



**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 !

# Département pédagogique

## Profil d'enseignement

---

### Spécialisation en

### Préparation physique et entraînement

---

**Adaptation du 27/04/2020**

**suite à la situation 'Covid-19'**

**(voir courrier informatif HECh en page 2)**

**Année académique 2019-2020**

---

**En codiplômation avec :**

Chères Étudiantes, chers Étudiants,

Ce lundi 27 avril, date fixée par notre Ministre de tutelle, nous vous communiquons, via cette nouvelle version du Profil d'enseignement, les adaptations envisagées dans les différentes Unités d'enseignement de votre formation, principalement en ce qui concerne les contenus évalués ainsi que les modalités des épreuves.

Ces modifications (en rouge dans le document) sont définitives. Il reste que, au lendemain du Conseil National de Sécurité traitant des pistes de déconfinement, et sans pouvoir anticiper l'évolution de la situation sanitaire, il est compliqué pour les équipes pédagogiques de s'exprimer de façon exhaustive. La possibilité ou non d'autoriser des groupes restreints dans des locaux, l'accessibilité des transports en commun, mais aussi le contexte réel de travail à distance de chacun(e) ainsi que la qualité des outils informatiques et de la connexion permettant une évaluation à distance restent autant d'inconnues. A l'heure où nous écrivons ces lignes, de nombreuses interrogations subsistent.

Nous soulignons donc que les adaptations (ou le maintien) des dispositifs d'évaluation décrits dans ce document correspondent à ce que vos professeurs ont estimé être le plus porteur, juste et favorable pour vous. Toutes les modifications actées sont systématiquement « en faveur » des étudiants qui seront évalués dans le contexte qui est le nôtre, nous y avons scrupuleusement veillé.

Si certaines des pistes envisagées (notamment les examens écrits présentiels, même si organisés en petits groupes successifs permettant une distanciation de sécurité) s'avèrent impossibles à organiser, nous vous proposerions, au plus tôt, de nouvelles communications ciblées sur ces aménagements. Dans ce cas, les éventuels « addendum » au Profil d'Enseignement de la Section seront envoyés sur l'adresse e-mail « hech » de chaque étudiant(e) concerné(e) et conjointement disponible sur MyHech au niveau des supports de cours de l'AA ciblée. Dans tous les cas, nous vous assurons que ces éventuels aménagements vous parviendront au plus tard 10 jours ouvrables avant l'épreuve en question.

Seuls des formulaires officiels (reprenant l'UE et l'AA, le Bloc au sein de la Section, le numéro de page du Profil d'enseignement concerné et évidemment la mention de l'adaptation du dispositif) seront générés, et donc à prendre en considération, le cas échéant.

Les représentants du Conseil des Étudiants de notre Institution ont donné leur aval à la mise en place de cette solution qui vise à prendre un compte cette situation totalement inédite au mieux pour vous, dans les spécificités de votre formation mais surtout dans un esprit d'équité, de respect et de réussite.

Nous vous souhaitons, malgré l'épreuve que nous traversons et les difficultés présentes, une session d'examens la plus fructueuse possible.

Sophie LOGJES et Laurent KESTELOOT,  
Coordination du Département

Michèle SIMAR,  
Directrice du Département pédagogique

## **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 Département

**Secrétaire du jury :** Madame Marie-France Coen

**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 – ouverte aux diplômés d'un Bachelier AESI (Agrégé de l'Enseignement Secondaire Inférieur) en Section Éducation physique, d'un Bachelier en Coaching sportif ou d'autres détenteurs de diplôme à caractère scientifique (sur analyse de dossier d'inscription) – 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

