

## Plan d'études des branches

- **Géosciences**
- **Mathématiques / Informatique**
- **Sciences naturelles**
- **Sciences du sport et de la motricité**

pour les étudiant-e-s de la Facultés des lettres et des sciences humaines ou de la Faculté de théologie souhaitant obtenir le

Bachelor of Arts en enseignement pour le degré secondaire I (BA\_SI)

### **Sciences du sport et de la motricité**

Accepté par la Faculté des sciences et de médecine le 26.05.2008  
Version révisée du 28.05.2018

## 2.4 Sciences du sport et de la motricité (SSM)

[Version 2018, paquet de validation : PV-SSP.0000014]

La formation scientifique et pratique/méthodologique comprend 70 crédits ECTS et s'étale sur 6 semestres.

### 2.4.1 Concept des études

Ces études traitent de l'impact des activités motrices sur le développement et l'entretien de la vie physique, mentale et sociale de l'individu et font du mouvement l'outil des professionnels de la santé et de la formation des jeunes.

La formation scientifique intègre notamment l'anatomie fonctionnelle spécifique au sport, la biomécanique du mouvement, la neurophysiologie et le contrôle moteur, la physiologie de l'exercice physique, la psychologie du sport, les théories de l'apprentissage et de l'entraînement.

La formation pratique – méthodologique comprend des disciplines sportives obligatoires ou à choix dans divers domaines d'action: les sports collectifs et jeux, l'expression corporelle, la gymnastique aux agrès, l'athlétisme, la natation, les sports de neige et les activités outdoor.

La formation didactique comprend : l'étude des principales fonctions de l'intervention pédagogique, l'intégration de notions didactiques spécifiques aux disciplines sportives, la connaissance des règlements, des mesures de prévention et de sécurité.

### 2.4.2 Inscription

L'inscription **sous réserve** se fait au Service d'admission et d'inscription ou au Décanat de la Faculté d'origine dans le respect des délais. L'inscription devient **définitive** après le test des capacités physiques et motrices et avec la confirmation d'un bon état de santé.

#### 2.4.2.1 Test des capacités physiques et motrices

L'étudiant-e qui choisit la branche SSM est astreint à un test de ses capacités physiques et motrices (voir <http://www.unifr.ch/ssm/fr/studies/acces/test-physiques>). La réussite de ce test est une condition à l'admission définitive dans ce programme d'études.

Cependant, la capacité d'accueil des installations sportives étant limitée, le nombre de nouvelles places d'études est fixé à 50 par année. Conformément à l'ordonnance cantonale (<http://www3.unifr.ch/apps/legal/fr/document/413097>), si le nombre de candidat-e-s ayant réussi le test des capacités physiques et motrices est supérieur au nombre de places d'études disponibles, celles-ci sont attribuées selon l'ordre des résultats obtenus au test.

#### 2.4.2.2 État de santé

Lors des séances d'information avec le conseiller ou la conseillère aux études, l'étudiant-e sera orienté-e sur les exigences physiques de ces études. Il lui sera demandé d'attester de son état de santé et de fournir un certificat médical.

