

UE10 APSA « ACTIVITES PHYSIQUES SPORTIVES ET ARTISTIQUES »
UE proposée par le SUAPS (service universitaire des activités physiques et sportives)

3 ECTS – Charge globale de travail pour l'étudiant : 75h

Volume horaire	18h en présentiel
Responsable de l'UE	Enseignants d'EPS
Semestres auxquels l'UE est accessible	Semestre pair et impair
Nombre de groupes prévus	Consulter le planning des activités sportives
Capacité d'accueil par groupe	Variable en fonction du type d'activité
Public concerné	tout étudiant de licence

Compétences visées : les **compétences générales** suivantes organisent l'ensemble des UE10 APSA

Compétence 1	Se fixer et conduire de façon de plus en plus autonome un projet (entraînement, apprentissage, artistique...) Analyser sa pratique, identifier ses propres processus d'apprentissage.
Compétence 2	S'engager lucidement dans l'activité. Gérer ses limites, doser ses efforts. Gérer son temps, planifier et gérer une séquence de travail collectif. Gérer le stress, la pression.
Compétence 3	Se situer dans une démarche de découverte et d'appropriation culturelle. Interagir avec les autres dans un environnement nouveau.
Compétence 4	Travailler en groupe : s'intégrer, s'adapter, se positionner, collaborer, communiquer, rendre compte.
Compétence 5	Se confronter au regard de l'autre, accepter les critiques, observer, évaluer l'autre, s'autoévaluer.
Compétence 6	Appréhender et utiliser les règles, les codes et les principes de travail nécessaires à l'optimisation de la performance ou à une meilleure efficacité.

A travers l'**UE10 APSA**, et selon l'activité choisie, certaines de ces compétences générales seront plus particulièrement travaillées et poursuivies.

Développer certaines de ces compétences générales sous-tend de s'investir dans l'activité choisie à travers la poursuite de **compétences plus spécifiques** à l'activité.

L'atteinte d'une compétence en EPS permettra aux étudiants d'être capable de s'adapter de façon pertinente aux situations variées des différentes pratiques physiques.

Par exemple en gymnastique, l'étudiant compétent sera capable de choisir des difficultés en fonction d'un code de pointage et d'une connaissance de ses possibilités face aux contraintes et exigences des tâches motrices.

Objectifs :

- Construire sa motricité de façon raisonnée et sécurisante.
- Mettre en relation ses points forts et ses points faibles au regard des situations et de l'environnement (humain, matériel) auxquels il est confronté.

Modalités d'évaluation :

Contrôle continu et contrôle terminal pour la pratique. Restitution d'un dossier en fin de semestre pour la partie théorique (avec soutenance en Licence 3).