Unité d'Enseignement	ECTS	Activités d'apprentissage	Heures	Quadri
<b>UE 1</b> <i>Compétences techniques et scientifiques</i>	12	Évaluation de la performance sportive	20	Q1
		Méthodologie de l'entraînement	20	
		Physiologie de l'effort	30	
		Séminaires d'application sur le terrain	30	
<b>UE 2</b> <i>Modules-outils thématiques</i>	3	Exploitation des outils informatiques spécifiques (1/2)	16	Q1
		Gestion : statuts et assurances	9	
<b>UE 3</b> <i>Suivi du sportif</i>	12	Traumatologie et pathologie du sportif, y compris la prévention	30	Q2
		Réathlétisation, en ce compris les notions de prévention	30	
		Séminaires d'application sur le terrain	30	
<b>UE 4</b> <i>Modules-outils thématiques</i>	3	Déontologie de la profession	8	Q2
		Droit du sport	9	
		Exploitation des outils informatiques spécifiques (2/2)	8	
<b>UE 5</b> <i>Préparation physique</i>	14	Condition physique – Entraînement et renforcement musculaire	45	Q1+Q2
		Hygiène alimentaire du sportif	15	
		Planification de l'entraînement / Surentraînement	20	
		Spécificité des sports collectifs / sports individuels	30	
		Séminaires d'application sur le terrain	30	
<b>UE 6</b> <i>Pratique professionnelle</i>	16	Stages d'immersion en milieux sportifs	60	Q1+Q2
		Travail d'intégration professionnelle (TFE)	(variable)	
		Psychologie et méthodologie (psychologie du sport, préparation mentale, besoins spécifiques, préférence motrice, etc.)	30	
		Séminaires de recherche	10	
		Anglais de soutien *	(30)	

\* (adapté aux niveaux des candidats et non-évalué, sachant que la formation sera partiellement dispensée en langue anglaise)

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
<b>UE 1 : COMPÉTENCES TECHNIQUES ET SCIENTIFIQUES</b>	100	<b>12</b>
Évaluation de la performance sportive Méthodologie de l'entraînement Physiologie de l'effort Séminaires d'application sur le terrain ●	20 20 30 30	Quadri 1
<b>UE 2 : MODULES-OUTILS THÉMATIQUES</b>	25	<b>3</b>
Exploitation des outils informatiques spécifiques (1/2) Gestion : statuts et assurances	16 9	Quadri 1
<b>UE 3 : SUIVI DU SPORTIF</b>	90	<b>12</b>
Traumatologie et pathologie du sportif, y compris la prévention Réathlétisation, en ce compris les notions de prévention Séminaires d'application sur le terrain ●	30 30 30	Quadri 2
<b>UE 4 : MODULES-OUTILS THÉMATIQUES</b>	25	<b>3</b>
Déontologie de la profession Droit du sport Exploitation des outils informatiques spécifiques (2/2)	8 9 8	Quadri 2
<b>UE 5 : PRÉPARATION PHYSIQUE</b>	140	<b>14</b>
Condition physique – Entraînement et renforcement musculaire Hygiène alimentaire du sportif Planification de l'entraînement / Surentraînement Spécificité des sports collectifs / sports individuels Séminaires d'application sur le terrain ●	45 15 20 30 30	Annuelle
<b>UE 6 : PRATIQUE PROFESSIONNELLE</b>	100	<b>16</b>
Stages d'immersion en milieux sportifs Travail d'intégration professionnelle (TFE) Psychologie et méthodologie (psycho du sport, préparation mentale, besoins spécifiques, préférence motrice, etc.) Séminaires de recherche Anglais de soutien ( <i>adapté aux niveaux des étudiants et non-évalué</i> ) *	60 (variable) 30 10 (30)	Annuelle
<b>TOTAUX</b>	<b>480 h</b>	<b>60</b>

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

Ventilation horaire :    Q1 = 125h    Q2 = 115h    Annuel (Q1+Q2) = 240h

\* La formation est partiellement dispensée en langue anglaise.

- Chacun des trois séminaires d'application se tiendra lors d'une semaine spécifique, sur un site de formation.

Unité d'Enseignement :	Acronyme / Numéro de l'UE : <b>UE 1</b> Intitulé complet de l'UE : <b>Compétences techniques et scientifiques</b>	
Crédits : 12	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 :

- [Évaluation de la performance sportive](#)
- [Méthodologie de l'entraînement](#)
- [Physiologie de l'effort](#)
- [Séminaires d'application sur le terrain](#)

## ***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.*
- *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 :

- ⇒ 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 ;
- ⇒ 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 ;
- ⇒ 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
Évaluation de la performance sportive	◇			100 %						100 %
Méthodologie entraînement	◇									
Physiologie de l'effort	◇									
Séminaires d'application sur le terrain	◇									

Autres (à préciser) :

◇ Épreuve intégrée

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 1 Intitulé complet de l'UE : Compétences techniques et scientifiques	 
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Évaluation de la performance sportive</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***

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 de la performance sportive	◇			100 %						100 %

Autres (à préciser) :




◇ Épreuve intégrée

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

## REMARQUES ÉVENTUELLES

---

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 1 Intitulé complet de l'UE : Compétences techniques et scientifiques	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Méthodologie de l'entraînement</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***

Organisation et méthodologie des différentes parties d'une séance.

