

Education à la santé et au bien-être de l'étudiant

PET1022 - NKDN_

Domaine : **Sciences de l'éducation et Enseignement** Grade académique : **Bachelier en enseignement section 3 : éducation physique et éducation à la santé - Namur**

Niveau de certification : **6 Cycle : Premier Cycle** Année académique : **2026-2027 (Q2)**

CRÉDITS ECTS 4		VOLUMEHoraire 48 h	
PRÉREQUIS <i>Aucun</i>		CO-REQUIS <i>Aucun</i>	
IMPLANTATION Département pédagogique de Malonne	DIRECTEUR DE DÉPARTEMENT DU DOMAINE Benjamin Colinet	RESPONSABLE DE L'UE Olivier MAUCLET	ENSEIGNANTS INTERVENANTS Olivier MAUCLET

PROGRAMME D'ÉTUDES

Programme	Bloc	Caractère
NA-Bachelier en enseignement section 3 : Éducation physique et Éducation à la santé	1	Obligatoire

Partie 1 Contribution de l'UE au profil d'enseignement du programme et acquis d'apprentissage spécifiques (AAS) sanctionnés par l'évaluation

CONTEXTUALISATION

Cette UE accompagnera l'étudiant dans le développement de ses compétences à gérer sa propre santé et sa propre sécurité.

ACQUIS D'APPRENTISSAGE SPÉCIFIQUES (AAS)

Au terme de cette unité d'enseignement, l'étudiant sera capable de :

Module audace

- Maîtriser les savoirs disciplinaires théoriques et pratiques liés à l'activité "audace en sécurité"
- Maîtrise des connaissances théoriques liées à la place de l'activité dans le programme scolaire et à la démarche pédagogique et didactique à favoriser.
- Construire et mettre en oeuvre des activités d'apprentissage en utilisant des ressources pédagogique et didactique.
- Construction et présentation en micro-enseignement d'une situation liée à l'activité "audace en sécurité"
- Adopter une attitude adaptée au métier

Module bien-être

- S'intégrer dans une classe en respectant les prescrits légaux, les règles et codes de fonctionnement.
- Maîtriser les savoirs.
- Adopter une attitude professionnelle adaptée au métier
- Maîtriser des savoirs disciplinaires théoriques et pratiques associés aux concepts de santé
- Adopter une attitude professionnelle adaptée au métier: (i) Investissement régulier et sérieux dans la formation; (ii) Respect des personnes avec lesquelles l'étudiant est amené à collaborer et à cohabiter lors de sa formation; (iii) Respect du matériel et des infrastructures mis à disposition; (iiii) Respect des consignes émises par l'équipe éducative

Module éducation à la santé pratique

- Maîtriser des savoirs disciplinaires théoriques et pratiques associés à l'éducation à la santé
- Maîtrise des connaissances théoriques liées à l'école du dos ainsi qu'à l'amélioration de la performance via des méthodes variées
- Maîtrise pratique des différents gestes de musculation, des engins. des méthodes de musculation

Module gérer sa santé

- Maîtriser les fondements théoriques et pratiques des stratégies d'entraînement qui visent le maintien d'un niveau de santé générale.
- Pouvoir évaluer son état de santé.
- Pouvoir proposer des contenus, sous différentes formes, favorisant le maintien ou l'amélioration de son niveau de santé.
- Savoir assurer un suivi hebdomadaire des différents paramètres liés à la santé.

OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE

Document annexe à la fiche UE accessible via un lien explicitant en quoi le programme d'études s'inscrit dans une politique de développement durable. Une ou plusieurs UE spécifique(s) pourraient être ciblée(s) dans cette annexe.

Partie 2 Description de l'unité d'enseignement

OBJECTIFS

L'étudiant développera les savoirs, SF et Savoir être pour atteindre les AAS.

CONTENU

Module audace

- Les finalités du cours d'audace en milieu scolaire, la démarche pédagogique à mettre en place
- Les options méthodologiques fondamentales
- Exploration des différents thèmes de travail : équilibre statique et dynamique, franchissement haut, chute, impulsion et rebond, rotation, grimper et se suspendre, balancier et oscillation

Module bien-être

- Ressentir et mettre en évidence différents états de tension
- Affiner peu à peu les sensations physiques (mais aussi mentales et émotionnelles)
- Identifier les relations existant entre le corps, le coeur et le mental
- principalement à partir de techniques corporelles

Module éducation à la santé pratique

- Protéger son dos lors de mouvements et manutentions, notamment lors d'exercices de musculation;
- Savoir enseigner les techniques les plus adéquates
- Acquérir les bases de la musculation et de l'école du dos
- Susciter une réflexion critique sur les apprentissages réalisés (contextualisés) et sur la façon dont ceux-ci se sont déroulés (méthodologie). Énumérer les exercices permettant le renforcement de la ceinture abdominale, des membres supérieurs et inférieurs ainsi que les gestes et les postures adéquates pour protéger la colonne vertébrale.
- Identifier le matériel existant dans une salle de musculation ainsi que les méthodes de musculation.