**2.4.3 Unités d'enseignement (UE)****2.4.3.1 Programme obligatoire (61 ECTS).**

Code	Titre	Semestre	h. tot.	ECTS
<b>Formation scientifique</b>				
PY.0623	Bases neurophysiologiques	SA	6	1
SP.0600	Psychologie du sport (cours) *	SA	28	3
SP.0610	Physiologie de l'exercice physique (cours)	SA	28	3
SP.0613 #	Physiologie de l'exercice physique (workshop)	SA	14	2
SP.0640	Introduction à la pédagogie du sport *	SA	28	3
SP.0700	Théorie de l'apprentissage et du contrôle moteur I (cours)	SA	28	3
SP.0702	Théorie de l'apprentissage et du contrôle moteur I (séminaire) **	SP	28	3
SP.0710	Théorie des principes d'entraînement I (cours)	SA	28	3
SP.0712	Théorie des principes d'entraînement I (séminaire) **	SP	28	3
SP.0740	Sociologie du sport *	SP	28	3
SP.0751	Traumatologie et prévention en sport	SA	28	3
SP.0760	Biomécanique du mouvement I (cours)	SP	28	3
SP.0770	Anatomie fonctionnelle spécifique au sport (cours)	SP	28	3
SP.0772	Anatomie fonctionnelle spécifique au sport (workshop)	SP	14	2
				<b>29</b>
<b>Formation pratique-méthodologique</b>				
SM.0002	SHEM I (Semaines Haute Ecole de Macolin I) §	Hors sem.	5j	2
SP.0780 #	Approche systémique du jeu	SA	14	1
SP.0788	Approche sécuritaire des pratiques sportives	SP	28	2
SP.0789	Approche théorique des sports de neige	SA	14	1
SP.0801	Basketball I	SA	28	1
SP.0807	Basketball II	SP	28	2
SP.0804	Volleyball I	SA	28	1
SP.0805	Volleyball II	SP	28	2
SP.0810	Danse contemporaine I ou	SA/SP	28	2
SP.0819	Danse populaire I			
SP.0812	Gymnastique aux agrès I	SA	28	1
SP.0813 #	Gymnastique aux agrès II	SP	28	2
SP.0816	Patinage et initiation au hockey sur glace	SA	28	2
SP.0825	Natation sportive I	SA	28	1
SP.0821 #	Natation sportive II §§	SP	28	2
SP.0831	Athlétisme I	SA	34	1
SP.0832 #	Athlétisme II	SP	34	2
SP.0834	Ski alpin §§§	Hors sem.	7 j	2
SP.0836	Snowboard §§§	Hors sem.	7 j	2
SP.0837	Ski de fond §§§	Hors sem.	7 j	2
SP.0851	Fitness en musique I	SA	28	1
SP.0852	Fitness en musique II	SP	28	2
				<b>32</b>

\* L'étudiant-e choisit 1 cours sur les 3.

\*\* L'étudiant-e choisit 1 séminaire sur les 2.

# UE contenant de la « pratique de la branche ».

§ SHEM I est une UE obligatoire organisée hors semestre par la Haute école fédérale de sport Macolin (HEFSM).

§§ L'obtention du Brevet I ou du « Brevet plus pool » de la société suisse de sauvetage est une condition requise pour se présenter aux épreuves d'examens de l'UE SP.0821.

§§§ L'étudiant-e choisit 2 engins sur les 3 (*Ski alpin, Snowboard, Ski de fond*) comme UE obligatoires pour le DAES I.

**2.4.3.3 Unités d'enseignement à choix (6 ECTS)**

L'étudiant-e choisit **6 ECTS** parmi les unités d'enseignement ci-dessous. Pour le choix des 6 ECTS, l'étudiant-e est encouragé-e à prendre des UE appartenant à différents domaines d'action.

Code	Titre	Semestre	h. tot.	ECTS
<b>Formation pratique-méthodologique</b>				
SP.0800	Badminton	SA	28	2
SP.0802	Uni-hockey	SP	28	2
SP.0803	Football §	SP	28	2
SP.0808	Futsal §	SA	28	2
SP.0809	Handball	SP	28	2
SP.0814	Escalade sportive	SP	28	2
SP.0838	Jeux d'autres cultures	SP	28	2
SP.0810	Danse contemporaine I	SA/SP	28	2
SP.0819	Danse populaire I	SA/SP	28	2
SP.0833	Course d'orientation	SP	28	2
SP.0835	Excursions à ski	Hors sem.	7 j	2
SP.0844	Triathlon	Hors sem.	7 j	2
SP.0846	Trekking	Hors sem.	7 j	2
SP.0854	Judo	SA	28	2
SP.0855	Inline-skating	SP	28	2
				<b>6</b>

§ L'étudiant-e ne peut choisir qu'une seule des 2 UE SP.0803 et SP.0808 pour la validation des 6 ECTS à choix.