Réflexion sur les sujets suivants : régularité, progressivité, individualisation, spécificité, équilibre et déséquilibre, repos, ... dans les différentes filières énergétiques et musculaires.

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

- ⇒ 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 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 de l'entraînement	◇			100 %						100 %

Autres (à préciser) :




◇ Épreuve intégrée

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

### **REMARQUES ÉVENTUELLES**

---

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 1 Intitulé complet de l'UE : Compétences techniques et scientifiques	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Physiologie de l'effort</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 de l'effort	◇			100 %						100 %

Autres (à préciser) :




◇ Épreuve intégrée

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

### REMARQUES ÉVENTUELLES

---

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 1 Intitulé complet de l'UE : Compétences techniques et scientifiques	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Séminaires d'application sur le terrain</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. Évaluation sur le terrain avec prélèvement de lactate (Physiologie, méthodologie, évaluation).
2. Visite du laboratoire d'évaluation métabolique (Physiologie, évaluation).
3. Visite du laboratoire isocinétique (Evaluation).
4. Atelier article scientifique suivi d'un entraînement avec pratique de la thématique analysée (Physiologie, méthodologie, anglais).
5. Programme de 5 semaines pour sportif d'endurance (Physiologie).

Il n'y a pas d'évaluation présentielle aux différents séminaires, mais la matière abordée fait partie intégrante du contenu à maîtriser. Ces séminaires sont en lien direct avec les différentes matières de l'UE et objectivent les liens qui existent entre les différentes AA de l'UE. Pour un des séminaires, l'anglais intervient en soutien.

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

- *S'approprier des outils d'analyse pour comprendre les réalités rencontrées et construire des interventions adéquates.*
- *Développer un raisonnement efficient face à une situation complexe.*

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

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

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

(voir bibliographie des trois autres AA de l'UE, ainsi que les recherches personnelles)

## ***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 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'application sur le terrain	◇			100 %						100 %

Autres (à préciser) :

◇ Épreuve intégrée

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

### REMARQUES ÉVENTUELLES

---

...

Unité d'Enseignement :	Acronyme / Numéro de l'UE : <b>UE 2</b> Intitulé complet de l'UE : <b>Modules-outils thématiques Q1</b>	
Crédits : 3	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 : Marie-France Coen (marie-france.coen@hech.be)		

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

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

- [Exploitation des outils informatiques spécifiques \(1/2\)](#)
- [Gestion : statuts et assurances](#)

## ***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
Exploitation des outils informatiques spécifiques (1/2)	65 %		100 % ●						100 % ●	
Gestion : statuts et assurances	35 %		100 % ●						100 % ●	

Autres (à préciser) :

- L'examen écrit consiste à déposer un travail le 1er jour de la session en respectant les modalités exposées en classe. Le travail remis sera commun aux deux activités de l'UE, mais deux exemplaires distincts sont à fournir.

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 complet de l'UE : Modules-outils thématiques Q1	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : <b>Exploitation des outils informatiques spécifiques (1/2)</b>		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Quadrimestre 1	
	Nombre d'heures : 16h		

## ***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 de ce cours est axé sur l'usage d'outils pour :

- l'évaluation (quantification) du sportif
- la planification et le suivi des entraînements/compétitions
- l'échange et le partage de données/informations avec le sportif/le staff

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

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

- de comprendre les enjeux relatifs à la gestion des données sportives
- 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 communiquer, échanger, partager les données avec les outils adéquats
- comparer les fonctionnalités d'outils numériques d'une même catégorie
- de construire des applications disponibles sur smartphone, basées sur des feuilles de calcul

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 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 (1/2)	65 %		100 % ●						100 % ●	

Autres (à préciser) :




- L'examen écrit consiste à déposer un travail le 1er jour de la session en respectant les modalités exposées en classe. Le travail remis sera commun aux deux activités de l'UE, mais deux exemplaires distincts sont à fournir.

