
- La préparation de l'examen fera l'objet de consignes données aux étudiants en temps voulu. L'étudiant est tenu de s'informer de ces consignes et de la date à laquelle il doit rentrer un éventuel travail écrit. Si l'étudiant ne rend pas le travail, le rend hors délai ou ne respecte pas les consignes pour le travail, il sera dans l'impossibilité de présenter son épreuve.
- Si un étudiant ne peut être présent à un cours, il est tenu de se mettre en ordre et de faire les préparations pour le cours suivant.

Unité d'Enseignement :	Acronyme / Numéro de l'UE : <b>UE3</b>	
	Intitulé complet de l'UE : <b>Connaissances techniques et scientifiques</b>	
Crédits : 7	Période : Quadrimestre 1	Bachelier de spécialisation - Type court
Cadre européen de certification : niveau 6	Secteur : Sciences humaines et sociales	Domaine : Sciences psychologiques et de l'éducation
S'agissant d'une année de spécialisation à 60 crédits, la formation ne comporte ni prérequis ni corequis formels.		
Coordonnées de l'enseignant(e)-réfèrent(e) de l'UE, responsable du regroupement des cotes : Carlos Rodriguez (carlos.rodriguez@hech.be)		

## ***STRUCTURE DE L'UE***

L'UE se compose des activités d'apprentissage suivantes :

- [Physiologie et théorie de l'entraînement](#)
- [Évaluation et analyse des facteurs de la performance \(terrain et laboratoire\)](#)
- [Exploitation des outils informatiques spécifiques à l'entraînement](#)
- [Séminaires d'intégration \(physiologie\)](#)

## ***CONTRIBUTION DE L'UE AU PROFIL D'ENSEIGNEMENT***

### Compétence(s) visée(s) par l'UE

***S'approprier des outils d'analyse pour comprendre les réalités rencontrées et construire des interventions adéquates.***

- ⇒ Acquis d'apprentissages :
- ✓ Décoder des situations dans leur complexité et construire sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée ;
  - ✓ Accorder une attention régulière à l'analyse de la pratique ;
  - ✓ Réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche.

***Développer un raisonnement efficient face à une situation complexe.***

- ⇒ Acquis d'apprentissages spécifique :
- ✓ Utiliser des tests, des outils d'évaluation actualisés et des appareillages adéquats pour mesurer les paramètres biométriques, biomécaniques et physiologiques afin d'améliorer les qualités physiques (endurance, force, souplesse...).

### Acquis d'apprentissage de l'UE, sanctionnés par l'évaluation

Voir encart ci-dessus.

En formalisant un macro-objectif, l'entraînement permet au corps de s'adapter pour être plus performant. La connaissance de ces modifications ainsi que les moyens de les identifier et de les quantifier est essentielle. L'utilisation d'outils performants pour le traitement des données récoltées aidera l'entraîneur dans sa tâche.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'UE

La note finale de l'UE est décidée par une Commission formée par les professeurs de l'UE elle-même, conformément aux dispositions précisées dans le Règlement Général des Études et des Jurys de la HECh.

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Physiologie et théorie de l'entraînement	◇	20 %		80 %				Report		80 %
Évaluation et analyse des facteurs de la performance	◇									
Exploitation des outils informatiques spécifiques à l'entraînement	◇									
Séminaires d'intégration (physiologie)	présentiel									

Autres (à préciser) :




◇ Évaluation intégrative : tant au niveau de l'implication annuelle (évaluation continue et relative aux productions) que l'épreuve commune en session.

La notation du travail annuel consistera en un relevé des prestations demandées dans le cadre de l'AA « *Exploitation des outils informatiques spécifiques à l'entraînement* », cette évaluation intégrant aussi le suivi effectif et l'assiduité démontrés par l'étudiant(e) au fil de sa participation dans les trois activités d'apprentissage.

Pour les séminaires, il n'y a pas d'examen ni d'autre épreuve en session. L'évaluation porte sur la présence au cours et la participation active aux activités proposées, qui sont obligatoires. Tout manquement à l'un de ces deux critères de certification d'activité empêchera l'obtention des crédits relatifs à l'UE, considéré comme un « échec absorbant » au sein de l'Unité, et invalidant la note obtenue dans le cadre des trois autres activités d'apprentissage.

En cas de Travail annuel non amélioré entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Les **critères de réussite de l'UE** sont les suivants : Une note minimale de 10/20 à l'épreuve globale et intégrée d'UE

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 3 Intitulé complet de l'UE : Connaissances techniques et scientifiques	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Physiologie et théorie de l'entraînement</b>			
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)		Période : Quadrimestre 1
	Nombre d'heures : 30h			

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Rappels brefs (système cardio-vasculaire, respiratoire et musculaire).  
 Adaptations neuromusculaires induites par l'entraînement de force.  
 Adaptations métaboliques à l'entraînement.  
 Contrôle cardio-vasculaire à l'exercice.  
 Adaptations respiratoires à l'exercice musculaire.  
 Adaptations cardio-respiratoires à l'entraînement.  
 Influence de l'environnement sur la performance (thermorégulation, effort en altitude).  
 Adaptations au sport et l'exercice en fonction de l'âge et du sexe.

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

L'activité chronique induit toute une série de modifications anatomiques et physiologiques qui doivent être connues par les étudiants. Ils doivent donc être capables de les provoquer par une conduite adaptée des entraînements qu'ils proposent.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

Syllabus de cours    E-Learning    Dias projetées    Documents de travail    Autre (...)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

- Wilmore et Costill Physiologie du sport et de l'exercice physique. De Boeck Université, 1998.
- Billat V. Physiologie et méthodologie de l'entraînement, de la théorie à la pratique. Sciences et pratiques du sport. De Boeck Université. 2012.
- Weineck J. Manuel de l'entraînement. Collection sport et enseignement. Vigot 4ème édition.

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |  |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain                 |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)               | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                               |
| <input checked="" type="checkbox"/> Travaux en autonomie        | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites                       |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)   |

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Physiologie et théorie de l'entraînement	◇	20 %		80 %				Report		80 %

Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative : tant au niveau de l'implication annuelle (évaluation continue et relative aux productions) que l'épreuve commune en session.




En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

---

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 3 Intitulé complet de l'UE : Connaissances techniques et scientifiques	 
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Évaluation et analyse des facteurs de la performance (terrain et laboratoire)</b>		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Quadrimestre 1	
	Nombre d'heures : 30h		

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

1. Débat ouvert sur les facteurs de la performance
2. Critères de choix d'un test d'évaluation (vidéo INSEP)
3. Evaluation des filières énergétiques sur terrain et en laboratoire
4. Visite d'un laboratoire d'évaluation cardio-respiratoire
5. Evaluation des profils Force-Vitesse-Puissance-Endurance et intérêts pour la construction des séances de musculation
6. Evaluation des qualités pliométriques
7. Evaluation biométrique et souplesse
8. Evaluation biologique dans le suivi du sportif
9. Evaluation des charges d'entraînement
10. Visite des laboratoires isocinétiques et d'analyse du mouvement

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

Les étudiants devraient atteindre les objectifs suivant:

- construire une évaluation pertinente pour un sportif donné
- interpréter les valeurs fournies par les principaux tests d'évaluation du sportif en laboratoire ou sur terrain
- planifier un entraînement sur base de données scientifiques obtenues à partir de différents tests

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

Syllabus de cours     E-Learning     Dias projetées     Documents de travail     Autre (Vidéo, documents des laboratoires, etc.)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

- Wilmore et Costill. Physiologie du sport et de l'exercice physique. De Boeck Université, 2013
- Billat V. Physiologie et méthodologie de l'entraînement, de la théorie à la pratique. Sciences et pratiques du sport. De Boeck Université. 2012
- Bompa. Periodisation de l'entraînement. Vigot, 2007.
- Prévost. La bible de la préparation physique. Amphora, 2013.
- Site internet: <https://www.canal-sport.fr/>
- Expertise du Dr Cerfontaine: Institut Malvoz
- Expertise du Professeur Croisier: Laboratoire d'isocinétisme du CHU de Liège.
- Expertise de C. Schwartz: Laboratoire d'analyse du mouvement de l'ULg.

## MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE

---

- |   |  |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain                 |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)               | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                               |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie                   | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input checked="" type="checkbox"/> Activités en laboratoire    | <input checked="" type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites            |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)   |

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Évaluation et analyse des facteurs de la performance	◇	20 %		80 %				Report		80 %

Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative : tant au niveau de l'implication annuelle (évaluation continue et relative aux productions) que l'épreuve commune en session.

En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.




Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

## REMARQUES ÉVENTUELLES

---

...



	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 3 Intitulé complet de l'UE : Connaissances techniques et scientifiques	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Exploitation des outils informatiques spécifiques à l'entraînement</b>			
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)		Période : Quadrimestre 1
	Nombre d'heures : 30h			

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

La gestion des données sportives intervient à plusieurs reprises dans le processus d'entraînement de l'athlète. Il est nécessaire de collecter, stocker, traiter et partager des données pour pouvoir effectuer des analyses fines et ciblées dans le but de prendre des décisions favorisant les performances de(s) l'athlète(s), la prévention des blessures, etc. À l'heure actuelle, entraîneurs et préparateurs doivent maîtriser l'usage d'outils numériques permettant d'effectuer un suivi objectif et rigoureux des athlètes et de leurs performances sur une échelle de temps donnée.

Le programme du cours est axé sur des cas pratiques permettant de travailler

1. La collecte de données :

- quelles données ?
- sous quels formats ?
- avec quels outils ?

2. La préparation et le traitement dans le but d'extraire l'information essentielle :

- quels traitements appliquer en fonction du type de données ?
- quels sont les outils d'analyse les plus adaptés ?

3. L'échange et le partage de données/informations :

- sous quelle forme ?
- avec quels outils ?

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

Au terme de l'activité d'apprentissage, l'étudiant sera capable de :

- récolter des données numériques (importer/exporter)
- d'encoder les données brutes dans un tableur sous une forme exploitable
- de traiter les données en utilisant des mécanismes d'automatisation (formules, graphiques, tableaux croisés)
- de procéder à l'analyse vidéo pour donner un feedback, mesurer certains paramètres, ...
- de communiquer, échanger, partager les données avec les outils adéquats
- comparer les fonctionnalités d'outils numériques d'une même catégorie

Plus globalement, l'étudiant sera capable de se construire un environnement numérique répondant à ses besoins ou aux contraintes imposées par le contexte professionnel.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours    E-Learning    Dias projetées    Documents de travail    Autre (...)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

Hyeans, A. (2016). Sport Data Revolution

## MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Cours ex-cathedra                      | <input checked="" type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)               | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                               |
| <input checked="" type="checkbox"/> Travaux en autonomie        | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites                       |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)   |

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Exploitation des outils informatiques spécifiques à l'entraînement	◊	20 %		80 %				Report		80 %

Autres (à préciser) :

◊ Évaluation intégrative : tant au niveau de l'implication annuelle (évaluation continue et relative aux productions) que l'épreuve commune en session.




La notation du travail annuel consistera en un relevé des prestations demandées dans le cadre de l'AA « *Exploitation des outils informatiques spécifiques à l'entraînement* », cette évaluation intégrant aussi le suivi effectif et l'assiduité démontrés par l'étudiant(e) au fil de sa participation dans les trois activités d'apprentissage.

En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

## REMARQUES ÉVENTUELLES

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 3 Intitulé complet de l'UE : Connaissances techniques et scientifiques	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Séminaires d'intégration (physiologie)</b>			
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)		Période : Quadrimestre 1
	Nombre d'heures : 15h			

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Plusieurs séminaires thématiques seront organisés. Notamment :

- ⇒ L'analyse de sites spécialisés en physiologie de l'effort physique
- ⇒ La prévention chez le sportif (comment éviter les troubles du système musculo-squelettique ?)

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- Décoder des situations dans leur complexité et construire sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée ;
- Accorder une attention régulière à l'analyse de la pratique ;
- Réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche ;
- Utiliser des tests, des outils d'évaluation actualisés et des appareillages adéquats pour mesurer les paramètres biométriques, biomécaniques et physiologiques afin d'améliorer les qualités physiques (endurance, force, souplesse...).

Objectifs particuliers des séminaires :

- *L'analyse de sites spécialisés en physiologie de l'effort physique*
  - ⇒ Recherche de références crédibles sur deux thèmes, détermination de mots clés afin d'étoffer la recherche initiale.
- *La prévention chez le sportif*
  - ⇒ Montrer que la science peut parfois ébranler certaines certitudes.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

Syllabus de cours    E-Learning    Dias projetées    Documents de travail    Autre (PowerPoint et sites internet : voir ci-dessous)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

(voir bibliographie des trois autres activités d'apprentissage de l'UE)

Exploitation des sites internet : <https://www.sci-sport.com/article> ; <https://ylmsportscience.com/category/training/>

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |  |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain   |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)     | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes   |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie         | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques   |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire     | <input checked="" type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites  |
| <input type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe  | <input checked="" type="checkbox"/> Autre (débat entre étudiants, formateurs et intervenant(s) ; travail pratique en laboratoire d'informatique) |

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Séminaires d'intégration (physiologie)	présentiel									

Autres (à préciser) :

Pour les séminaires, il n'y a pas d'examen ni d'autre épreuve en session. L'évaluation porte sur la présence au cours et la participation active aux activités proposées, qui sont obligatoires. Tout manquement à l'un de ces deux critères de certification d'activité empêchera l'obtention des crédits relatifs à l'UE, considéré comme un « échec absorbant » au sein de l'Unité, et invalidant la note obtenue dans le cadre des trois autres activités d'apprentissage.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (sans objet)

### ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

---

Les contenus abordés lors de ces séminaires seront intégrés à la matière d'examen de l'AA « Physiologie et théorie de l'entraînement » (cours participant à la formation au sein de cette même UE n°3 – Connaissances techniques et scientifiques).

Unité d'Enseignement :	Acronyme / Numéro de l'UE : <b>UE 4</b>	
	Intitulé complet de l'UE : <b>Préparation physique</b>	
Crédits : 14	Période : UE annuelle (Q1 + Q2)	Bachelier de spécialisation - Type court
Cadre européen de certification : niveau 6	Secteur : Sciences humaines et sociales	Domaine : Sciences psychologiques et de l'éducation
S'agissant d'une année de spécialisation à 60 crédits, la formation ne comporte ni prérequis ni corequis formels.		
Coordonnées de l'enseignant(e)-référént(e) de l'UE, responsable du regroupement des cotes : Véronique Brisys (v.brisys@helmo.be)		

## ***STRUCTURE DE L'UE***

L'UE se compose des activités d'apprentissage suivantes :

- [Méthodologie de l'entraînement](#)
- [Planification de l'entraînement / Surentraînement](#)
- [Spécificité des sports collectifs / sports individuels](#)
- [Condition physique - Entraînement et renforcement musculaire](#)
- [Séminaires d'intégration \(entraînement\) et ateliers de formation](#)

## ***CONTRIBUTION DE L'UE AU PROFIL D'ENSEIGNEMENT***

### Compétence(s) visée(s) par l'UE

- ⇒ Développer une expertise dans les contenus enseignés/exploités et dans la méthodologie de leur utilisation.
- ⇒ Concevoir et planifier des séances de préparation physique et des plans d'entraînement qui visent le développement de sportif dans toutes ses dimensions en fonction des échéances définies par le sportif que ce soit en sport collectif ou en sport individuel.
- ⇒ Développer une connaissance approfondie, culturelle et institutionnelle du milieu sportif.

### Acquis d'apprentissage de l'UE, sanctionnés par l'évaluation

Au terme de l'UE, l'étudiant est capable de :

- Établir des liens entre les différents savoirs et développer un sens critique vis-à-vis de leurs utilisations de terrain pour construire une action réfléchie.
- Réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche.
- Maîtriser les outils de l'évaluation et de l'analyse des différents facteurs de la performance afin d'évaluer les capacités des sportifs en vue de leur préparation physique et de leur entraînement.
- Élaborer et planifier des séances et plans d'entraînement annuel en fonction de la discipline (sport collectif et sport individuel), du niveau du sportif, des échéances du calendrier et du contexte de la structure en réalisant un focus argumenté sur un microcycle en préparation général, un microcycle en préparation spécifique et un microcycle en période de pré-compétition.

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'UE***

La note finale de l'UE est décidée par une Commission formée par les professeurs de l'UE elle-même, conformément aux dispositions précisées dans le Règlement Général des Études et des Jurys de la HECh.

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Méthodologie entraînement	◇				30 %	70 % travail	Report	70 % travail		
Planification entraînement	◇									
Spécificité des sports collectifs et individuels	◇									
Condition physique - Entraînement, renforcement musculaire	◇									
Séminaires d'intégration (entraînement) et ateliers de formation	◇									

Autres (à préciser) :

◇ Il s'agit d'une évaluation intégrée sur l'année, concernant l'ensemble des cinq activités, avec une remise de note établie collégialement, par les différents enseignants, sur :

\* L'évaluation du **travail annuel** (= 30 % de la note finale de l'UE) : elle se compose de trois volets à savoir pour 30 % les rapports des séminaires d'intégration (présence obligatoire), pour 20 % les ateliers de formation (présence requise également) et pour 50 % la participation-implication journalière, le savoir-être, le suivi des travaux et le respect des consignes dans les autres AA.

