

Bachelier : éducateur spécialisé en accompagnement psycho-éducatif

HELHa Gosselies Rue Circulaire 4 6041 GOSSELIES

Tél : +32 (0) 71 35 29 34

Fax : +32 (0) 71 35 41 28

Mail : peda.gosselies@helha.be

1. Identification de l'Unité d'Enseignement

UE 303 Activités physiques et sportives			
Code	PESP3B03	Caractère	Obligatoire
Bloc	3B	Quadrimestre(s)	Q2
Crédits ECTS	2 C	Volume horaire	30 h
Coordonnées des responsables et des intervenants dans l'UE	Thomas STRUYS (thomas.struys@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

Le cours vise à amener l'étudiant dans une démarche de santé. En partant d'un constat... les 18-25 ans ne font plus de l'activité physique une priorité... Or, selon l'OMS, la santé est un état de bien-être physique et mental, permettant de profiter de son temps-libre et de répondre à des situations d'urgence ou d'imprévu et ne consiste par seulement à une absence de maladie.

La sédentarité (manque d'activité physique) est considérée comme le quatrième facteur de risque de décès dans le monde (6%). On estime par ailleurs qu'elle est la cause principale de 21 à 25% des différents cancers, diabète et cardiopathie ischémique.

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

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

- Compétence 1 **Communiquer : traduire en mots les situations vécues et les actions éducatives pour les partager et y réfléchir avec sens critique.**
 - 1.5 Faire valoir publiquement le métier ainsi que ses choix et démarches professionnels.
- Compétence 4 **S'approprier des outils d'analyse pour comprendre les réalités rencontrées et construire des interventions adéquates.**
 - 4.1 S'approprier les outils d'analyse permettant de comprendre les différentes dimensions (sociale, économique, politique, institutionnelle, culturelle, psychologique, environnementale,...) des réalités humaines auxquelles il a affaire.
 - 4.6 Développer et utiliser des outils méthodologiques.
- Compétence 5 **Construire, évaluer et réajuster ses interventions en identifiant les ressources et compétences des personnes dans l' « ici et maintenant » afin d'ouvrir le champ des possibles.**
 - 5.3 Identifier les fragilités, les ressources et les compétences des personnes et des situations.

Acquis d'apprentissage visés

Au terme de cette activité d'apprentissage, l'étudiant sera capable de prendre conscience qu'il peut respecter et atteindre un objectif en terme d'activité physique. Il devra conscientiser l'importance et l'impact de l'activité physique et sportive au sein de la société et de ce qui en découle.

Liens avec d'autres UE

Prérequis pour cette UE : aucun

3. Description des activités d'apprentissage

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

PESP3B03A Activités physiques et sportives

30 h / 2 C

Contenu

Les étudiants se verront, après discussion avec l'enseignant, attribuer une distance de course à pied à réaliser lors de la fin du Q2 : soit en participant à une course imposée, soit en créant une course de leur choix. Un objectif de temps minimum sera demandé. L'étudiant devra réaliser un cahier d'entraînement électronique du Q1 jusqu'à l'évaluation finale.

Démarches d'apprentissage

Conseils, orientation sur diverses applications de courses à pied, discussion et bilan physique.

Dispositifs d'aide à la réussite

Un accompagnement via Teams de chaque étudiant tout au long de sa progression jusqu'à la réalisation de son objectif.

Ouvrages de référence

Différentes séances d'entraînement type seront communiquées à l'étudiant afin de l'aider au mieux et à prévenir les potentielles blessures.

Supports

Néant

4. Modalités d'évaluation

Principe

L'évaluation portera sur :

- La carnet d'entraînement détaillé séance par séance avec scan/photo des parcours (Distance, temps, type d'entraînement : VTT, Natation, Fitness, Zumba,...), un bilan bi-hebdomadaire (toutes les 2 semaines) concernant leur ressenti, leur alimentation. Tout cela jusqu'à l'objectif final.
- La participation à au moins 2 courses intermédiaires.
- L'accomplissement de leur objectif : Randonnée longue, 5km, 8km, 10km, 15km, 21km (trail ou course à pied).

Pondérations

	Q1		Q2		Q3	
	Modalités	%	Modalités	%	Modalités	%
production journalière			Evc + Prj	100	Prj	100
Période d'évaluation						

Evc = Évaluation continue, Prj = Projet(s)

Dispositions complémentaires

En cas de blessure le jour de l'objectif final, l'évaluation sera basée sur le pré-objectif (les courses intermédiaires) et sur la qualité du carnet d'entraînement.

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).