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

### REMARQUES ÉVENTUELLES

---

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 2 Intitulé complet de l'UE : Modules-outils thématiques Q1	 	
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : <b>Gestion - statuts et assurances</b>			
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)		Période : Quadrimestre 1
	Nombre d'heures : 9h			

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

Le préparateur physique ou l'entraîneur doit faire le choix d'un statut professionnel pour exercer son activité. Le cours guide l'étudiant dans ce choix et se concentre plus spécifiquement sur le statut de l'indépendant.

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

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

- choisir le statut d'indépendant ou de société lors d'un début d'activité
- citer les critères pour devenir indépendant
- citer les droits et obligations de l'indépendant
- estimer les cotisations sociales propres à sa situation
- énumérer les étapes de création d'une activité d'indépendant
- choisir les aides octroyées à l'indépendant dont il pourrait bénéficier
- choisir les assurances obligatoires et non obligatoires adaptées à son activité
- établir un plan financier.

Plus globalement, l'étudiant sera capable de démarrer une activité d'indépendant répondant à ses besoins, en ayant connaissance des contraintes et coûts liés à ce genre d'activités.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

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

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

Site du SPF Economie, PME, Classes moyennes et Energie.

<http://economie.fgov.be>

## ***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 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
Gestion : statuts et assurances	35 %		100 % •						100 % •	

Autres (à préciser) :

- L'examen écrit consiste à déposer un travail le 1er jour de la session en respectant les modalités exposées en classe. Le travail remis sera commun aux deux activités de l'UE, mais deux exemplaires distincts sont à fournir.

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

### REMARQUES ÉVENTUELLES

---

...

Unité d'Enseignement :	Acronyme / Numéro de l'UE : <b>UE 3</b> Intitulé complet de l'UE : <b>Suivi du sportif</b>	
Crédits : 12	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](#)
- [Réathlétisation, en ce compris les notions de prévention](#)
- [Séminaires d'application sur le terrain](#)

## ***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'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.
- 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 du sportif	◇					100 %			100 %	
Réathlétisation (en ce compris la prévention)	◇									
Séminaires d'application sur le terrain	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).

⇒ Vu le contexte sanitaire, le dispositif d'évaluation de l'UE est adapté dans le sens d'une épreuve écrite à distance (ne nécessitant pas de présentiel) : il s'agit d'une évaluation basée sur la réalisation d'un programme de prise en charge pour un sportif donné présentant un risque de pathologie donnée. A l'issue du temps déterminé, les étudiants doivent déposer leur programme via Moodle.

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 englobant » au sein de l'Unité, et invalidant la note obtenue dans le cadre des deux 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 3 Intitulé complet de l'UE : Suivi du sportif	 
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Traumatologie et pathologie du sportif, y compris la prévention</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***

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 du sportif	◇					100 %			100 %	

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).




Voir détails du dispositif d'évaluation, ci-dessus.

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

### REMARQUES ÉVENTUELLES

---

La diffusion des PowerPoint et des vidéos d'exercices (tant en traumatologie qu'en réathlétisation), ainsi que la visioconférence envisagée permettant une séance collective de questions/réponses sur les contenus abordés, permettront de mettre les étudiants dans les meilleurs conditions pour atteindre le degré de qualité attendu.

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 3 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'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.

## ***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 (en ce compris la prévention)	◇					100 %			100 %	

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).




Voir détails du dispositif d'évaluation, ci-dessus.

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

### REMARQUES ÉVENTUELLES

---

La diffusion des PowerPoint et des vidéos d'exercices (tant en traumatologie qu'en réathlétisation), ainsi que la visioconférence envisagée permettant une séance collective de questions/réponses sur les contenus abordés, permettront de mettre les étudiants dans les meilleurs conditions pour atteindre le degré de qualité attendu.

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 3 Intitulé complet de l'UE : Suivi du sportif	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Séminaires d'application sur le terrain</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***

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. Mise en pratique sur le terrain.

### ***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 deux autres activités d'apprentissage de l'UE)

### ***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 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 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'application sur le terrain	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 englobant » au sein de l'Unité, et invalidant la note obtenue dans le cadre des deux autres activités d'apprentissage.