\* L'évaluation à l'**examen** (= 70 % de la note finale de l'UE) : l'examen porte sur une production écrite (sport collectif + sport individuel) pour 25 % et sa défense orale pour 75 %.




En seconde session :

- Au niveau de l'évaluation du travail annuel : Report quelle que soit la valeur de la notation.
- Au niveau de l'évaluation de l'examen : 70 % de la cote finale de l'UE, mêmes critères qu'en juin.

Si une partie des deux évaluations ou si une évaluation n'est pas présentée, la cote de l'UE est automatiquement égale à 0/20.

En cas de Travail annuel non amélioré entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Les **critères de réussite de l'UE** sont les suivants : une note minimale de 10/20 à l'épreuve globale et intégrée.

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 4	 
		Intitulé complet de l'UE : Préparation physique	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Méthodologie de l'entraînement</b>		Période :
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Annuel (Q1 + Q2)	
Nombre d'heures : 30h			

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Organisation et méthodologie des différentes parties d'une séance.

Réflexion sur les sujets suivants : régularité, progressivité, individualisation, spécificité, équilibre et déséquilibre, repos, ...

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- ⇒ Maîtriser la pratique réflexive sur et dans l'action professionnelle ;
- ⇒ Adapter sa pratique en fonction des caractéristiques de la discipline et du niveau du sportif ;
- ⇒ Analyser la situation au regard des objectifs sportifs, en tenant compte du contexte de la structure ;
- ⇒ Avoir un regard réflexif concernant son intervention afin de réguler sa pratique et de veiller à l'intégration de périodes de repos.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours     E-Learning     Dias projetées     Documents de travail     Autre (...)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

- BILLAT V. Physiologie et méthodologie de l'entraînement Sciences et pratiques du sport. de Boeck.
- WEINECK J. Manuel de l'entraînement collection sport et enseignement Vigot 4ème édition.
- Analyse de différents programmes trouvés dans la littérature spécifique.

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |  |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input checked="" type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)               | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                               |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie                   | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input checked="" type="checkbox"/> Activités en laboratoire    | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites                       |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)   |

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Méthodologie entraînement	◇				30 %	70 % travail		Report	70 % travail	

Autres (à préciser) :

♦ Évaluation intégrative de l'ensemble des composantes d'AA reprises dans l'UE4 ; voir description des modalités de l'épreuve globale exposées ci-dessus dans le tableau d'UE.

En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.




Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

***REMARQUES ÉVENTUELLES***

---

...



	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 4 Intitulé complet de l'UE : Préparation physique	 
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Planification de l'entraînement / Surentraînement</b>		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Annuel (Q1 + Q2)	
	Nombre d'heures : 45h		

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

À partir d'exemples concrets, différentes planifications à analyser !  
Réaliser un programme de musculation cohérent  
Programmer un microcycle avec les différents éléments de la performance / aux pts de vue PPG/PPSp  
Faire un plan d'entraînement reprenant les 3 périodes de travail (PPG – PPSp – PPC)

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- ⇒ Élaborer et planifier des séances et plans d'entraînement annuel en fonction de la discipline (sport collectif et sport individuel), du niveau du sportif, des échéances du calendrier et du contexte de la structure en réalisant un focus argumenté sur un microcycle en préparation général, un microcycle en préparation spécifique et un microcycle en période de pré-compétition.
- ⇒ Maîtriser les outils de l'évaluation et de l'analyse des différents facteurs de la performance afin d'évaluer les capacités des sportifs en vue de leur préparation physique et de leur entraînement.

### Objectifs de formation :

Proposer une suggestion de programme, un canevas hebdomadaire avec la PPG et la PPSp.  
Avoir une réflexion et pouvoir construire un microcycle et un méso cycle.  
Faire un plan d'entraînement et son calcul de charge de travail.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours     E-Learning     Dias projetées     Documents de travail     Autre (...)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

(Voir pistes bibliographiques diffusées dans le cadre de l'activité)

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |  |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input checked="" type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input checked="" type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)    | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                               |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie                   | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input checked="" type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites            |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input checked="" type="checkbox"/> Autre (analyse de plan d'entraînement)     |

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Planification entraînement	◇				30 %	70 % travail		Report	70 % travail	

Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative de l'ensemble des composantes d'AA reprises dans l'UE4 ; voir description des modalités de l'épreuve globale exposées ci-dessus dans le tableau d'UE.




En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

---

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 4 Intitulé complet de l'UE : Préparation physique	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Spécificité des sports individuels et collectifs</b>			
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)		Période : Annuel (Q1 + Q2)
	Nombre d'heures : 30h			

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

- 1) Analyse(s) disciplinaire(s) sur les concepts suivants :
- Caractéristique du championnat ou de l'agenda des compétitions
  - Caractéristique de l'effort en compétition
  - Évaluations spécifiques
  - Prévention des blessures
  - Qualités physiques spécifiques
  - Différence jeune-adulte
  - Planification spécifique
  - Renforcement musculaire spécifique

2) Exposé-débat par discipline

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- ⇒ Maîtriser les outils de l'analyse des différents facteurs de performance en fonction de la discipline sportive (sport individuel et/ou sport collectif).
- ⇒ Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie en fonction des caractéristiques de la discipline et du niveau du sportif.

### **Objectifs de formation :**

- Analyser les caractéristiques d'une discipline afin de préparer physiquement et spécifiquement un sportif.
- Différencier la préparation physique d'un sportif en fonction de sa discipline.
- Débattre de la préparation physique spécifique à une discipline.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours    E-Learning    Dias projetées    Documents de travail    Autre (...)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

(Voir pistes bibliographiques diffusées dans le cadre de l'activité)

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input checked="" type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)    | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                    |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie                   | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input checked="" type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)                                |

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Spécificité des sports collectifs et individuels	◊				30 %	70 % travail		Report	70 % travail	

Autres (à préciser) :

◊ Évaluation intégrative de l'ensemble des composantes d'AA reprises dans l'UE4 ; voir description des modalités de l'épreuve globale exposées ci-dessus dans le tableau d'UE.




En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

---

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 4 Intitulé complet de l'UE : Préparation physique	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : <b>Condition physique - Entraînement et renforcement musculaire</b>		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Annuel (Q1 + Q2)	
	Nombre d'heures : 75h		

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Sur le terrain, tout tester soi-même et se confronter aux feedbacks du groupe ou de son partenaire.

Être dans le laboratoire de terrain et « cellulaire »

Travailler en se référant aux 5 piliers de l'éducation physique

Athlétique – gymnique – maniement de ballons – aquatique – multisports (= variabilité)

Amener une grande variabilité de situations et d'exercices

Nuancer les objectifs de développement, la ligne de conduite du plan d'entraînement des outils utilisés comme moyen, mais comme but !!!

Apprendre à voir les défauts, à corriger, à proposer des variantes, à changer de processus pour faciliter l'apprentissage et la progression, avoir la perspective de faire évoluer les situations des fondamentaux vers des exercices plus complexes, etc.

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- ⇒ Établir des liens entre les différents savoirs et développer un sens critique vis-à-vis de leurs utilisations de terrain pour construire une action réfléchie.
- ⇒ Réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche.
- ⇒ Maîtriser les outils de l'évaluation et de l'analyse des différents facteurs de la performance afin d'évaluer les capacités des sportifs en vue de leur préparation physique et de leur entraînement.
- ⇒ Élaborer, planifier et adapter des séances d'entraînement en fonction de la discipline (sport collectif et sport individuel), du niveau du sportif, de ses besoins, de la période de l'année et du contexte.

### Objectifs de formation :

Programmer une séance de musculation –quoi / comment / pourquoi

Diriger une séance de musculation (évolution et correction)

Diriger et bien agencer les paramètres de l'échauffement : activation cardio-pulmonaire ; musculation de soutien & gainage ; la souplesse ; les exercices de prévention ; les postures ; etc.

Maîtriser les outils de base intervenant dans un programme de muscu ( $P = F \times v$ )

Adapter à bon escient les filières d'entraînement dans les exercices de terrain (essayer...).

Savoir utiliser les différents outils de PPG en leur donnant un sens dans la séance et dans le microcycle.

Pouvoir construire un circuit training utile et pertinent.

