

Bachelier en ergothérapie

HELHa Campus Montignies 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 e			
Ancien Code	PAEG1B84ERG	Caractère	Obligatoire
Nouveau Code	CAER1840		
Bloc	1B	Quadrimestre(s)	Q1Q2
Crédits ECTS	3 C	Volume horaire	40 h
Coordonnées des responsables et des intervenants dans l'UE	Benjamin LETROYE (letroyeb@helha.be) Frédéric DUMONT (dumontf@helha.be) Tom CALLENS (callenst@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 pratiquer une activité physique qui permette d'entretenir un juste rapport à son corps et à 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

- 1.4 Construire son projet professionnel
- 1.5 Adopter un comportement responsable et citoyen

Compétence 6 Pratiquer les activités spécifiques à son domaine professionnel

- 6.3 Mettre la personne bénéficiaire en situation écologique pour améliorer son activité et sa participation
- 6.4 Pratiquer l'entraînement des capacités fonctionnelles et/ou maintenir les capacités résiduelles de la personne bénéficiaire

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 e 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 sous différentes formes et modalités d'entraînement.

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, S., & Baicry, J. (2007). Le gainage pour tous. C. Geoffroy.
- Benoist, C. (2002, novembre). Stretching pour le sportif. Amphora.
- Girod, A. (2005, octobre). Sport communication et pédagogie – La PNL pour un coaching efficace. Amphora.
- De Gasquet, B. (2005). Abdominaux – Arrêtez le massacre. Robert Jauze.
- Delavier, F. (2009). Guide des mouvements de musculation (Approche anatomique). Vigot.
- Buchbauer, J., & Steininger, K. (2003). Techniques de renforcement musculaire en rééducation. Maloine.
- Waymel, T., & Choque, J. (2005, mars). Étirement et renforcement musculaire. Amphora.
- Kuypers, E., & Pinna, A. (2006, juin). Initiation au jogging et renforcement musculaire. CUFOCEP.
- Billat, V. (2015). Entraînement pratique et scientifique à la course à pieds. De Boeck.
- Sordello, J. (2015). La bible du running. Amphora.

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 * chronométrée (Q1, 25%)
- 2) Une course à pied* chronométrée (Q2, 25%)
- 3) Habilité Motrice Globale - (Q2, 15%)
- 4) Défi santé - (évaluation continue - Q1/Q2, 10%). Toutes les informations et exigences pédagogiques au sujet de cette évaluation continue sont accessibles sur Connected.
- 5) Natation - (Q2, 25%)

L'évaluation du course à pied 5km du Q1 est rattrapable au Q2 lors de l'évaluation des 10km. Une balise sera placée au 5^{em} km pour l'enregistrement du chrono.

Il n'y a pas de report de note partielle d'une session à l'autre. L'étudiant en échec à la note finale de l'UE représente **toutes** les épreuves en seconde session.

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

Le cours est obligatoire. Lorsqu'un étudiant présente plus de deux absences injustifiées, chaque absence sera pénalisée d'un point sur la note finale.

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 (65%), d'activité aquatique (25%), d'habilités motrice générale (10%). L'ensemble des épreuves doit être présenté.

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 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		
Période d'évaluation	Evp	25	Exp	65	Exp	100

Evp = Évaluation pratique, 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.

Tout étudiant inscrit tardivement, prendra contact avec l'enseignant pour dégager une solution en vue d'accéder à son évaluation. Les modalités d'évaluation seront identiques.

Référence au RGE

En cas de force majeure, une modification éventuelle en cours d'année peut être faite en accord avec le Directeur adjoint de département, et notifiée par écrit aux étudiants. (article 67 du règlement général des études 2025-2026).