

# Bachelier en kinésithérapie

<b>HELHa Campus Montignies</b> 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 2			
Code	PAKN2B97KIN	Caractère	Obligatoire
Bloc	2B	Quadrimestre(s)	Q2
Crédits ECTS	1 C	Volume horaire	15 h
Coordonnées des responsables et des intervenants dans l'UE	<b>Nicolas DE CLERCQ</b> (nicolas.de.clercq@helha.be)		
Coefficient de pondération		10	
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 à entretenir un juste rapport à son corps et interpréter les signes physiologiques au cours de la pratique sportive et de l'effort.

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

L'étudiant prendra progressivement la main, il détectera des déficits « basiques » clairs (de souplesse, de force et de coordination) et proposera des techniques enseignées afin d'y remédier. Il présentera le début d'une "prise en charge" en soumettant des exercices ciblés, expliqués et démontrés.

L'éventail des exercices de coordination, de renforcement musculaire et de souplesse proposé sera au service de la thérapeutique et du mieux être du patient.

Intervenants: N. Declercq, M. Scohier, B. Letroye.

### 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, des étirements et du renforcement musculaire appropriés à chaque groupe musculaire.

Celui-ci sera apte à faire les activités proposés (Coordination motrice globale, stretching et renforcement musculaire), les comprendre jusqu'à les démontrer de manière explicite. Il devra également transférer ses connaissances (anatomique, d'analyse du mouvement, de biomécanique,...) et pouvoir se l'appliquer personnellement mais également pouvoir l'appliquer à autrui.

L'étudiant devra atteindre un niveau d'endurance musculaire, de souplesse et de coordination suffisant

afin de réaliser avec une certaine aisance physique ses stages et ses activités professionnelles.

### **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) :

PAKN2B97KINA Education physique et motricité générale 2

15 h / 1 C

### **Contenu**

Cette unité d'apprentissage travaillera trois piliers de la motricité générale, à savoir:

1. La coordination: capacité à réaliser des mouvements compliqués, combinés. Travail de la coordination dynamique globale (association pure, dissociation pure et association et dissociation combinée) avec et sans outils (ballons, corde à sauter, cerceaux,.... ).
2. La force: capacité de mettre en mouvement, d'opposer, de s'opposer. Travail de renforcement de groupes musculaires précis. Explication et démonstration de mouvements de renforcement.
3. La souplesse: Capacité à réaliser des mouvements de grande amplitude. Apprentissage des différentes techniques de stretching et étirement de groupes musculaires précis. Explication et démonstration d'étirement des principaux groupes musculaires

### **Démarches d'apprentissage**

Les activités d'apprentissage sont exclusivement pratiques avec des informations théoriques communiquées oralement et/ou disponibles sur la plateforme ConnectED.

### **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 postés sur la plateforme ConnectED

### **Sources et références**

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

Delavier F. et Gundill M."La méthode Delavier de musculation". Editions Vigot 2010

### **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 (exercices d'évaluation) seront expliqués oralement lors des cours pratiques.

L'évaluation orale appréciera si les compétences sont acquises ou non. L'étudiant fait, comprend, démontre et explique une praxie motrice soit de renforcement musculaire, soit de force, soit de souplesse.

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).

### **Pondérations**

	Q1		Q2		Q3	
	Modalités	%	Modalités	%	Modalités	%
production journalière						
Période d'évaluation			Exo	100	Exo	100

Exo = Examen oral

### **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 de l'activité d'apprentissage de l'UE, ceci a pour conséquence les mentions respectives « CM », « PR », « PP » ou « FR » à la cote de l'AA et à la note de l'UE et donc la non validation de l'UE. En cas 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 formes d'évaluation et les dispositions complémentaires particulières de l'activité d'apprentissage sont reprises dans la fiche ECTS de l'AA.

#### 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).