Comment utiliser les outils de la souplesse (quoi/ comment/ pourquoi)  $S = F \times t / \dot{\eta}$

PPG variée ⇒ Corde à sauter/escaliers ⇒ MCG avec Ballons M. de brosse ⇒ Sport de combat ⇒ Etc.

Toujours avoir le souci de développer sa PPG en pensant transfert et utilité directe dans la spécificité (essayer...).

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours    E-Learning    Dias projetées    Documents de travail    Autre (...)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

---

(Voir pistes bibliographiques diffusées dans le cadre de l'activité)

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

---

- |   |  |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input checked="" type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain              |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)               | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                                       |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie                   | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques         |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input checked="" type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites                    |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input checked="" type="checkbox"/> Autre (séances d'entraînement diverses et variées) |

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Condition physique - Entraînement, renforcement musculaire	◇				30 %	70 % travail		Report	70 % travail	

Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative de l'ensemble des composantes d'AA reprises dans l'UE4 ; voir description des modalités de l'épreuve globale exposées ci-dessus dans le tableau d'UE.




En cas de Travail annuel non amélioré entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

## ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

---

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 4 Intitulé complet de l'UE : Préparation physique	 
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Séminaires d'intégration (entraînement) et ateliers de formation</b>		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Annuel (Q1 + Q2)	
	Nombre d'heures : 30h		

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Séminaires sous forme de conférence, de débats, de brainstorming sur des thématiques telles que la préparation physique chez les jeunes sportifs, la planification vue par des entraîneurs et/ou des sportifs de sports individuels et de sports collectifs, le point de vue d'experts dans certains domaines spécifiques de la préparation physique et de l'entraînement, ...

Ateliers de formation sous forme de micro-enseignements entre pairs sur des thématiques spécifiques telles que :

- la préparation physique pour un sport individuel et/ou un sport collectif ;
- le développement d'une qualité physique fondamentale générale et/ou spécifique ;

pour une intégration et une application des principes développés dans les différentes AA de l'UE4.

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- ⇒ Établir des liens entre les différents savoirs et développer un sens critique vis-à-vis de leurs utilisations de terrain pour construire une action réfléchie.
- ⇒ Réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche.
- ⇒ Maîtriser la pratique réflexive sur et dans l'action professionnelle.
- ⇒ Construire, faire vivre, analyser et réguler des séances de préparation physique à thèmes imposés par les formateurs pour ses pairs.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours     E-Learning     Dias projetées     Documents de travail     Autre (...)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

(voir bibliographie des quatre autres activités d'apprentissage de l'UE)

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Cours ex-cathedra                      | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain                 |
| <input checked="" type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)    | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                               |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie                   | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input checked="" type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites            |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)   |

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Séminaires d'intégration (entraînement) et ateliers de formation	◇				30 %	70 % travail		Report	70 % travail	

Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative de l'ensemble des composantes d'AA reprises dans l'UE4 ; voir description des modalités de l'épreuve globale exposées ci-dessus dans le tableau d'UE. Plus précisément pour cette AA, les rapports relatifs aux séminaires correspondent à 30 % et les ateliers de formation à 20 % de l'évaluation du travail annuel (qui intervient, lui, pour 30 % dans la note finale de l'UE).

En cas de Travail annuel non amélioré entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### REMARQUES ÉVENTUELLES

La présence aux séminaires est obligatoire. Toute absence sera sanctionnée par un 0/20 pour le rapport du séminaire concerné.

La participation aux ateliers de formation est également requise. La non présentation d'une séance de micro-enseignement sera sanctionnée par un 0/20 pour l'activité concernée.



Unité d'Enseignement :	Acronyme / Numéro de l'UE : <b>UE 5</b>	
	Intitulé complet de l'UE : <b>Accompagnement psychologique du sportif</b>	
Crédits : 5	Période : Quadrimestre 2	Bachelier de spécialisation - Type court
Cadre européen de certification : niveau 6	Secteur : Sciences humaines et sociales	Domaine : Sciences psychologiques et de l'éducation
S'agissant d'une année de spécialisation à 60 crédits, la formation ne comporte ni prérequis ni corequis formels.		
Coordonnées de l'enseignant(e)-référént(e) de l'UE, responsable du regroupement des cotes : Véronique Drosson (v.drosson@helmo.be)		

## ***STRUCTURE DE L'UE***

L'UE se compose des activités d'apprentissage suivantes :

- [Approche de l'intervention psychologique en sport](#)
- [Préparation mentale, y compris les techniques psychocorporelles](#)
- [Besoins spécifiques du sportif de haut niveau](#)

## ***CONTRIBUTION DE L'UE AU PROFIL D'ENSEIGNEMENT***

### Compétence(s) visée(s) par l'UE

Développer une expertise dans les contenus liés à la psychologie du sport, c'est :

- S'approprier les contenus, concepts et notions spécifiques liés à l'accompagnement psychologique du sportif (préparation mentale et intervention psychologique).
- Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie dans l'accompagnement psychologique du sportif et en l'intégrant dans son entraînement global.

### Acquis d'apprentissage de l'UE, sanctionnés par l'évaluation

Au terme de l'UE, l'étudiant est capable de :

- Identifier les déterminants psychologiques de la performance sportive.
- Circonscrire les principes d'action (utilisation de techniques) dans une discipline donnée en fonction des difficultés rencontrées par le sportif.
- Intégrer et circonscrire la place de l'accompagnement sportif dans l'entraînement global de l'athlète.

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'UE***

La note finale de l'UE est décidée par une Commission formée par les professeurs de l'UE elle-même, conformément aux dispositions précisées dans le Règlement Général des Études et des Jurys de la HECh.




Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Approche de l'intervention psychologique en sport	<b>Épreuve intégrée</b>				100 %			100 %		
Préparation mentale										
Besoins spécifiques du sportif de haut niveau										

Autres (à préciser) :

L'épreuve intégrée porte sur la présentation d'un dispositif de préparation mentale sous forme d'une capsule vidéo  
=> Identification des outils observés ou/et utilisés lors de la semaine de stage à l'étranger.

En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Les **critères de réussite de l'UE** sont les suivants : Une note minimale de 10/20 pour l'évaluation de l'épreuve intégrée qui porte sur les trois AA : Approche de l'intervention psychologique en sport ; Préparation mentale, y compris les techniques psychocorporelles ; et Besoins spécifiques du sportif de haut niveau.

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 5 Intitulé complet de l'UE : Accompagnement psychologique du sportif	 
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Approche de l'intervention psychologique en sport</b>		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Quadrimestre 2	
	Nombre d'heures : 15h		

### ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Introduction à la psychologie du sport - Rôles du psychologue du sport.

Interventions en psychologie du sport --> selon l'âge / --> éthique.

Les différents modèles de la performance sportive.

Les différentes conceptions méthodologiques de l'entraînement.

Maillage du sport de haut niveau en Région Wallonie Bruxelles.

### ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

Définir la psychologie du sport.

Identifier et circonscrire les différents domaines d'intervention.

Circonscrire les rôles et les missions du psychologue du sport.

Exploiter les modèles de la performance sportive pour circonscrire les facteurs psychologiques de celle-ci.

Identifier les différents champs de l'intervention en psychologie du sport.

### ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

Syllabus de cours  E-Learning  Dias projetées  Documents de travail  Autre (...)

### ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

Lévêque Marc, 2005, Psychologie du métier d'entraîneur, Ed. Vuibert.

Lévêque Marc, 2008, Psychologie de l'athlète - Radiographie d'une carrière de sportif de haut niveau, Ed. Vuibert.

Richard H. Cox, 2005, Psychologie du sport, Ed de Boeck.

Ripool H., 2008, Le mental des champions - Comprendre la réussite sportive. Ed Payot

### ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)               | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                    |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie                   | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites            |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)                                |

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Approche de l'intervention psychologique en sport	Épreuve intégrée				100 %			100 %		

Autres (à préciser) :




Rappel des critères de réussite de l'UE : Une note minimale de 10/20 pour l'évaluation de l'épreuve intégrée qui porte sur les trois AA : Approche de l'intervention psychologique en sport ; Préparation mentale, y compris les techniques psychocorporelles ; et Besoins spécifiques du sportif de haut niveau.

En cas de Travail annuel non amélioré entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### REMARQUES ÉVENTUELLES

L'épreuve intégrée porte sur la présentation d'un dispositif de préparation mentale sous forme d'une capsule vidéo => Identification des outils observés ou/et utilisés lors de la semaine de stage à l'étranger.

