

# 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 : paramed.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>Nicolas DRAYE</b> (nicolas.draye@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.

L'ensemble des intervenants dans les différentes AA sont:

Développement des habilités motrices: N. Declercq, N. Draye, 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**

- 1.5 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

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

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 habilités motrices 1 (motricité générale et aquatique) 40 h / 3 C

Les descriptions détaillées des différentes activités d'apprentissage sont reprises dans les fiches descriptives jointes.

## **4. Modalités d'évaluation**

Les 30 points attribués dans cette UE sont répartis entre les différentes activités de la manière suivante :

PAEG1B84ERGA Développement des habilités motrices 1 (motricité générale et aquatique) 30

Les formes d'évaluation et les dispositions complémentaires particulières des différentes activités d'apprentissage sont reprises dans les fiches descriptives jointes.

### **Dispositions complémentaires relatives à l'UE**

Il est à noter que la note de l'UE (Unité d'Enseignement) est cotée sur 20 et est arrondie à la  $\frac{1}{2}$  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 2020-2021).

Ces modes d'évaluation pourront être modifiés durant l'année académique étant donné les éventuels changements de code couleur qui s'imposeraient de manière locale et/ou nationale, chaque implantation devant suivre le code couleur en vigueur en fonction de son code postal (cfr. le protocole année académique 2020-2021 énoncé dans la circulaire 7730 du 7 septembre 2020 de la Fédération Wallonie Bruxelles).

# Bachelier en ergothérapie

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

## 1. Identification de l'activité d'apprentissage

Développement des habilités motrices 1 (motricité générale et aquatique)			
Code	16_PAEG1B84ERGA	Caractère	Obligatoire
Bloc	1B	Quadrimestre(s)	Q1Q2
Crédits ECTS	3 C	Volume horaire	40 h
Coordonnées du <b>Titulaire</b> de l'activité et des intervenants	<b>Nicolas DRAYE</b> (nicolas.draye@helha.be)		
Coefficient de pondération	30		
Langue d'enseignement et d'évaluation	Français		

## 2. Présentation

### Introduction

Les activités enseignées travailleront cinq piliers de l'aptitude motrice: l'endurance, la force, la souplesse, la coordination et la natation.

Ces aptitudes seront exercées afin de maintenir et développer un juste rapport à son corps nécessaire à la pratique professionnelle. Les séquences d'enseignement ont comme but de faire progresser les potentialités physiologiques de l'apprenant et sa capacité de fournir des efforts physiques.

À travers le cours d'éducation physique, l'étudiant devra réaliser un "Défi santé".

### Objectifs / Acquis d'apprentissage

À travers la pratique des diverses activités motrices proposées, l'étudiant va (Compétences 1.5, 1.6, 5.4.):  
 Enrichir son bagage moteur.

Affiner la connaissance de son schéma corporel.

Augmenter son capital santé par l'amélioration de ses capacités physiques.

Prendre conscience du caractère « transversal » de ces capacités susceptibles d'être mobilisées dans l'ensemble de sa pratique professionnelle.

Prendre conscience du caractère « évolutif » de ces capacités qui se développent avec le temps et de différentes manières au contact d'un environnement, de contenus, de situations, d'autres capacités.

Transformer des comportements moteurs et modifier des habitudes de vie plus en accord avec la santé de l'individu.

Améliorer son adaptation à l'environnement aquatique.

Optimiser la protection de son intégrité physique.

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

Évaluer sa condition physique et mettre en place son programme d'entraînement permettant de pallier à ses faiblesses

Interpréter des signes physiologiques liés à l'effort.

Se mouvoir rapidement dans le milieu aquatique.

Réaliser des étirements appropriés à chaque groupe musculaire.

Exécuter des gestes coordonnés avec précision.

Comprendre les fondamentaux du renforcement musculaire.

D'expliquer et de démontrer des exercices de renforcements musculaires précis.

Atteindre un niveau d'endurance cardio-vasculaire, d'endurance musculaire, de souplesse, de coordination, de nage suffisant afin de réaliser avec une certaine aisance physique ses stages et ses activités professionnelles.

**Être sensibilisé aux bienfaits de l'activité physique et sportive dans un but d'information et de promotion auprès des patients.**

### 3. Description des activités d'apprentissage

#### Contenu

Activité d'apprentissage basée sur:

**L'endurance cardio-pulmonaire.**

**La coordination :** travail de la coordination dynamique globale (association pure, dissociation pure et association et dissociation combinée) avec et sans ballon.

**La force :** renforcement de groupes musculaires précis. Explication et démonstration de renforcement de groupes musculaires.

**La souplesse :** Apprentissage des différentes techniques de stretching et étirement de groupes musculaires précis. Démonstration d'étirement des principaux groupes musculaires.

**La natation :** survie aquatique et techniques de nage.

**La création d'un programme d'activité physique individualisé** (défi santé), celui-ci est créé par et pour l'étudiant. Il est basé sur batterie de tests physiques lors du premier cours.

#### Démarches d'apprentissage

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

#### Dispositifs d'aide à la réussite

Lors du premier cours, l'étudiant réalise une batterie de tests afin de lui permettre de juger son état de santé physique. 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.

#### Ouvrages de référence

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

Carlier, G., Crum, B., Dendoncker, P., Rutten, H. Défi-santé en éducation physique : cahier de l'élève. De Boeck Wesmael - 1996.

#### Supports

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

### 4. Modalités d'évaluation

#### Principe

Les tests pratiques portent sur :

- une course à pied publique\* (ou un test équivalent de remplacement)
- une série d'épreuves (défis) à réaliser tout au long de l'année sera proposée, 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".
- une épreuve de natation
- le cahier de l'élève (Défi Santé) sera également évalué et donnera des points de bonus ou de malus, en fonction des critères exposés aux cours.

Les tests seront expliqués oralement lors des cours pratiques et les détails sont 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'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	50	Evc	50		
Période d'évaluation					Exp	100

Evc = Évaluation continue, Exp = Examen pratique

La pondération de cette activité d'apprentissage au sein de l'UE dont elle fait partie vaut 30

### **Dispositions complémentaires**

L'activité d'apprentissage (AA) est cotée sur 20 et au 1/10ème près.

La cote de l'AA est obtenue sur base de l'application d'une moyenne arithmétique des cotes des différentes parties de l'activité d'apprentissage de chacune de celles-ci (voir évaluation pour les points bonus-malus du "défi santé")

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, 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).

Intervenants :

Draye Nicolas, De Clercq Nicolas, Letroye Benjamin.

### 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 2020-2021).

Ces modes d'évaluation pourront être modifiés durant l'année académique étant donné les éventuels changements de code couleur qui s'imposeraient de manière locale et/ou nationale, chaque implantation devant suivre le code couleur en vigueur en fonction de son code postal (cfr. le protocole année académique 2020-2021 énoncé dans la circulaire 7730 du 7 septembre 2020 de la Fédération Wallonie Bruxelles).