Langue d'évaluation :  Français  Autre (sans objet)

***REMARQUES ÉVENTUELLES***

---

...

Unité d'Enseignement :	Acronyme / Numéro de l'UE : <b>UE 4</b> Intitulé complet de l'UE : <b>Modules-outils thématiques Q2</b>	
Crédits : 3	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 : Christophe Winkin (christophe.winkin@hech.be)		

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

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

- [Déontologie de la profession](#)
- [Droit du sport](#)
- [Exploitation des outils informatiques spécifiques \(2/2\)](#)

## ***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
Déontologie de la profession	32 %				100 %			100 %		
Droit du sport	36 %					100 %			100 %	
Exploitation des outils informatiques spécifiques (2/2)	32 %					100 % •			100 % •	

Autres (à préciser) :

- L'examen écrit consiste à déposer un travail le 1er jour de la session en respectant les modalités exposées 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.

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 4 Intitulé complet de l'UE : Modules-outils thématiques Q2	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Déontologie de la profession</b>			
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)		Période : Quadrimestre 2
	Nombre d'heures : 8h			

### ***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 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***

- Maîtriser la pratique réflexive sur et dans l'action professionnelle.
- Développer un sens critique vis-à-vis de l'ensemble de son intervention.
- 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.

### ***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
Déontologie de la profession	32 %				100 %			100 %		

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

---

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 4 Intitulé complet de l'UE : Modules-outils thématiques Q2	 	
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : <b>Droit du sport</b>			
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)		Période : Quadrimestre 2
	Nombre d'heures : 9h			

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

- Introduction
- Notions générales de droit et de droit du sport
- La Justice et le sport
- Le contrat de travail des sportifs et des entraîneurs
- La lutte contre le dopage

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

- 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 sportifs et des entraîneurs sous contrat de travail et les différences entre la loi du 03/07/1978 et la loi du 24/02/1978
- 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
- Savoir raisonner à partir de cas pratiques

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

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

### ***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 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 avec les étudiants) | <input type="checkbox"/> Autre (Présentation des aspects théoriques et résolution de cas pratiques) |

## 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	36 %					100 % *			100 % *	

Autres (à préciser) :

\* ~~Examen écrit : QCM et cas pratiques à résoudre.~~




- ⇒ Mise en place d'un travail en remplacement de l'épreuve écrite présentielle, en session : Le travail prendra la forme d'une analyse de cas pratiques. Les étudiants pourront utiliser tous les documents en leur possession pour résoudre ces cas.

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

### REMARQUES ÉVENTUELLES

---

La majorité de la matière prévue a été abordée avec les étudiants en présentiel. Pour les éléments abordés à distance, une mise à disposition a été envisagée de notes écrites et d'un PowerPoint détaillé, auxquels les étudiants peuvent se référer. À la demande, le professeur titulaire peut se tenir à la disposition des étudiants pour tenir une session de questions/réponses par vidéoconférence.

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 4 Intitulé complet de l'UE : Modules-outils thématiques Q2	 	
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : <b>Exploitation des outils informatiques spécifiques (2/2)</b>			
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)		Période : Quadrimestre 2
	Nombre d'heures : 8h			

## ***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 de ce cours est axé sur l'usage d'outils pour :

- analyser le mouvement
- recueillir des données en contexte de compétition (scouting) et les exploiter

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

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

- de procéder à de l'analyse vidéo pour donner un feedback, suivre l'évolution sur une base qualitative (jeunes) ...
- de comprendre les aspects techniques liés au scouting.
- de planifier, effectuer un scouting en vue d'un traitement numérique des données récoltées.

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

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

## ***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 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 (2/2)	32 %					100 % ●			100 % ●	

Autres (à préciser) :

- L'examen écrit consiste à déposer un travail le 1er jour de la session en respectant les modalités exposées en classe.

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

### REMARQUES ÉVENTUELLES

---

...

