

Bachelier en kinésithérapie

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

1. Identification de l'Unité d'Enseignement

EDUCATION PHYSIQUE ET MOTRICITE GENERALE 1 - FONDEMENTS			
Code	PAKN1B62KIN	Caractère	Obligatoire
Bloc	1B	Quadrimestre(s)	Q1Q2
Crédits ECTS	2 C	Volume horaire	36 h
Coordonnées des responsables et des intervenants dans l'UE	Benjamin LETROYE (benjamin.letroye@helha.be)		
Coefficient de pondération		20	
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 d'enseignement permet une première approche réflexive de la santé. Elle invite également à entretenir un juste rapport à son corps et interpréter les signes physiologiques au cours de l'effort. L'ensemble contribue ainsi à aider l'étudiant à se construire progressivement une identité professionnelle liée à la santé en général.

Education physique: M. Buelens, N. Declercq, N. Draye, B. Letroye, M. Scohier

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**

- 1.1 Participer activement à l'actualisation de ses connaissances et de ses acquis professionnels
- 1.3 Développer ses aptitudes d'analyse, de curiosité intellectuelle et de responsabilité
- 1.6 Exercer son raisonnement scientifique

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 »

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) :

PAKN1B62KINA Education physique et motricité générale 1 - Fondements 36 h / 2 C

Contenu

FONDEMENTS DE L'EDUCATION PHYSIQUE:

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

Souplesse: étirements passifs, étirements actifs, proprioception et relaxation. Démonstration d'étirement des

principaux groupes musculaires.

Force: Développement de la force générale. Explication et démonstration de renforcement de 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.

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 publique* (ou un test équivalent de remplacement)

2) Une série d'épreuves (défis) à réaliser tout au long de l'année. Chaque défi permet d'accumuler des points au fur et à mesure de l'année. Les tests seront expliqués lors des cours pratiques. Pour cette partie, l'étudiant devra s'inscrire sur la plate forme numérique "Strava".

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 course chronométrée de 5 km (80%), d'exercices de renforcement (10%) et d'exercices de coordination avec corde à sauter (10%).

L'évaluation continue du Q1 est non rattrapable au Q2

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	20	Evc	80		

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.

Si l'étudiant(e) présente un certificat médical, fait une cote de présence, ne vient pas à l'examen ou encore réalise une fraude à au moins une partie des activités d'apprentissage de l'UE, ceci a pour conséquence les mentions respectives « CM », « PR », « PP » ou « FR » à la note de l'UE et donc la non validation de l'UE. En cas de certificat médical ou de force majeure validé par la Direction, l'étudiant peut, dans la mesure des possibilités d'organisation, représenter une épreuve similaire au cours de la même session (cette disposition n'étant valable que pour les examens oraux ou de pratique).

D'une session à l'autre au cours de la même année académique ou d'une année académique à l'autre, seules les UE non validées ou présentant un « CM », « PR », « PP » ou « FR » doivent être représentées.

Les UE obtenant une note supérieure ou égale à 10/20 sont automatiquement validées. Les UE non validées par les jury d'UE seront soumises à l'avis du jury plénier sur base de l'article 133 du Vade Mecum du 9 juillet 2015 du Décret du 7 novembre 2013 définissant le paysage de l'Enseignement Supérieur et l'organisation académique des études qui garantit la souveraineté du jury quant aux décisions qu'il prend. Sur base des résultats obtenus par l'étudiant dans l'ensemble de son programme annuel, le jury plénier se prononcera sur la validation ou non validation finale de l'UE en précisant le ou les motif(s) de sa décision.

Les différents intervenants dans l'ensemble des parties de cette activité d'apprentissage sont :
M. Buelens, N. Declercq, N. Draye, B. Letroye, M. Scohier

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 2021-2022).