

Plan d'études pour l'obtention du

Bachelor en enseignement pour le degré secondaire I

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

Sciences du sport et de la motricité

Accepté par la Faculté des sciences et de médecine le 30.05.2022
Version révisée du 14.04.2025

Sciences du sport et de la motricité (SSM)

[Version 2025, paquets de validation : PV-SSP.0000099]

Dans le cadre d'un Bachelor en enseignement pour le degré secondaire I (Bachelor of Science [BSc_SI] ou Bachelor of Arts [BA_SI]), la formation scientifique et pratique/méthodologique comprend 70 crédits ECTS et s'étale sur 6 semestres. Le programme est constitué d'unités d'enseignement (UE) obligatoires (59 crédits ECTS), de 3 crédits ECTS de didactique de la discipline, dispensés par la Faculté des sciences de l'éducation et de la formation, ainsi que d'UE à choix (8 crédits ECTS).

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 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.

2.1 Test des capacités physiques et motrices

L'étudiant-e qui choisit la discipline SSM est astreint à un test de ses capacités physiques et motrices (voir : <http://www.unifr.ch/go/testsport>). 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 (voir : <https://webapps.unifr.ch/legal/fr/document/4972363>), 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.

2.2 État de santé

Lors des séances d'information avec le conseiller ou la conseillère d'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.

3 Unités d'enseignement (UE)

3.1 Programme obligatoire de la 1^e année (12 ECTS)

Dans le cadre du BSc_SI, ces UE font partie du paquet de validation de 1^e année et doivent être validées au plus tard à la fin du 4^e semestre.

Code	Titre	Semestre	h. tot.	ECTS
Formation scientifique				
SPY.00623	Bases neurophysiologiques	SA	6	1
SSP.00610	Physiologie de l'exercice physique (cours)	SA	28	3
SSP.00613 #	Physiologie de l'exercice physique (workshop)	SA	14	2
SSP.00700	Théorie de l'apprentissage et du contrôle moteur I (cours)	SA	28	3
SSP.00710	Théorie des principes d'entraînement I (cours)	SA	28	3
				12

UE contenant de la « pratique de la discipline ».

3.2 Autres UE obligatoires (1^e à 3^e année, 47 ECTS)

Code	Titre	Semestre	h. tot.	ECTS
Formation scientifique				
SSP.00600	Psychologie du sport (cours) *	SA	28	3
SSP.00640	Introduction à la pédagogie du sport *	SA	28	3
SSP.00702	Théorie de l'apprentissage et du contrôle moteur I (séminaire) **	SP	28	3
SSP.00712	Théorie des principes d'entraînement I (séminaire) **	SP	28	3
SSP.00740	Sociologie du sport (cours) *	SP	28	3
SSP.00754	Santé, traumatologie et prévention en sport	SA	28	3
SSP.00760	Biomécanique du mouvement I (cours)	SP	28	3
SSP.00770	Anatomie fonctionnelle spécifique au sport (cours)	SP	28	3
SSP.00772	Anatomie fonctionnelle spécifique au sport (workshop)	SP	14	2
				17
Formation pratique-méthodologique				
SSP.00780 #	Approche systémique du jeu	SA	14	1
SSP.00788	Approche sécuritaire des pratiques sportives	SP	28	2
SSP.00789	Approche théorique des sports de neige §	SA	14	1
SSP.00801	Basketball I	SA	28	1
SSP.00807	Basketball II	SP	28	2
SSP.00804	Volleyball I	SA	28	1
SSP.00805	Volleyball II	SP	28	2
SSP.00826	Expression par le mouvement	SA/SP	28	2
	Ou			
SSP.00819	Danse populaire I	SA	28	1
SSP.00812	Gymnastique aux agrès I	SP	28	2
SSP.00813 #	Gymnastique aux agrès II	SA	28	2
SSP.00816	Patinage et initiation au hockey sur glace	SA	28	1
SSP.00825	Natation sportive I	SP	28	2
SSP.00821 #	Natation sportive II §§	SA	34	1
SSP.00831	Athlétisme I	SP	34	2
SSP.00832 #	Athlétisme II	Hors sem.	7 j	2
SSP.00834	Ski alpin §§§	Hors sem.	7 j	2
SSP.00836	Snowboard §§§	Hors sem.	7 j	2
SSP.00837	Ski de fond §§§	SA	28	1
SSP.00858	Fitness I	SP	28	2
SSP.00859	Fitness II			
				30

* 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 discipline ».
 § La validation du cours SSP.00789 est une condition d'accès à l'examen théorique des cours SSP.00834 et SSP.00836. Il est donc vivement conseillé de suivre ce cours en parallèle des cours SSP.00834 ou SSP.00836.
 §§ 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 SSP.00821.
 §§§ L'étudiant-e choisit 2 engins sur les 3 (*Ski alpin*, *Snowboard*, *Ski de fond*) comme UE obligatoires pour le DEDS.