Unité d'Enseignement :	Acronyme / Numéro de l'UE : <b>UE 5</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)-réfèrent(e) de l'UE, responsable du regroupement des cotes : Véronique Brisy (v.brisy@helmo.be)		

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

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

- [Condition physique – Entraînement et renforcement musculaire](#)
- [Hygiène alimentaire du sportif](#)
- [Planification de l'entraînement / Surentraînement](#)
- [Spécificité des sports collectifs / sports individuels](#)
- [Séminaires d'application sur le terrain](#)

## ***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 tout en y intégrant la dimension d'hygiène alimentaire.



## 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
Condition physique	◇				20 %	80 %	Report	80 %		
Hygiène alimentaire du sportif	◇									
Planification de l'entraînement	◇									
Spécificités des sports collectifs et individuels	◇									
Séminaire d'application sur le terrain	◇									

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 formateurs, sur :

- ~~L'évaluation du **travail annuel** (= 30 % de la note finale de l'UE) : elle se compose de 2 volets à savoir pour 50 % les rapports des séminaires-ateliers d'application y compris l'implication sur le terrain (présence obligatoire) 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 du **travail annuel** (= 20% de la note finale de l'UE) : elle se compose de différents volets à savoir pour 10% les rapports des séminaires, 50% la participation-implication journalière, le savoir-être, le suivi des travaux dans l'AA planification d'entraînement et condition physique, 20% la participation-implication journalière, le savoir-être dans l'AA spécificités des sports collectifs et 20% la participation-implication journalière, le savoir-être dans l'AA spécificités des sports individuels.

- ~~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 %.~~

L'évaluation à l'**examen** (= 80 % de la note finale de l'UE) : l'examen porte sur une production écrite (sport collectif - sport individuel) pour 25 % (dépôt sous format informatique via la plateforme Moodle et envoi par mail aux enseignants et sa défense orale à distance via l'outil TEAMS 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.~~  
Au niveau de l'évaluation de l'examen : 80 % de la cote finale de l'UE, mêmes modalités (à distance) et 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

Au niveau des informations de planification relatives à la session de juin :

- ⇒ Dépôt des travaux sous format informatique sur la plateforme Moodle dans un espace spécialement créé à cette fin ET envoi du travail par mail aux 4 enseignants de l'UE.  
Travail au format Word – Présentation Powerpoint de l'oral : pour le lundi 18 mai à 12h.
- ⇒ Examen oral individuel à distance via l'outil TEAMS ; ciblés les mardis 26 mai, 2 juin et 9 juin 2020, de 8h à 13h.

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 5 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 : 45h		

## ***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	◇				20 %	80 %		Report	80 %	

Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative de l'ensemble des composantes d'AA reprises dans l'UE5 ; 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 5	 
		Intitulé complet de l'UE : Préparation physique	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Hygiène alimentaire du sportif</b>		Période :
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Annuel (Q1 + Q2)	
Nombre d'heures : 15h			

## ***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***

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
- La prévention et la récupération grâce à une alimentation et une hydratation adaptées
- L'utilisation des compléments alimentaires (protéines, vitamines, sels minéraux et autres substances ergogènes)

## ***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 du sportif	◇				20 %	80 %		Report	80 %	

Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative de l'ensemble des composantes d'AA reprises dans l'UE5 ; 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 5 Intitulé complet de l'UE : Préparation physique	 
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Planification de l'entraînement / Sureentraînement</b>		
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Période : Annuel (Q1 + Q2)	
	Nombre d'heures : 20h		

## ***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 points 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 de l'entraînement	◇				20 %	80 %		Report	80 %	

Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative de l'ensemble des composantes d'AA reprises dans l'UE5 ; 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 5 Intitulé complet de l'UE : Préparation physique	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Spécificité des sports collectifs / sports individuels</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	◇				20 %	80 %		Report	80 %	

Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative de l'ensemble des composantes d'AA reprises dans l'UE5 ; 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 5 Intitulé complet de l'UE : Préparation physique	 	
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Séminaires d'application sur le terrain</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 d'application avec un public cible de club, fédération sur base d'observations ou d'actions mais également entre paires 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'UE5.

### ***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, vivre, faire vivre, analyser et réguler des séances de préparations physiques à thèmes.

### ***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 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
Séminaires d'application sur le terrain	◇				20 %	80 %		Report	80 %	

Autres (à préciser) :

◇ Évaluation intégrative de l'ensemble des composantes d'AA reprises dans l'UE5 ; 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 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.

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 d'application est également obligatoire. La non-participation sera sanctionnée par un 0/20 pour l'atelier concerné.

