

# Activités physiques et sportives III

## Titulaires

Nathalie GUISSARD (Coordonnateur) et Alain CARPENTIER

## Mnémonique du cours

EDPH-I1231

## Crédits ECTS

10 crédits

## Langue(s) d'enseignement

Français

## Période du cours

1e et 2e quadrimestre

## Campus

Erasme

## Contenu du cours

**Cette UE est composée des AA suivantes:****Natation** : travail d'accoutumance, de la respiration, des techniques crawl, brasse, dos et de l'endurance

**Athlétisme**: L'ensemble de l'apprentissage font référence aux fondamentaux des trois familles de l'athlétisme : courir-sauter-lancer. Apprentissage des techniques spécifique du 60m haies, de la longueur, du lancer du poids, du 100m et du 3000m

**Endurance**: cross**Mise en condition physique en salle**

## Objectifs (et/ou acquis d'apprentissages spécifiques)

Apprentissage et maîtrise des techniques spécifiques aux épreuves codifiées (en natation et athlétisme). Exécuter un mouvement en respectant le code d'exécution. Adapter sa vitesse d'exécution aux nécessités du mouvement et à la durée de l'action.

Fournir des efforts de longue durée à intensité moyenne

Développer sa condition physique de base

## Pré-requis et co-requis

### Cours ayant celui-ci comme pré-requis

EDPH-I204 | Activités physiques et sportives VI | 10 crédits

### Connaissances et compétences pré-requis

Savoir nager est un pré requis

## Méthodes d'enseignement et activités d'apprentissages

Cours pratiques

### Contribution au profil d'enseignement

Améliorer les fonctions physiologiques

## Autres renseignements

### Lieu(x) d'enseignement

Erasme

### Contact(s)

Secrétariat de pratique de l'éducation physique

Mme Anne DEISSER - campus Erasme - bâtiment N - 4e niveau - bureau N4.105

tél. 02/555 32 46 - courriel : anne.deisser@ulb.be

## Méthode(s) d'évaluation

Autre et Examen pratique

### Méthode(s) d'évaluation (complément)

**Natation** : réalisation d'un 500 m nage libre avec évaluation de la technique ( trois nages).

**Athlétisme**: performance et technique : 60m haies, longueur, lancer du poids, 100m et 3000m pour les filles, 400m en plus pour les garçons et 1500m

### Construction de la note (en ce compris, la pondération des notes partielles)

**La moyenne harmonique sera d'application pour toutes les parties de cette unité d'enseignement.**

Toutefois, l'UE est créditée si et seulement si les deux conditions suivantes sont remplies :

1° la moyenne harmonique pondérée des notes des différentes activités d'apprentissage qui la composent est supérieure ou égale à 10

2° la somme des points déficitaires des notes attribuées à chaque activité d'apprentissage n'excède pas deux points.

Ceci permet de s'assurer de l'acquis d'un socle suffisant de compétences pour chacune des activités d'apprentissage de l'UE:

Si la somme des points déficitaires des différentes activités d'apprentissage est supérieure à deux, la note la plus faible sera attribuée à l'ensemble de l'UE.

Le report de la note de l'AA d'une année à l'autre se fera automatiquement à partir de 12/20, sauf demande explicite de l'étudiant.

### Langue(s) d'évaluation principale(s)

Français

## Programmes

Programmes proposant ce cours à la faculté des Sciences de la motricité

BA-MOTR | Bachelier en sciences de la motricité, orientation générale | bloc 1

