

Extrait du plan d'études pour l'obtention du

**Bachelor of Science
pour la formation scientifique
dans les branches enseignables
au 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 le 18 juin 2007
Version révisée du 25 mai 2009



2.4 Sciences du sport et de la motricité (SSM)

[Version 2008, paquets de validation : BS11-FS.9201, BS12-SP.9202]

La formation scientifique et pratique/méthodologique comprend 50 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 : l'anatomie fonctionnelle spécifique au sport, 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 six domaines d'action : les jeux, l'expression corporelle, les activités gymnique et athlétique, les activités de développement et d'entretien physiques, les sports d'eau et les sports de neige.

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 soumis à un test de ses capacités physiques et motrices (voir <http://www.unifr.ch/sport/fr/formation/>). La réussite de ce test est une condition à l'admission définitive dans ce programme d'études.

2.4.2.2 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.

2.4.3 Unités d'enseignement

2.4.3.1 Programme obligatoire de la 1^{ère} année (12 ECTS).

Ces UE sont prises en compte pour la réussite de la 1^{ère} année, au plus tard à la fin du 4^{ème} semestre.

Code	Titre	Sem.	Heures	ECTS
Formation scientifique				
PY.0610	Physiologie de l'exercice physique	SA	2	3
PY.0612	Workshop en physiologie de l'exercice physique	SA	1	1
SP.0600	Psychologie du sport	SP	2	3
SP.0602	Workshop en psychologie du sport	SP	1	1
SP.0770	Anatomie fonctionnelle spécifique au sport	SP	2	3
SP.0771	Workshop en anatomie fonctionnelle spécifique au sport	SP	1	1
				12

2.4.3.2 Autres UE obligatoires (1^{ère} à 3^{ème} année, 25 ECTS)

Code	Titre	Sem.	Heures	ECTS
Formation scientifique				
PY.0623	Bases neurophysiologiques	SA	1	1
SP.0700	Théorie de l'apprentissage et du contrôle moteur I	SA	2	3
SP.0701	Théorie de l'apprentissage et du contrôle moteur II	SP	2	3
SP.0710	Théorie des principes d'entraînement I	SA	2	3
				10
Formation pratique-méthodologique				
SP.0780	Approche systémique du jeu *	SA	1	1
SP.0810	Danse contemporaine I	SA	2	2
SP.0812	Gymnastique aux agrès I	SA	2	1
SP.0813	Gymnastique aux agrès II *	SP	2	2
SP.0825	Natation sportive I	SA	2	1
SP.0821	Natation sportive II *	SP	2	2
SP.0831	Athlétisme I	SP	2	1
SP.0832	Athlétisme II	SP	2	2
SP.0841	Condition physique en musique I	SA	1	1
SP.0834	Ski alpin			
	ou	Hors semestre	7 jours	2
SP.0836	Snowboard			
				15
SP.0784	Approche économique et fonctionnelle des sports de neige §	SA	1	1

* Unités d'enseignement contenant de la « pratique de la branche »

§ Cette UE est à suivre pour obtenir la reconnaissance de moniteur J+S ski alpin ou snowboard

2.4.3.3 Unités d'enseignement à choix (10 ECTS)

L'étudiant-e choisit **10 ECTS** parmi les unités d'enseignement ci-dessous

Code	Titre	Sem.	Heures	ECTS
Formation pratique-méthodologique				
SP.0800	Badminton	SA	2	2
SP.0801	Basketball I	SA	2	1
SP.0807	Basketball II	SP	2	2
SP.0803	Football	SP	2	2
SP.0808	Futsal	SA	2	2
SP.0809	Handball	SA	2	2
SP.0806	Hockey sur glace et patinage	SA	2	2
SP.0838	Jeux d'autres cultures	SP	2	2
SP.0802	Uni-hockey	SA	2	2
SP.0804	Volleyball I	SA	2	1
SP.0805	Volleyball II	SP	2	2
SP.0814	Escalade sportive	SP	2	2
SP.0833	Course d'orientation	SP	2	2
SP.0840	Condition physique assistée	SP	1	1
SP.0842	Inline-skating	SP	1	1
SP.0847	Nordic walking	SP	1	1
SP.0843	Jonglage – Equilibre	SP	1	1

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

Code	Titre	Sem.	Heures	ECTS
SP.0900	Les fonctions de l'intervention pédagogique	SA	3	2
SP.0752	Workshop en traumatologie et prévention en sport	SA	1	1
				3

2.4.4 Contenu des UE d'enseignement2.4.4.1 Formation scientifique

- La *physiologie de l'exercice physique* étudie le contrôle musculaire du mouvement, le métabolisme et les sources d'énergie, les adaptations neuromusculaires induites par l'entraînement de force, la régulation hormonale de l'exercice, les adaptations métaboliques à l'entraînement, la régulation cardiovasculaire, les adaptations respiratoires à l'exercice musculaire, la thermorégulation et l'exercice musculaire, la programmation de l'entraînement.
- Le cours sur les *bases neurophysiologiques* étudie principalement l'organisation de certains grands systèmes fonctionnels du corps humain, sous l'angle des mécanismes de régulation.
- Le cours d'*anatomie-fonctionnelle spécifique au sport* aborde l'étude fonctionnelle (mobilité-stabilité-contraintes) des unités corporelles sollicitées dans l'exécution de tâches motrices.
- La *psychologie du sport* se centre sur les émotions et la régulation du mouvement, la motivation dans la pratique du sport, le rôle de l'instruction et du feedback dans l'apprentissage moteur, l'entraînement mental, le comportement du leader, les fonctions de perception, de décision, d'action, l'évolution au sein d'un groupe.
- La *théorie des principes d'entraînement I* aborde les notions de bases des déterminants de la performance en vue d'une planification générale d'entraînement.
- La *théorie de l'apprentissage et du contrôle moteur I et II* 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.

2.4.4.2 Formation pratique – méthodologique

Les cours avec travaux pratiques portent sur l'étude technologique et didactique 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 (www.unifr.ch/science/gestens) avec en particulier un descriptif des objectifs d'apprentissage.

2.4.4.3 Formation didactique

- *Les fonctions de l'intervention pédagogique* traite principalement de la présentation des tâches motrices, de l'organisation de la classe et du matériel, de la conduite des élèves en activités.

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 lien « Connexion » de <http://gestens.unifr.ch/sc/pub/ue/base.asp?page=11>.