Unité d'Enseignement :	Acronyme / Numéro de l'UE : <b>UE 6</b> Intitulé complet de l'UE : <b>Pratique professionnelle</b>	
Crédits : 16	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)-réfèrent(e) de l'UE, responsable du regroupement des cotes : Sophie Culot (sophie.culot@hech.be) et Cédric Brennenraedts (cedric.brennenraedt@hepl.be)		

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

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

- [Stages d'immersion en milieux sportifs](#)
- [Travail d'intégration professionnelle](#) (TFE)
- [Psychologie et méthodologie](#) (psychologie du sport, préparation mentale, besoins spécifiques, préférence motrice, etc.)
- [Séminaires de recherche](#)
- [Anglais de soutien](#)

## ***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.
- 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 :

- 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.
- 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).

## 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
Stages d'immersion en milieux sportifs	35 %				100 %			100 %		
Travail d'intégration professionnelle	35 %					100 %			100 %	
Psychologie et méthodologie	20 %				60 %		40 %	60 %		40 %
Séminaires de recherche	10 %				50 % *	50 % *		Report	50 % *	
Anglais de soutien	Formatif									

Autres (à préciser) :

\* Le travail annuel (non-améliorable entre les deux sessions d'examens) est axé sur les présences et la participation active au dispositif de formation, ainsi que sur la qualité des recherches encadrées et les présentations orales qui y sont consacrées. L'épreuve écrite, quant à elle, consiste en un rapport à rendre selon les consignes diffusées.

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 pour chaque activité d'apprentissage

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 6	 
		Intitulé complet de l'UE : Pratique professionnelle	
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : Stages d'immersion en milieux sportifs		Période :
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Annuel (Q1 + Q2)
Nombre d'heures : 60h			

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

Deux types de stage doivent être réalisés :

- Le(s) stage(s) « d'observation active » : 40h 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 » : 20h 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 (...)

## ***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'immersion en milieux sportifs	35 %				100 %			100 %		

Autres (à préciser) :

⇒ Au regard des circonstances sanitaires et de l'impossibilité pour la majorité des étudiants d'avoir réalisé l'ensemble de leurs stages, seront conservés pour fixer la validation de ce dispositif de terrain :

- L'évaluation du Maître de stage pour l'observation active ;
- L'évaluation du superviseur pour le stage d'observation active ;
- Le rapport relatif à cette observation active ;
- En outre, les étudiants qui ont fait leur stage projet peuvent inclure l'évaluation du superviseur si cela leur est favorable

Il est à noter que les stages seront effectivement évalués sur les heures prestées avant le confinement et les rapports induits par ces prestations, à condition que, au minimum, la moitié des heures prévues aient été prestées. Dans le cas contraire, un travail compensatoire sera demandé aux étudiants concernés.




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 6 Intitulé complet de l'UE : Pratique professionnelle	 
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Travail d'intégration professionnelle (TFE)</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 (consignes dans le Guide de l'étudiant)

## ***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 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 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
Travail d'intégration professionnelle (TFE)	35 %					100 %			100 %	

Autres (à préciser) :




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 35 % de la note finale de l'UE. Le travail de fin d'études est améliorable entre les deux sessions.

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

### REMARQUES ÉVENTUELLES

---

...

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 6 Intitulé complet de l'UE : Pratique professionnelle	 
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : <b>Psychologie et méthodologie (psychologie du sport, préparation mentale, besoins spécifiques, préférence motrice, etc.)</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***

- Introduction : démarche + déterminants de la performance => identifier les divers champs d'intervention en psychologie du sport.
- Les différentes conceptions méthodologiques de l'entraînement.
- Préparation mentale :
  - o Flow & état psychologique optimal
  - o Gestion des émotions (Relaxation, respiration, pleine conscience)
  - o Gestion de l'attention
  - o Imagerie mentale
- Exploiter les modèles de la performance sportive pour circonscrire les facteurs psychologiques de celle-ci.
- Dimension socio-affective : gestion émotionnelle / relationnelle => soi/groupe.

Pour chaque thème : proposition d'outils, de démarches à vivre et expérimenter. Chaque étudiant sera invité à suivre un programme d'entraînement mental.

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

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

### INTENTIONS :

- ⇒ S'approprier les contenus, notions et concepts liés à l'accompagnement psychologique du sportif (préparation mentale et intervention psychologique).

