

# Bachelier en ergothérapie

<b>HELHa Campus Montignies</b> 136 Rue Trieu Kaisin 6061 MONTIGNIES-SUR-SAMBRE		
Tél : +32 (0) 71 15 98 00	Fax :	Mail : sante-montignies-ergo@helha.be

## 1. Identification de l'Unité d'Enseignement

DEVELOPPEMENT DES HABILITES MOTRICES 1 (motricité générale et aquatique)			
Code	PAEG1B84ERG	Caractère	Obligatoire
Bloc	1B	Quadrimestre(s)	Q1Q2
Crédits ECTS	3 C	Volume horaire	40 h
Coordonnées des responsables et des intervenants dans l'UE	<b>Benjamin LETROYE</b> (benjamin.letroye@helha.be) Frédéric DUMONT (frederic.dumont@helha.be)		
Coefficient de pondération		30	
Cycle et niveau du Cadre Francophone de Certification		bachelier / niveau 6 du CFC	
Langue d'enseignement et d'évaluation		Français	

## 2. Présentation

### Introduction

Cette unité invite à entretenir un juste rapport à son corps et interpréter les signes physiologiques au cours de l'effort. A se mouvoir avec aisance et facilité en milieu aquatique. A garantir et préserver la sécurité des patients en milieu aquatique.

L'ensemble contribue ainsi à aider l'étudiant à se construire progressivement une identité professionnelle liée à la santé en général.

### Contribution au profil d'enseignement (cf. référentiel de compétences)

Cette Unité d'Enseignement contribue au développement des compétences et capacités suivantes :

- Compétence 1 **S'impliquer dans sa formation et dans la construction de son identité professionnelle**
  - 1.5 Adopter un comportement responsable et citoyen
  - 1.6 Exercer son raisonnement scientifique
- Compétence 5 **Assurer une communication professionnelle**
  - 5.4 Informer, conseiller et/ou éduquer la personne bénéficiaire et/ou son entourage social pour améliorer son activité et sa participation

### Acquis d'apprentissage visés

L'étudiant doit être capable d'exécuter des gestes coordonnés avec précision et les étirements appropriés à chaque groupe musculaire, d'interpréter les signes physiologiques liés à l'effort et d'atteindre un niveau d'aptitude physique nécessaire à la future pratique professionnelle.

« Je fais, je ressens, j'améliore ma condition physique, essentielle pour mon futur métier »

Au terme de la formation, l'étudiant sera capable:

- De développer des compétences diverses (motrices, communicationnelles ou physiologiques) qui influencent et favorisent la performance dans la réalisation de l'activité (Compétence 1.5)
- De développer une démarche réflexive liée aux situations occupationnelles et aux activités (Compétence 1.6)
- De mettre en place des interventions incluant la promotion de la santé et la prévention (Compétence 5.4) par :
  - o Le conseil et l'information des relations entre occupation – environnement – santé.
  - o Le développement des compétences motrices et communicationnelles.

À travers la pratique des diverses activités motrices, les étudiants vont (compétences 1.5, 1.6, 5.4) :

1. d'identifier, d'expliquer et de réaliser les habiletés motrices, gestuelles et de la communication qui sous-tendent le développement occupationnel individuel,
2. d'utiliser des outils de conditionnement physique, d'exécuter les étirements appropriés à chaque groupe musculaire, d'interpréter les signes physiologiques liés à l'effort et d'atteindre un niveau d'aptitude physique nécessaire à la future pratique professionnelle.
3. D'assurer sa survie et la sécurité des patients en milieu aquatique (prévenir les accidents et les incidents).
4. D'apprendre un geste sportif spécifique à la propulsion en milieu aquatique (Initiation à trois des quatre techniques de nage codifiées).
5. Se déplacer avec aisance et efficacité dans l'espace aquatique.
6. De se sauver soi-même dans des situations aquatiques variées.

### **Liens avec d'autres UE**

Prérequis pour cette UE : aucun

Corequis pour cette UE : aucun

## **3. Description des activités d'apprentissage**

Cette unité d'enseignement comprend l(es) activité(s) d'apprentissage suivante(s) :

PAEG1B84ERGA Développement des habiletés motrices 1 (motricité générale et aquatique) 40 h / 3 C

### **Contenu**

FONDEMENTS DE L'EDUCATION PHYSIQUE:

Endurance: Travail continu, interval-training, technique de course.