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 5 Intitulé complet de l'UE : Accompagnement psychologique du sportif	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : Préparation mentale, y compris les techniques psychocorporelles		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Quadrimestre 2	
	Nombre d'heures : 30h		

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Introduction à la notion de préparation mentale à la performance.

Introduction aux principes d'actions et techniques utilisées en préparation mentale à la performance (en ce compris les techniques psychocorporelles).

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- Comprendre ce qu'est la préparation mentale à la performance, sa portée et ses limites.
- Comprendre en quoi peut consister concrètement un travail de préparation mentale à la performance.
- Identifier différentes approches en matière de préparation à la performance.
- Comprendre le concept de Flow et les facteurs susceptibles de favoriser ou d'entraver la survenue de cet état psychologique.
- Comprendre comment la concentration, les émotions ou encore les attentes et objectifs influencent la performance sportive.
- Comprendre et s'initier aux techniques de préparations mentales telles que la gestion de l'attention, la compartementalisation, les routines et les rituels, la définition d'objectifs, la gestion des émotions, la pleine conscience, l'acceptation et le lâcher-prise, la respiration, la relaxation ou encore l'imagerie mentale.

⇒ Tenir un carnet d'apprentissage = compte-rendu des diverses techniques expérimentées.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours     E-Learning     Dias projetées     Documents de travail     Autre (Vidéos)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

Diverses sources telles que des ouvrages scientifiques ou de vulgarisation ainsi que des articles scientifiques ou de vulgarisation sont utilisés. Voici quelques sources clés :

- Taylor, J. & Wilson, G. (2005). Applying sport psychology. Human Kinetics.
- Murphy, S. (2005). The sport psych handbook. Human Kinetics.
- Gardner, F. & Moore, Z. (2006). Clinical sport psychology. Human Kinetics.
- Ripool, H. (2008). Le mental des champions. Comprendre la réussite sportive. Payot.

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)               | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                    |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie                   | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites            |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)                                |

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Préparation mentale	Épreuve intégrée				100 %			100 %		

Autres (à préciser) :




Rappel des critères de réussite de l'UE : Une note minimale de 10/20 pour l'évaluation de l'épreuve intégrée qui porte sur les trois AA : Approche de l'intervention psychologique en sport ; Préparation mentale, y compris les techniques psychocorporelles ; et Besoins spécifiques du sportif de haut niveau.

En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### REMARQUES ÉVENTUELLES

L'épreuve intégrée porte sur la présentation d'un dispositif de préparation mentale sous forme d'une capsule vidéo => Identification des outils observés ou/et utilisés lors de la semaine de stage à l'étranger.

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 5 Intitulé complet de l'UE : Accompagnement psychologique du sportif	 
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Besoins spécifiques du sportif de haut niveau</b>		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Quadrimestre 2	
	Nombre d'heures : 15h		

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Dimension individuelle :

- Déterminants de la performance sportive : le développement à long terme de l'athlète (DLTA).
- Réussite sportive et personnalité (modèle du Big Five, Profil Iceberg, core self evaluations, capital psychologique, sentiment d'auto-efficacité).
- Réussite sportive et talent (théorie de l'apprentissage délibéré, concepts de grit et de growth mindset).

Dimension collective :

- Équipe et performance sportive (cohésion & performance, modèle de Tuckman).
- Leadership dans le sport (leadership transactionnel et transformationnel, rôle de la confiance dans le leader, le rôle du coach).

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- Prendre conscience des processus psychologiques qui, à un niveau individuel ou collectif, peuvent affecter l'accomplissement personnel, la performance individuelle et collective et in fine la réussite sportive.
- Pouvoir identifier et interpréter la dynamique psychologique susceptible de se produire lorsqu'un individu est confronté à la performance sportive.
- Comprendre et pouvoir appliquer des principes d'actions génériques en matière de gestion d'équipe et de leadership.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours     E-Learning     Dias projetées     Documents de travail     Autre (Vidéos)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

- Cox, R. (2013). Psychologie du sport. De Boeck.
- Weinberg, R.S. & Gould, D. (1995). Foundations of sport and exercise psychology. Human Kinetics.

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)               | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                    |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie                   | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites            |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)                                |

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Besoins spécifiques du sportif de haut niveau	Épreuve intégrée				100 %			100 %		

Autres (à préciser) :

Rappel des critères de réussite de l'UE : Une note minimale de 10/20 pour l'évaluation de l'épreuve intégrée qui porte sur les trois AA : Approche de l'intervention psychologique en sport ; Préparation mentale, y compris les techniques psychocorporelles ; et Besoins spécifiques du sportif de haut niveau.

En cas de Travail annuel non amélioré entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### REMARQUES ÉVENTUELLES

L'épreuve intégrée porte sur la présentation d'un dispositif de préparation mentale sous forme d'une capsule vidéo => Identification des outils observés ou/et utilisés lors de la semaine de stage à l'étranger.



Unité d'Enseignement :	Acronyme / Numéro de l'UE : <b>UE 6</b> Intitulé complet de l'UE : <b>Suivi du sportif</b>	
Crédits : 7	Période : Quadrimestre 2	Bachelier de spécialisation - Type court
Cadre européen de certification : niveau 6	Secteur : Sciences humaines et sociales	Domaine : Sciences psychologiques et de l'éducation
S'agissant d'une année de spécialisation à 60 crédits, la formation ne comporte ni prérequis ni corequis formels.		
Coordonnées de l'enseignant(e)-réfèrent(e) de l'UE, responsable du regroupement des cotes : Karim Soltani (karim.soltani@hepl.be)		

## ***STRUCTURE DE L'UE***

L'UE se compose des activités d'apprentissage suivantes :

- [Traumatologie et pathologie du sportif, y compris la prévention](#)
- [Hygiène alimentaire du sportif](#)
- [Réathlétisation, en ce compris les notions de prévention](#)
- [Séminaires d'intégration \(analyse du mouvement\)](#)

## ***CONTRIBUTION DE L'UE AU PROFIL D'ENSEIGNEMENT***

### Compétence(s) visée(s) par l'UE

- ⇒ Développer une expertise dans les contenus enseignés / exploités et dans la méthodologie de leur utilisation.
- ⇒ Assurer la sécurité et agir adéquatement en cas de blessure.

### Acquis d'apprentissage de l'UE, sanctionnés par l'évaluation

Au terme de l'UE, l'étudiant est capable de :

- S'appropriier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes de chacun des champs disciplinaires et psychopédagogiques.
- Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie.
- Gérer les processus de prévention des blessures.
- Déterminer un programme de ré-athlétisation adapté au niveau de performance du sportif.
- Déceler les signes précurseurs du surentraînement sur les plans physiologique et psychologique.

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'UE***

La note finale de l'UE est décidée par une Commission formée par les professeurs de l'UE elle-même, conformément aux dispositions précisées dans le Règlement Général des Études et des Jurys de la HECh.

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Traumatologie et pathologie	◇									
Hygiène alimentaire	◇					33,3 %	66,6 % *		33,3 %	66,6 % *
Réathlétisation (prévention)	◇									
Séminaires d'intégration (analyse du mouvement)	présentiel									




Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative : tant au niveau de l'examen écrit, portant sur l'ensemble des notions théoriques abordées, que l'épreuve pratique (intégrant les notions abordées dans les trois activités d'apprentissage).

\* Examen pratique.

Pour les séminaires, il n'y a pas d'examen ni d'autre épreuve en session. L'évaluation porte sur la présence au cours et la participation active aux activités proposées, qui sont obligatoires. Tout manquement à l'un de ces deux critères de certification d'activité empêchera l'obtention des crédits relatifs à l'UE, considéré comme un « échec absorbant » au sein de l'Unité, et invalidant la note obtenue dans le cadre des trois autres activités d'apprentissage.

Les **critères de réussite de l'UE** sont les suivants : Une note minimale de 10/20 à l'épreuve globale et intégrée d'UE

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 6 Intitulé complet de l'UE : Suivi du sportif	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : Traumatologie et pathologie du sportif, y compris la prévention		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Quadrimestre 2	
	Nombre d'heures : 30h		

### ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Approche des pathologies de l'appareil locomoteur les plus fréquentes dans le sport, y compris les principes de réathlétisation et les moyens de prévention spécifiques aux différentes pathologies abordées.

### ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie.
- Gérer les processus de prévention des blessures.
- Déterminer un programme de ré-athlétisation adapté au niveau de performance du sportif.
- Déceler les signes précurseurs du surentraînement sur les plans physiologique et psychologique.

### ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours    E-Learning    Dias projetées    Documents de travail    Autre (...)

### ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

Chanussot R.G., Danowski J.C, Traumatologie du sport. Editions Masson.  
 Pauly O., Posture et gainage : Santé et performance. Editions de Boeck, 2016.  
 Berthommier M., La réathlétisation du genou, 4trainer Editions, 2015.  
 Forthomme B., Rééducation raisonnée de l'épaule opérée et non opérée. Editions Frison-Roche, 2014.  
 Nelson A.G., Kokkonen J., Stretching Anatomy, second edition. Human Kinetics, 2014.  
 Hausswirth C., Récupération et performance en sport. INSEP. Vigot Maloine, 2010.

### ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input checked="" type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)    | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                    |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie                   | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input checked="" type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)                                |

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Traumatologie et pathologie	◇					33,3 %	66,6 % *		33,3 %	66,6 % *

Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative : tant au niveau de l'examen écrit, portant sur l'ensemble des notions théoriques abordées, que l'épreuve pratique (intégrant les notions abordées dans les trois activités d'apprentissage).




\* Examen pratique.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### REMARQUES ÉVENTUELLES

---

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 6 Intitulé complet de l'UE : Suivi du sportif	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Hygiène alimentaire du sportif</b>			
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)		Période : Quadrimestre 2
	Nombre d'heures : 30h			

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Notions de base de l'alimentation et de l'hydratation de l'adulte sain et du sportif en bonne santé

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- ⇒ S'approprier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes de chacun des champs disciplinaires et psychopédagogiques.
- ⇒ Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie.
- ⇒ Gérer les processus de prévention des blessures.

Plus concrètement, au terme de l'apprentissage, l'étudiant sera capable de donner des conseils généraux et adaptés aux sportifs en fonction de leur discipline concernant :

- Le poids de forme
- L'alimentation avant pendant et après activité sportive
- L'hydratation avant, pendant et après activité sportive
- L'utilisation des compléments alimentaires (protéines, vitamines, sels minéraux et autres substances ergogènes)
- La prévention, grâce à une alimentation et une hydratation adaptées, de troubles du sportif (crampes, tendinites, fractures de fatigues ...)
- Une meilleure récupération après un traumatisme lié aux activités sportives ou encore lors de la réathlétisation

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours    E-Learning    Dias projetées    Documents de travail    Autre (...)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

Nutrition et bioénergétique du sportif, Nathalie Boisseau (Masson, 2005) ;  
 Nutrition du sportif, Xavier Biguard (Masson, 2007) ;  
 Manuel de diététique en pratique courante, Albert-François Creff, (Masson, 2009) ;  
 Précis de nutrition, Nicole Baudat (Lamarre, 2016) ;  
 ...

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |  |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain                 |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)     | <input checked="" type="checkbox"/> Résolution de problèmes                    |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie         | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire     | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites                       |
| <input type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe  | <input type="checkbox"/> Autre (...)   |

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Hygiène alimentaire	◇					33,3 %	66,6 % *		33,3 %	66,6 % *

Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative : tant au niveau de l'examen écrit, portant sur l'ensemble des notions théoriques abordées, que l'épreuve pratique (intégrant les notions abordées dans les trois activités d'apprentissage).




\* Examen pratique.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### REMARQUES ÉVENTUELLES

---

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 6 Intitulé complet de l'UE : Suivi du sportif	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : Réathlétisation, en ce compris les notions de prévention		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Quadrimestre 2	
	Nombre d'heures : 30h		

### ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Approche des pathologies de l'appareil locomoteur les plus fréquentes dans le sport, y compris les principes de réathlétisation et les moyens de prévention spécifiques aux différentes pathologies abordées. Mise en pratique.

### ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- S'approprier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes de chacun des champs disciplinaires et psychopédagogiques.
- Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie.
- Gérer les processus de prévention des blessures.
- Déterminer un programme de ré-athlétisation adapté au niveau de performance du sportif.

### ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours     E-Learning     Dias projetées     Documents de travail     Autre (...)

### ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

Chanussot R.G., Danowski J.C, Traumatologie du sport. Editions Masson.  
 Pauly O., Posture et gainage : Santé et performance. Editions de Boeck, 2016.  
 Berthommier M., La réathlétisation du genou, 4trainer Editions, 2015.  
 Forthomme B., Rééducation raisonnée de l'épaule opérée et non opérée. Editions Frison-Roche, 2014.  
 Nelson A.G., Kokkonen J., Stretching Anatomy, second edition. Human Kinetics, 2014.  
 Hauswirth C., Récupération et performance en sport. INSEP. Vigot Maloine, 2010.

### ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Cours ex-cathedra                      | <input checked="" type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input checked="" type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)    | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                               |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie                   | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input checked="" type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites            |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)   |

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Réathlétisation (prévention)	◇					33,3 %	66,6 % *		33,3 %	66,6 % *

Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative : tant au niveau de l'examen écrit, portant sur l'ensemble des notions théoriques abordées, que l'épreuve pratique (intégrant les notions abordées dans les trois activités d'apprentissage).

\* Examen pratique.




Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### REMARQUES ÉVENTUELLES

---

...



	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 6 Intitulé complet de l'UE : Suivi du sportif	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : Séminaires d'intégration (analyse du mouvement)		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Quadrimestre 2	
	Nombre d'heures : 15h		

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Rappel et intégration des notions d'anatomie et de biomécanique en liens avec les pathologies de l'appareil locomoteur les plus fréquentes dans le sport.

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie.
- S'approprier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes de chacun des champs disciplinaires et psychopédagogiques.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

Syllabus de cours  E-Learning  Dias projetées  Documents de travail  Autre (Notes des conférences/colloques + Recherches bibliographiques)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

(voir bibliographie des trois autres activités d'apprentissage de l'UE)

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input checked="" type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)    | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                    |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie                   | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input checked="" type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)                                |

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Séminaires d'intégration (analyse du mouvement)	présentiel									

Autres (à préciser) :

Pour les séminaires, il n'y a pas d'examen ni d'autre épreuve en session. L'évaluation porte sur la présence au cours et la participation active aux activités proposées, qui sont obligatoires. Tout manquement à l'un de ces deux critères de certification d'activité empêchera l'obtention des crédits relatifs à l'UE, considéré comme un « échec absorbant » au sein de l'Unité, et invalidant la note obtenue dans le cadre des trois autres activités d'apprentissage.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (sans objet)

***REMARQUES ÉVENTUELLES***

---

...

Unité d'Enseignement :	Acronyme / Numéro de l'UE : <b>UE 7</b>	
	Intitulé complet de l'UE : <b>Travaux pratiques, stages et TFE</b>	
Crédits : 15	Période : UE annuelle (Q1 + Q2)	Bachelier de spécialisation - Type court
Cadre européen de certification : niveau 6	Secteur : Sciences humaines et sociales	Domaine : Sciences psychologiques et de l'éducation
S'agissant d'une année de spécialisation à 60 crédits, la formation ne comporte ni prérequis ni corequis formels.		
Coordonnées de l'enseignant(e)-référént(e) de l'UE, responsable du regroupement des cotes : Équipe de formation (encodage : Sophie Culot => sophie.culot@hech.be)		

## ***STRUCTURE DE L'UE***

L'UE se compose des activités d'apprentissage suivantes :

- [Déontologie de la profession](#)
- [Stages d'intégration professionnelle](#)
- [Stage d'expertise](#)
- [Séminaires - Recherches](#)
- [Travail de Fin d'Études](#) (Projet professionnel)

## ***CONTRIBUTION DE L'UE AU PROFIL D'ENSEIGNEMENT***

### Compétence(s) visée(s) par l'UE

- Développer une expertise dans les contenus enseignés / exploités et dans la méthodologie de leur utilisation.
- S'approprier des outils d'analyse pour comprendre les réalités rencontrées et construire des interventions adéquates.
- Développer une connaissance approfondie, culturelle et institutionnelle du milieu sportif.
- Concevoir et planifier les entraînements en fonction des échéances définies par le sportif.
- Développer un raisonnement efficient face à une situation complexe.