## ***SUPPORTS DIDACTIQUES OBLIGATOIRES***

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

## ***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.
- Gardner, F. & Moore, Z. (2006). Clinical sport psychology. Human Kinetics.
- Gerard, F. (2012). Champion, mode d'emploi. Paris : Amphora.
- Le Deuff, H. (2016). Entraînement mental et coaching du sportif. Paris : Amphora.
- 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.

- Mette, A. (2017), Préparation mentale du sportif – Méditer, se concentrer, gagner. Paris : Vigot
- Murphy, S. (2005). The sport psych handbook. Human Kinetics.
- Orlick, T. (2014). En quête d'excellence – Gagner dans le sport et dans la vie grâce à l'entraînement mental. Paris : Amphora.
- Paquet, Y. (2007). 150 petites expériences de psychologie du sport pour mieux comprendre les champions... et les autres. Paris : Dunod
- Ripool, H. (2008). Le mental des champions. Comprendre la réussite sportive. Payot.
- Taylor, J. & Wilson, G. (2005). Applying sport psychology. Human Kinetics.
- Target, Ch. (2016). La bible de la préparation mentale. Paris : Amphora.
- 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 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 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
Psychologie et méthodologie	20 %				60 %		40 %	60 %		40 %

Autres (à préciser) :

- ~~Tenue d'un carnet de bord tout au long de l'année avec présentation des exercices réalisés au cours, observés durant les séminaires, expérimentés sur le terrain de stage. Ce carnet de bord sera présenté oralement aux trois formateurs en fin d'année.~~




Suite au cotexte sanitaire, le dispositif d'évaluation a été aménagé et ventilé de la sorte :

- ⇒ Un travail est à déposer sur Moodle (espace dans l'UE6 créé à cet effet) pour le mardi 02 juin 2020 (= 60 %) ;
- ⇒ Une présentation et des échanges sur le projet (épreuve orale en ligne) de 15 minutes par étudiant au courant du mois de juin, selon le calendrier des examens en PPE (= 40 %).

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

### ***REMARQUES ÉVENTUELLES***

Les classes virtuelles organisées les mercredis, ainsi que l'aide proposée aux étudiants pour réaliser l'écrit demandé (échanges mails + supervision en individuel, selon les demandes) permettront de mettre ces derniers dans les meilleurs conditions pour atteindre le degré de qualité attendu.

	Unité d'Enseignement :	Acronyme / numéro de l'UE : UE 6	 
		Intitulé complet de l'UE : Pratique professionnelle	
	Intitulé de l'activité d'apprentissage : Séminaires de recherche		Période :
	Langue d'enseignement : <input checked="" type="checkbox"/> Français <input type="checkbox"/> Autre (...)	Annuel (Q1 + Q2)	
Nombre d'heures : 10h			

## ***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 de recherche	10 %				50 % *	50 % *		Report	50 % *	

Autres (à préciser) :

\* Le travail annuel (non-améliorable entre les deux sessions d'examens) est axé sur les présences et la participation active au dispositif de formation, ainsi que sur la qualité des recherches encadrées et les présentations orales qui y sont consacrées. L'épreuve écrite, quant à elle, consiste en un rapport à rendre selon les consignes diffusées.




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 6		 	
		Intitulé complet de l'UE : Pratique professionnelle			
	<b>Intitulé de l'activité d'apprentissage : Anglais de soutien</b>				
	Langue d'enseignement :	<input checked="" type="checkbox"/> Français	Période :		
	<input checked="" type="checkbox"/> Autre (Anglais)	Annuel (Q1 + Q2)			
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.

En langue anglaise, l'objectif envisagé est que l'étudiant puisse atteindre, avec ou sans l'aide de cette activité de soutien, le niveau A2 du Cadre européen commun de référence pour les langues et puisse être 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 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
Anglais de soutien	Formatif									

Autres (à préciser) :

...

Langue d'évaluation :  Français  Autre (sans objet)

## REMARQUES ÉVENTUELLES

---

Le cours d'Anglais de soutien est une activité optionnelle. La présence y est encouragée, mais pas obligatoire. Ce dispositif sera adapté aux niveaux et aux besoins des étudiants ; il sera orienté au gré de leurs questions et/ou des attentes exprimées dans les autres champs de la formation de spécialisation.