

Organisation de l'UEO/R	Nombre d'heures en présentiel par semestre : 18h/semestre Si labellisation MAPUI, nb d'heures en distanciel par semestre : Nombre d'heures par semaine : 1h30 Lieu du déroulé de l'UEO/R : Pôle sportif – Campus Hannah Arendt <i>organisation spécifique (ex : UEO dispensée hors université, pendant les vacances d'enseignement, etc.), précisez :</i> UEO/R pouvant être dispensée entièrement à distance en cas de nécessité : OUI <input checked="" type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/>
--------------------------------	---

Prérequis éventuels : OUI NON
Si oui, précisez :

Objectifs et contenus :

À travers l'UEO Aérodanse - Fitness, les compétences générales surlignées seront particulièrement sollicitées. Développer ces compétences générales sous-entend de s'investir dans l'activité Aérodanse - Fitness à travers des compétences spécifiques à l'activité, constituant ainsi la trame de la formation.

Ces 3 compétences spécifiques sont les suivantes :

- Être capable de **s'engager et de persévérer afin d'atteindre une zone d'effort** (en utilisant différents paramètres pour produire des effets attendus, en préservant l'intégrité physique).
- Être capable de créer un enchaînement collectif en utilisant différents procédés de composition, en variant l'utilisation de l'espace scénique et autour de l'aérodanse-fitness les formations et les interactions entre partenaires.
- Être capable de reproduire et créer des séquences basées sur une motricité aérodanse - fitness en lien avec le support musical.

Grille et protocole d'évaluation : UEO Aérodanse Fitness :

Compétences spécifiques	Niveau 1	2	3	4
1 : persévérer dans l'effort	Ne tient pas l'effort tout au long de la séance	L'effort est tenu et continu mais mal géré (s'as soit dès que possible)	Gère son effort, ne bloque pas sa respiration pendant l'effort, s'hydrate	Mobilise ses segments avec des postures préservant l'intégrité physique, adapte sa respiration
2 : reproduire	N'arrive pas à suivre l'enchaînement imposé	Valide les pas de base, des difficultés lors des complexifications de l'enchaînement (impulsions, bras, rotation...)	Bonne maîtrise de l'enchaînement mais des difficultés de coordination bras/jambes.	Enchaînement maîtrisé sans fautes, est capable de réussir les complexifications (bras, rotations...)
3 : respecter le rythme	Rythme trop soutenu, est toujours à contre temps	Est souvent à contretemps.	Maîtrise le rythme imposé par le support musical.	
4 : coordination bras et jambes	Effectue uniquement les mouvements des jambes	Effectue correctement les jambes, pose quelques bras	Coordination bras/jambe maîtrisée mais manque d'amplitude	Coordination bras/jambes réalisée parfaitement avec amplitude et dynamisme.

Modalités de contrôle des connaissances : voir plus haut (évaluation semestrielle en contrôle continu et/ou terminal)		
Evaluation 1 : Choisissez un élément.	<i>Si autre : précisez :</i>	Coefficient
évaluation 1 : Choisissez un élément.	Durée évaluation 1 :	
Evaluation 2 : Choisissez un élément.	<i>Si autre : précisez :</i>	Coefficient
évaluation 2 : Choisissez un élément.	Durée évaluation 2 :	
Evaluation 3 : Choisissez un élément.	<i>Si autre : précisez :</i>	
Coefficient évaluation 3 : Choisissez un élément.	Durée évaluation 3 :	
Compétences visées (ces deux compétences seront mentionnées sur le supplément au diplôme) : <i>Attention – 100 caractères maximum par compétence.</i>		
* Compétence 1 : Être capable de gérer ses limites et de doser ses efforts.		
* Compétence 2 : Être capable d’assumer son image - silhouette/corps - de prendre conscience des langages et des codes non verbaux - et de les utiliser.		
IMPORTANT (précisez ici les informations spécifiques à signaler aux étudiants dans le catalogue des UEO/R, à la scolarité pour le paramétrage de l’UEO ou UER, etc.) :		

Signature du responsable pédagogique de l'UEO/R :



Signature du responsable de l’UFR ou du service porteur de l'UEO/R :

Date et avis du conseil de la composante ou du service de rattachement :

Cliquez ici pour entrer une date.

Choisissez un élément.