**2.4.3.4 Unités d'enseignement de la formation didactique spécifique (3 ECTS)**

Code	Titre	Semestre	h. tot.	ECTS
–	Didactique de la branche Sport			3
				<b>3</b>

**2.4.4 Contenu des UE d'enseignement****2.4.4.1 Formation scientifique**

- Le cours sur les *Bases neurophysiologiques* (PY.0623) présente l'organisation de certains grands systèmes fonctionnels du corps humain, sous l'angle des mécanismes de régulation.
- La *Psychologie du sport* (SP.0600) présente les déterminants motivationnels de la performance ainsi que les facteurs émotionnels susceptibles de l'altérer. Spécifiquement, l'objectif est de fournir des bases théoriques permettant de mieux comprendre les origines du comportement (besoins, désirs, buts, objectifs) et de savoir repérer et traiter les éventuels obstacles motivationnels et/ou émotionnels à l'apprentissage et à la performance.
- Le cours de *Physiologie de l'exercice physique* (SP.0610) traite du système neuromusculaire et des principaux facteurs de la production de force, du métabolisme énergétique et de la régulation hormonale, des systèmes cardiovasculaire et respiratoire, et aborde leurs adaptations à l'exercice et à l'entraînement.
- La pédagogie du sport porte sur les relations entre les activités physiques et sportives et l'éducation. Ce cours d'*Introduction à la pédagogie du sport* (SP.0640) présente les bases théoriques d'une pratique sportive éducative. Il puise dans les sciences de l'éducation au sens large pour dégager des méthodes d'enseignement les plus pertinentes et les plus adaptées à l'éducation physique.

- La *Théorie de l'apprentissage et du contrôle moteur I* (SP.0700) traite principalement des différentes catégories, courants, stades et stratégies d'apprentissage, des conduites-types des individus face à des situations sportives nouvelles, des facteurs influençant l'apprentissage moteur.
- La *Théorie des principes d'entraînement I* (SP.0710) aborde les notions de bases des déterminants de la performance en vue d'une planification générale d'entraînement.
- La *Sociologie du sport* (SP.0740) traite du sport et ses enjeux identitaires, des pratiques sportives en regard avec l'évolution des classes sociales, de l'histoire des jeux en sport, des valeurs et des idéologies dans les JO, de l'idéal sportif au dopage de l'individu, du sport moderne et des pratiques « fun », des pratiques interculturelles, du processus d'identification au champion, du sport en regard avec nos civilisations.
- Le cours de *Traumatologie et prévention en sport* (SP.0751) étudie d'une part les principales blessures inhérentes à l'activité sportive, leurs causes, les interventions d'urgence et les traitements adéquats ; d'autre part la prévention et la sécurité à mettre en œuvre dans l'enseignement des pratiques sportives des différents domaines d'action.
- Le cours de *Biomécanique du mouvement I* (SP.0760) comprend les notions fondamentales de la biomécanique relatives à l'étude des habiletés motrices dans différents sports. Les éléments de base de physique sont introduits selon les besoins.
- Le cours d'*Anatomie fonctionnelle spécifique au sport* (SP.0770) aborde l'étude fonctionnelle (mobilité-stabilité-contraintes) des unités corporelles sollicitées dans l'exécution de tâches motrices.

#### 2.4.4.2 Formation pratique – méthodologique

Les cours avec travaux pratiques portent sur l'étude et la pratique des activités physique et sportive (APS) appartenant aux différents domaines d'action.

Les objectifs prioritaires d'apprentissage sont :

- le développement de la relation à soi, aux autres et à l'environnement par la pratique des activités physique et sportive ;
- l'analyse des habiletés motrices par l'utilisation de concepts, de modèles d'analyse ;
- l'acquisition de compétences technique, tactique, sociale et personnelle propre à chaque APS ;
- la connaissance des règlements, des mesures de prévention et de sécurité régissant la pratique des sports étudiés ;
- Pour chaque UE, un descriptif détaillé est disponible sur GestEns avec en particulier un descriptif des objectifs d'apprentissage (cf. <http://www.unifr.ch/timetable>).

#### **2.4.5 Examens et validation**

Les conditions d'évaluation des UE sont indiquées dans les annexes, par domaine. Prière de consulter l'annexe des sciences du sport et de la motricité et celle de la médecine.

L'inscription aux examens se fait électroniquement par le portail d'étudiant-e-s MyUniFR (<https://my.unifr.ch>).