Module gérer sa santé

- Carnet de santé individuel : méthodes et moyens utilisés pour gérer sa propre santé tout au long des séances.
- Savoir taire: identifier les facteurs de risques liés à la santé et proposer des outils et des contenus permettant de lutter contre ces facteurs de risques.
- Amener l'étudiant à avoir une attitude réflexive sur l'APS et la santé.
- Proposer des outils permettant de lutter contre la majorité des facteurs de risques de la santé.

SOURCES ET RÉFÉRENCES

Voir références et supports de cours.

SUPPORTS DE COURS

Activité d'apprentissage	Support
APET1022-01EDU — Education à la santé et au bien-être de l'étudiant	audace : Syllabus mis à disposition sur Moodle Bien être : supports de cours éducation à la santé pratique : documents disponibles sur moodle gérer sa santé : supports de cours

Partie 3 Méthodologie mise en œuvre et éventuel découpage de l'UE

DESCRIPTION DES ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE (AA) AU REGARD DE LEUR STATUT

Activité d'apprentissage	Heures	Langue d'enseignement	Langue d'évaluation
APET1022-01EDU — Education à la santé et au bien-être de l'étudiant	48 h	Français	Français

MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT ET D'APPRENTISSAGE

Activité d'apprentissage	Méthodes d'enseignement et d'apprentissage
--------------------------	--

APET1022-O1EDU — Education à la santé et au bien-être de l'étudiant

Audace : cours pratiques

Bien-être : cours pratiques

Education à la santé pratique : Cours pratiques : découvrir et tester différentes méthodes de musculation, respecter les consignes de sécurité pour préserver son dos

Gérer sa santé : Cours pratique : mise en pratique des méthodes et outils de travail permettant la gestion de sa santé

DÉTERMINATION DE LA COHÉRENCE PÉDAGOGIQUE EN CAS DE REGROUPEMENT D'AA FAISANT L'OBJET D'UNE ÉVALUATION DISTINCTE

Sans objet, l'unité d'enseignement ne comporte qu'une seule activité d'apprentissage (cours).

Partie 4 Évaluation de l'unité d'enseignement

STRUCTURE DU DISPOSITIF GÉNÉRAL D'ÉVALUATION (EN LIEN AVEC LE PROGRAMME D'ÉTUDES)

L'évaluation de l'UE repose à la fois sur des travaux réalisés au cours de l'année, un examen théorique et une épreuve orale.

MÉTHODOLOGIE DE CONSTRUCTION DE LA NOTE FINALE DE L'UE

Moyenne géométrique pondérée entre les modules.

LA PONDÉRATION DE L'ÉVALUATION DE L'UE À DES FINS DE DÉLIBÉRATION LORS DU CALCUL DE LA MOYENNE

Au sein du programme d'études, lors du calcul de la moyenne, la pondération de l'évaluation de l'unité d'enseignement est effectuée sur base des crédits affectés à cette unité d'enseignement et évalués

MODALITÉS D'ÉVALUATION PAR ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE

Activité d'apprentissage	Modalités d'évaluation
APET1022-O1EDU — Education à la santé et au bien-être de l'étudiant	<u>Audace</u> : Conception d'une activité d'audace + micro-enseignement (Préparation + animation): 20% Examen écrit portant sur le syllabus : 80% seconde session : Conception de plusieurs activités d'audace (préparations) : 20% Examen écrit portant sur le syllabus : 80% <u>Bien-être</u> : A chaque cours, l'étudiant complètera un document, sur lequel il sera amené à : - décrire différents ressentis en lien avec une ou plusieurs situations précises du cours - décrire des objectifs et des contenus pratiqués pendant le cours. C'est ce document, remis au professeur à chaque cours qui sert de base à l'évaluation. Le vécu et l'expérimentation personnels sont indispensables à la rédaction de chaque document, c'est pourquoi la présence au cours est obligatoire, en deçà de 70 % de présences, l'étudiant se verra attribué une note de 0 sur/20. La note obtenue dans cette activité d'apprentissage est non remédiable en 2ème session. <u>Education à la santé pratique</u> : examen écrit : questions ouvertes relatives aux contenus de cours (école du dos, méthodes de musculation...) pondération : 100% 2ème septembre : idem 1ère session <u>Gérer sa santé</u> : Travaux Carnet de santé individuel complété de manière hebdomadaire. Pondération 50% Remarque : l'étudiant dont le carnet de santé non déposé selon les modalités précisées sur Moodle ne pourra pas présenter son examen (celui-ci portant sur ce carnet) Examens Présentation orale portant sur la capacité à analyser son carnet santé, en lien avec les éléments abordés aux différents cours, ainsi qu'aux autres cours liés aux UE spécifiques santé. Pondération 50% 2ème session : identique à la première session

MODALITÉS CONCRÈTES D'ÉVALUATION

Une mention sur la fiche informera les étudiants du fait que les précisions sur les épreuves seront disponibles sur Moodle au plus tard 6 semaines avant l'évaluation.