Sport

ECTS : 3

Description du contenu de l'enseignement :

L'UE Sport permet une pratique régulière d'une activité physique et sportive tout au long de l'année.
C'est un enseignement optionnel qui permet de valider des crédits ECTS et de valoriser ainsi ses compétences sportives dans son cursus universitaire.

Les UE sont ouvertes à tout niveau (sauf le tennis - classé minimum 30). L'étudiant peut choisir parmi les sports suivants :

- Athletic capacity
- Badminton
- Basket
- Boxe française
- Danse contemporaine
- Escalade en bloc
- Escalade en voie
- Football
- Handball
- Musculation
- Personal training
- Prévention santé / secourisme
- PSC1 et formateur Gestes qui sauvent
- Rugby
- Step
- Tennis
- Tennis de table
- Volley ball
- VTT

Compétence à acquérir :

L'objectif est d'acquérir des compétences transversales essentielles dans les activités sportives, compétences transposables aussi bien dans les études que dans la vie professionnelle.

Vous serez évalué, dans chaque activité, à travers les critères suivants :
- votre performance physique et votre progression (contrôle continu, en cours de formation ou terminal en fonction de l'activité)
- les connaissances dispensées pas l'enseignant lors des cours (évaluation sous forme de dossier et/ou de restitution de connaissances en fin de semestre)
- vos comportements sociaux (assiduité, investissement, capacité à communiquer...)

Mode de contrôle des connaissances :

Vous serez évalué(e) :

- 1/3 sur la Pratique physique
- 1/3 sur la Théorie (dossier, contrôle de connaissances)
- 1/3 sur l'Investissement / progrès / Présence