### Acquis d'apprentissage de l'UE, sanctionnés par l'évaluation

Au terme de l'UE, l'étudiant est capable de :

- ⇒ S'approprier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes de chacun des champs disciplinaires et psychopédagogiques ;
- ⇒ Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie (en tenant compte des enjeux éthiques liés à la pratique professionnelle) ;
- ⇒ Décoder des situations dans leur complexité et construire sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée (tout en s'inscrivant dans le cadre déontologique de la profession) ;
- ⇒ Accorder une attention régulière à l'analyse de la pratique ;
- ⇒ Réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche ;
- ⇒ Maîtriser la pratique réflexive sur et dans l'action professionnelle ;
- ⇒ Développer un sens critique vis-à-vis de l'ensemble de son intervention ;
- ⇒ Maîtriser les outils de l'évaluation et de l'analyse des différents facteurs de la performance ;
- ⇒ Évaluer des capacités des athlètes en vue de leur entraînement ;

- ⇒ Analyser la situation au regard des objectifs sportifs, en tenant compte du contexte de la structure ;
- ⇒ Élaborer et planifier des séances et plans d'entraînement, en fonction notamment des échéances importantes du calendrier ;
- ⇒ Adapter sa pratique en fonction des caractéristiques de la discipline et du niveau du sportif ;
- ⇒ Avoir un regard réflexif concernant son intervention afin de réguler sa pratique et de veiller à l'intégration de périodes de repos ;
- ⇒ Utiliser des tests, des outils d'évaluation actualisés et des appareillages adéquats pour mesurer les paramètres biométriques, biomécaniques et physiologiques afin d'améliorer les qualités physiques (endurance, force, souplesse...).

## **MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'UE**

La note finale de l'UE est décidée par une Commission formée par les professeurs de l'UE elle-même, conformément aux dispositions précisées dans le Règlement Général des Études et des Jurys de la HECh.

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
TFE + Déontologie de la profession	45					70 %	30 %		70 %	30 %
Stages d'intégration professionnelle	50				100 %			100 %•		
Stage d'expertise	Présentiel									
Séminaires Recherches	5				100 %			Report		

Autres (à préciser) :




L'activité « Déontologie de la profession » sera évaluée par le biais d'une section spécifique au Travail de fin d'études (TIP), intégrée dans le travail en annexe 1. Cette AA (et donc l'UE) ne pourra être validée que si toutes les parties du Travail de fin d'études, y compris la réflexion déontologique donc, ont été réalisées positivement.

Pour le stage d'expertise, il n'y a pas d'évaluation formelle. La validation de l'activité porte sur la bonne tenue lors du stage et la participation active aux activités proposées durant celui-ci. Tout manquement à l'un de ces deux critères de certification d'activité empêchera l'obtention des crédits relatifs à l'UE, considéré comme un « échec absorbant » au sein de l'Unité, et invalidant la note obtenue dans le cadre des autres activités d'apprentissage.

• Les rapports, sur base desquels les « stages d'intégration professionnelle » sont évalués, sont améliorables entre les deux sessions (ainsi que la mention ci-dessous le précise), mais les stages ne peuvent être repestés durant cette période, s'ils ont été empêchés ou jugés insuffisants sur le terrain. Dans ces derniers cas de figure, la note négative serait reportée.

En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Les **critères de réussite de l'UE** sont les suivants : Une note minimale de 10/20 pour chaque activité d'apprentissage

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 7	 	
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : <b>Déontologie de la profession</b>			
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)		Période : Annuel (Q1 + Q2)
	Nombre d'heures : 15h			

### ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Les deux dimensions centrales développées à travers les activités interdisciplinaires de construction de l'identité professionnelle sont l'interdisciplinarité et la construction de l'identité professionnelle.

La dimension éthique dans l'exercice de la profession de préparateur physique et d'entraîneur est fondamentale. Toute la formation – sciences humaines, développement personnel tant physique que psychologique – devrait mener les étudiants à faire preuve d'une grande rigueur dans ce domaine.

Un cours magistral de déontologie aurait peu d'impact. Il importe plutôt de construire avec les étudiants, à partir de récits vécus et d'études de cas, l'équivalent du Serment d'Hippocrate.

- ⇒ Discussions autour d'expériences vécues, de faits relatés. Le travail réflexif individuel et les discussions favorisant les conflits cognitifs entre étudiants.
- ⇒ Prise de connaissance de références en la matière (les documents de travail sont fournis par le professeur titulaire et apportés par les étudiants eux-mêmes).

### ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- S'appropriier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes (particulièrement dans la mise en œuvre des textes légaux et documents de référence) de chacun des champs disciplinaires et psychopédagogiques (dans ce cas-ci le champ déontologique lié à la profession) ;
- Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie (en tenant compte des enjeux éthiques liés à la pratique professionnelle) ;
- Décoder des situations dans leur complexité et construire sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée (tout en s'inscrivant dans le cadre déontologique de la profession) ;
- Maîtriser la pratique réflexive sur et dans l'action professionnelle ;
- Développer un sens critique vis-à-vis de l'ensemble de son intervention ;
- Maîtriser la langue orale et écrite, tant du point de vue normatif que discursif.

### ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours     E-Learning     Dias projetées     Documents de travail     Autre (...)

### ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

(Voir bibliographie diffusée dans le cadre du cours)

### ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Cours ex-cathedra                   | <input checked="" type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain |
| <input checked="" type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e) | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                          |
| <input checked="" type="checkbox"/> Travaux en autonomie     | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques       |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire            | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites                  |
| <input type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe         | <input checked="" type="checkbox"/> Autre (...)                           |

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
TFE + Déontologie de la profession	45					70 %	30 %		70 %	30 %

Autres (à préciser) :

L'activité « Déontologie de la profession » sera évaluée par le biais d'une section spécifique au Travail de fin d'études (ou Travail d'Intégration Professionnelle), intégrée dans le travail en annexe 1. Cette AA (et donc l'UE) ne pourra être validée que si toutes les parties du Travail de fin d'études / TIP – y compris la réflexion déontologique donc – ont été réalisées positivement.




En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

---

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 7	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : Stages d'intégration professionnelle		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Annuel (Q1 + Q2)	
	Nombre d'heures : 120h		

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Deux types de stage doivent être réalisés :

- Le(s) stage(s) « d'observation active » : 60h dans un endroit de stage (ou deux au choix) de référence avec un préparateur physique professionnel ;
- Le stage de « projet et mise en place d'un processus de préparation physique » : 60h dans une structure externe au choix.

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie et la tester (Stages 1 & 2) ;
- Décoder des situations dans leur complexité et construire sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée (Stages 1 & 2) ;
- Accorder une attention régulière à l'analyse de la pratique (Rapport de stage) ;
- Réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche (Rapport de stage) ;
- Maîtriser la pratique réflexive sur et dans l'action professionnelle (Stages 1 & 2) ;
- Développer un sens critique vis-à-vis de l'ensemble de son intervention (Rapport de stage) ;
- Maîtriser les outils de l'évaluation et de l'analyse des différents facteurs de la performance (Stages 1 & 2) ;
- Évaluer des capacités des athlètes en vue de leur entraînement (Stages 1 & 2) ;
- Analyser la situation au regard des objectifs sportifs, en tenant compte du contexte de la structure (Rapport de stage) ;
- Élaborer et planifier des séances et plans d'entraînement, en fonction notamment des échéances importantes du calendrier (Stages 1 & 2) ;
- Adapter sa pratique en fonction des caractéristiques de la discipline et du niveau du sportif (Stages 1 & 2) ;
- Avoir un regard réflexif concernant son intervention afin de réguler sa pratique et de veiller à l'intégration de périodes de repos (Stages 1 & 2) ;
- Utiliser des tests, des outils d'évaluation actualisés et des appareillages adéquats pour mesurer les paramètres biométriques, biomécaniques et physiologiques afin d'améliorer les qualités physiques (endurance, force, souplesse...) (Stages 1 & 2).

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

Syllabus de cours     E-Learning     Dias projetées     Documents de travail     Autre (Guide de présentation des stages & supervisions)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

(Néant)

## MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input checked="" type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)    | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                               |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie        | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire    | <input checked="" type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites            |
| <input type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input checked="" type="checkbox"/> Autre (...)                                |

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Stages d'intégration professionnelle	50				100 %			100 %•		

Autres (à préciser) :

- Les rapports, sur base desquels les stages d'intégration professionnelle sont évalués, sont améliorables entre les deux sessions (ainsi que la mention ci-dessous le précise), mais les stages ne peuvent être repostés durant cette période, s'ils ont été empêchés ou jugés insuffisants sur le terrain. Dans ces derniers cas de figure, la note négative serait reportée.




La présente activité « Stages d'intégration professionnelle » sera ainsi évaluée par le biais des rapports de stage et de l'évaluation formative des maîtres de stage. La note obtenue intervient pour 50 % de la note finale de l'UE.

En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

## REMARQUES ÉVENTUELLES



	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 7 Intitulé complet de l'UE : Travaux pratiques, stages et TFE	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Stage d'expertise</b>			
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)		Période : Annuel (Q1 + Q2)
	Nombre d'heures : 15h			

### ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Au travers d'une semaine planifiée à l'horaire, l'étudiant est invité à réfléchir sur sa pratique professionnelle future au regard d'expertises émanant de l'étranger (France).