Souplesse: étirements passifs et étirements actifs. Démonstration d'étirement des principaux groupes musculaires.

Coordination: Travail de la coordination dynamique globale (association pure, dissociation pure et association et dissociation combinée). Travail de rythme, échelle, corde à sauter, technique de course.

Musculation: exercices de renforcements musculaires globaux.

Défi santé: carnet de bord des activités physiques

Natation: activité aquatique

### **Démarches d'apprentissage**

Les activités d'apprentissage sont exclusivement pratiques avec des informations théoriques communiquées oralement.

### **Dispositifs d'aide à la réussite**

Des groupes de niveau seront formés pour permettre à chacun de progresser selon ses capacités initiales. Des documents d'entraînement seront aussi déposés sur la plateforme ConnectED.

### **Sources et références**

Juras Sabine et Baicry Jérôme "Le gainage pour tous". Edition C. Geoffroy, 2007

Benoist Ch. "Stretching pour le sportif". Editions Amphora Novembre 2002

Girod Antoni "Sport communication et pédagogie - La PNL pour un coaching efficace"- Editions Amphora Octobre 2005

De Gasquet B. "Abdominaux - Arrêtez le massacre"- Robert Jauze 2005

Delavier F. "Guide des mouvements de musculation (Approche anatomique)". Editions Vigot 2009

Buchbauer J. et Steininger K. "Techniques de renforcement musculaire en rééducation". Editions Maloine 2003

Waymel T. - Choque J. "Etirement et renforcement musculaire". Editions Amphora, Mars 2005

Kuypers E. et Pinna A. Initiation au Jogging et renforcement musculaire. CUFOCEP Juin 2006

Billat V. "Entraînement pratique et scientifique à la course à pieds". Edition de Boeck - 2015

Sordello J. "La bible du Running" Edition Amphora. - 2015

### **Supports en ligne**

Les supports en ligne et indispensables pour acquérir les compétences requises sont :

Les supports de cours sont disponibles via la plate-forme ConnectED.

## **4. Modalités d'évaluation**

## Principe

Les tests pratiques portent sur :

- 1) Une course à pied d'endurance fondamentale (Q1, 10%)
- 2) Une course à pied publique\* chronométrée (ou un test équivalent de remplacement)- (Q2, 40%)
- 3) Exercices musculaire et coordination (corde à sauter) - (Q2, 10%)
- 4) Défi santé - (Q2, 10%)
- 5) Natation - (Q2, 30%)

L'évaluation du Q1 est rattrapable au Q2 (lors du dernier cours du Q2).

Il n'y a pas de report de note partielle d'une session à l'autre. L'étudiant en échec dans une partie d'épreuve représente toutes les épreuves à la session suivante.

Les tests seront expliqués oralement lors des cours pratiques et disponibles sur ConnectED.

Lorsqu'un étudiant aura atteint un quota de 20% d'absences injustifiées, il se verra attribuer automatiquement la note de PP lors de la session de juin et celle de septembre.

L'étudiant qui n'a pas présenté toutes les parties de l'évaluation sera coté PP (Pas Présenté) ou PR (cote de présence).

L'étudiant en échec à la fin du Q2 devra présenter un examen pratique en Q3 composé d'une épreuve de course à pied (50%), d'activité aquatique (30%), de renforcement musculaire, de coordination (10%) et du défi santé (10%).

L'étudiant en fraude dans l'une des épreuves ou l'un des défis obtiendra la note finale de FR.

\* Toutes réclamations concernant le chronométrage de la course à pied publique doivent être effectuées dans les 3 jours ouvrables suivant la compétition. Passé ce délai, aucune contestation ne sera prise en compte.

## Pondérations

	Q1		Q2		Q3	
	Modalités	%	Modalités	%	Modalités	%
production journalière	Evc	10	Evc	90		
Période d'évaluation					Exp	100

Evc = Évaluation continue, Exp = Examen pratique

## Dispositions complémentaires

Il est à noter que la note de l'UE (Unité d'Enseignement) est cotée sur 20 et est arrondie à la ½ unité près.

Référence au RGE

En cas de force majeure, une modification éventuelle en cours d'année peut être faite en accord avec le Directeur de département, et notifiée par écrit aux étudiants. (article 67 du règlement général des études 2022-2023).