3.3 Unités d'enseignement à choix (8 ECTS)

L'étudiant-e choisit **8 ECTS** parmi les unités d'enseignement ci-dessous. Pour le choix des 8 ECTS, l'étudiant-e est encouragé-e à prendre des UE appartenant à différents domaines d'action.

Pour les UE à choix, si le nombre de participants est jugé insuffisant, la direction des sciences du mouvement et du sport se réserve le droit d'annuler le cours.

Code	Titre	Semestre	h. tot.	ECTS
Formation pratique-méthodologique				
F22.00213	Inclusion et sports §	SP	28	3
SSP.00800	Badminton §§	SA	28	2
SSP.00802	Uni-hockey §§	SP	28	2
SSP.00803	Football §§.*	SP	28	2
SSP.00808	Futsal *	SA	28	2
SSP.00809	Handball §§	SP	28	2
SSP.00814	Escalade sportive §§	SP	28	2
SSP.00838	Jeux d'autres cultures §§	SP	28	2
SSP.00819	Danse populaire I	SA/SP	28	2
SSP.00826	Expression par le mouvement	SA/SP	28	2
SSP.00833	Course d'orientation	SP	28	2
SSP.00835	Excursions à ski §§	Hors sem.	7 j	2
SSP.00844	Triathlon §§	Hors sem.	7 j	2
SSP.00846	Trekking §§	Hors sem.	7 j	2
SSP.00854	Judo	SA	28	2
SSP.00855	Inline-skating §§	SP	28	2
				8

§ Le nombre de places pour cette UE est limité à 10 pour les étudiant-e-s en sciences du sport et de la motricité. Les examens se font uniquement dans la langue du cours (français) et le mode d'évaluation est par « réussi/échec ». Attention, la période d'inscription aux cours de la Faculté des Lettres est différente de celle de la FacSciMed : <https://www.unifr.ch/lettres/fr/etudes/cours-et-examens/inscription-aux-cours-et-examens/>.

§§ Le nombre de places pour ces UE est limité.

* L'étudiant-e ne peut choisir qu'une seule des 2 UE SSP.00803 et SSP.00808 pour la validation des 8 ECTS à choix.

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

Code	Titre	Semestre	h. tot.	ECTS
F24.00760	Didactique Education physique - Bachelor	SA/SP		3
				3

4 Contenu des UE d'enseignement

4.1 Formation scientifique

- Le cours sur les *Bases neurophysiologiques* (SPY.00623) étudie principalement l'organisation de certains grands systèmes fonctionnels du corps humain, sous l'angle des mécanismes de régulation.
- La *Psychologie du sport* (SSP.00600) 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* (SSP.00610) 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* (SSP.00640) 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* (SSP.00700) 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* (SSP.00710) aborde les notions de bases des déterminants de la performance en vue d'une planification générale d'entraînement.
- La *Sociologie du sport* (SSP.00740) 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 *Santé, traumatologie et prévention en sport* (SSP.00754) aborde dans une première partie la notion de santé, sa relation avec l'activité physique, et les recommandations actuelles en matière d'activité physique. Dans une deuxième partie, le cours présente les principales blessures inhérentes à la pratique sportive, leurs causes et les traitements appropriés (y compris les interventions d'urgence), et sensibilise sur les mesures générales de prévention à mettre en œuvre.
- Le cours de *Biomécanique du mouvement I* (SSP.00760) 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* (SSP.00770) aborde l'étude fonctionnelle (mobilité-stabilité-contraintes) des unités corporelles sollicitées dans l'exécution de tâches motrices.

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 dans le programme de cours (<http://www.unifr.ch/timetable>) avec en particulier un descriptif des objectifs d'apprentissage.

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>).