Cette semaine spéciale à l'étranger permet d'ouvrir le champ de la découverte et de la réflexion sur la pratique et l'identité professionnelle.

De plus, l'étudiant sera mis à contribution pour prendre en charge un groupe de sportifs sur une thématique précise (champ de la PP) durant une séance complète. Il devra ensuite réfléchir et prendre du recul sur sa propre pratique.

Au cours de la semaine, il est tenté d'obtenir un regard croisé entre les représentations de l'étudiant sur sa pratique professionnelle et la réalité de terrain présentée par des experts français (dans divers sports).

### ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie et la tester ;
- Décoder des situations dans leur complexité et construire sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée (prolongement dans le temps avec les PP français) ;
- Accorder une attention régulière à l'analyse de la pratique ;
- Réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche ;
- Maîtriser la pratique réflexive sur et dans l'action professionnelle ;
- Développer un sens critique vis-à-vis de l'ensemble de son intervention ;
- Analyser la situation au regard des objectifs sportifs, en tenant compte du contexte de la structure ;
- Adapter sa pratique en fonction des caractéristiques de la discipline et du niveau du sportif (jeunes sportifs Haut niveau / football).

### ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours    E-Learning    Dias projetées    Documents de travail    Autre (...)

### ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

(Néant)

### ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)    | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                    |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie        | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire    | <input checked="" type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites |
| <input type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input type="checkbox"/> Autre (...)                                |

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Stage d'expertise	Présentiel									

Autres (à préciser) :




Pour le stage d'expertise, il n'y a pas d'évaluation formelle. La validation de l'activité porte sur la bonne tenue lors du stage et la participation active aux activités proposées durant celui-ci. Tout manquement à l'un de ces deux critères de certification d'activité empêchera l'obtention des crédits relatifs à l'UE, considéré comme un « échec absorbant » au sein de l'Unité, et invalidant la note obtenue dans le cadre des autres activités d'apprentissage.

En cas de Travail annuel non amélioré entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

---

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 7	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : Séminaires - Recherches		
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Annuel (Q1 + Q2)
	Nombre d'heures : 15h		

### ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Les deux dimensions centrales développées à travers les séminaires recherches sont principalement la recherche (récolte) d'informations (terrain / littérature) et l'articulation théorico-pratique dans la rédaction à partir d'une thématique centrale (vers la (les) question(s) de recherche).

Pour se faire, des ateliers thématiques seront mis en place durant l'année académique ainsi qu'un dispositif de supervision.

(Les documents de travail « guidance ateliers / supervision » sont fournis par le professeur titulaire et chaque étudiant réalisera, sur cette base, son recueil de comptes-rendus d'activités.)

### ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- S'approprier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes (particulièrement dans la récolte de données) de chacun des champs disciplinaires et psychopédagogiques ;
- Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie (alternance théorico-pratique terrain / littérature) ;
- Accorder une attention régulière à l'analyse de la pratique ;
- Réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche (Questionnement) ;
- Maîtriser la pratique réflexive sur et dans l'action professionnelle ;
- Développer un sens critique vis-à-vis de l'ensemble de son intervention ;
- Analyser la situation au regard des objectifs sportifs, en tenant compte du contexte de la structure ;
- Maîtriser la langue orale et écrite, tant du point de vue normatif que discursif.

### ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours    E-Learning    Dias projetées    Documents de travail    Autre (supervisions / ateliers)

### ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

[ particulières à chaque étudiant(e) ]

### ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Cours ex-cathedra                      | <input checked="" type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain |
| <input checked="" type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)    | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                          |
| <input checked="" type="checkbox"/> Travaux en autonomie        | <input type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques       |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire               | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites                  |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input checked="" type="checkbox"/> Autre (...)                           |

## ***MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

---

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
Séminaires Recherches	5				100 %			Report		

Autres (à préciser) :

...




En cas de Travail annuel non amélioré entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

---

Les comptes-rendus d'activités envisagées seront centralisés dans un dossier spécifique et transmis avant la fin du quadrimestre (voir consignes).

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 7 Intitulé complet de l'UE : Travaux pratiques, stages et TFE	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : <b>Projet professionnel (Travail de Fin d'Études)</b>		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Annuel (Q1 + Q2)	
	Nombre d'heures : (variable)		

## ***CONTENU DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE***

Il s'agit d'un travail d'intégration professionnelle (TIP) de l'étudiant dont les points de départ sont ses expériences de stages et ses questionnements travaillés durant l'année académique.

L'accent est mis sur la démarche réflexive centrée sur l'analyse des pratiques, des expériences vécues en portant une attention particulière à l'articulation théorie - pratique liée à l'entraînement et/ou la préparation physique.

## ***ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES / OBJECTIFS***

- S'approprier les contenus, concepts, notions, démarches et méthodes de chacun des champs disciplinaires et psychopédagogiques ; se poser des questions, point de départ de la réflexion ;
- Établir des liens entre les différents savoirs pour construire une action réfléchie (en tenant compte des enjeux éthiques liés à la pratique professionnelle) ;
- Décoder des situations dans leur complexité et construire (rédiger) sur cette base des interventions appropriées inscrites dans la durée (tout en s'inscrivant dans le cadre déontologique de la profession) ;
- Accorder une attention régulière à l'analyse de la pratique ;
- Réactualiser sa formation théorique et pratique en permanence et s'inscrire dans une dynamique de recherche. Structurer un argumentaire à partir de questions et le construire en s'appuyant sur la littérature scientifique liée aux différents domaines de l'entraînement et de la préparation physique ;
- Maîtriser la pratique réflexive sur et dans l'action professionnelle (alternance théorie-pratique) ;
- Développer un sens critique vis-à-vis de l'ensemble de son intervention. Être original ;
- Maîtriser les outils de l'évaluation et de l'analyse des différents facteurs de la performance ;
- Analyser la situation au regard des objectifs sportifs, en tenant compte du contexte de la structure ;
- Adapter sa pratique en fonction des caractéristiques de la discipline et du niveau du sportif ;
- Utiliser des tests, des outils d'évaluation actualisés et des appareillages adéquats pour mesurer les paramètres biométriques, biomécaniques et physiologiques afin d'améliorer les qualités physiques (endurance, force, souplesse...) et les présenter dans son écrit.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

- Syllabus de cours    E-Learning    Dias projetées    Documents de travail    Autre (Dossier professionnel)

## ***SOURCES ET RÉFÉRENCES EXPLOITÉES***

[ spécifique à chaque étudiant(e)... ]

## ***MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE***

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Cours ex-cathedra           | <input checked="" type="checkbox"/> Observation de pratiques / de terrain      |
| <input type="checkbox"/> Exposé par l'étudiant(e)    | <input type="checkbox"/> Résolution de problèmes                               |
| <input type="checkbox"/> Travaux en autonomie        | <input checked="" type="checkbox"/> Exercices, applications, travaux pratiques |
| <input type="checkbox"/> Activités en laboratoire    | <input type="checkbox"/> Séminaires, excursions, visites                       |
| <input type="checkbox"/> Ateliers, travaux de groupe | <input checked="" type="checkbox"/> Autre (...)                                |

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DE L'ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

Activité d'apprentissage concernée	Pondération de l'activité au sein de l'UE, en %	Janvier			Mai/Juin			Août/Septembre		
		Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral	Travail annuel	Examen écrit	Examen oral
TFE + Déontologie de la profession	45					70 %	30 %		70 %	30 %

Autres (à préciser) :

L'activité « Déontologie de la profession » sera évaluée par le biais d'une section spécifique au Travail de fin d'études (TIP), intégrée dans le travail en annexe 1. Cette AA (et donc l'UE) ne pourra être validée que si toutes les parties du Travail de fin d'études, y compris la réflexion déontologique donc, ont été réalisées positivement.

Au niveau des modalités d'appréciation, l'activité *Travail de fin d'études* « TIP » est évaluée sur base d'une grille critériée. La note obtenue intervient pour 45 % de la note finale de l'UE, en ce compris donc la note de *Déontologie de la profession*. Le travail de fin d'études (TIP) tout comme l'activité d'apprentissage « Déonto » sont améliorables entre les deux sessions.

En cas de Travail annuel non améliorable entre les sessions d'examens, la mention « Report » indique que la note de Travail annuel précédemment obtenue est reportée telle quelle. Dans le cas contraire, l'amélioration de la note de Travail annuel fait l'objet d'un contrat écrit entre l'étudiant et l'enseignant.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (...)

### REMARQUES ÉVENTUELLES

...