

<input checked="" type="checkbox"/> UE d'Ouverture (UEO) ou <input type="checkbox"/> UE de Remédiation (UER)	
<input type="checkbox"/> Renouvellement à l'identique <input type="checkbox"/> Suppression <input checked="" type="checkbox"/> Renouvellement avec modification (<i>mettre les modifications en rouge</i>) <input type="checkbox"/> Création	
Intitulé de l'UEO/R <i>(si différents niveaux, précisez : initiation, approfondissement, 1,2,etc.)</i>	UEO PASS CARDIO MUSCULATION
Composante/Service assumant la charge financière de l'UEO/R	Service universitaire des activités physiques et sportives (SUAPS)
Composante/Service assurant la gestion pédagogique de l'UEO/R Responsable pédagogique de l'UEO/R <i>(Nom, prénom, fonction et mail université)</i>	Service universitaire des activités physiques et sportives (SUAPS) Eric Marizy - Directeur du SUAPS - eric.marizy@univ-avignon.fr
UEO/R assurée par le responsable pédagogique (université) ...	OUI <input type="checkbox"/> NON <input checked="" type="checkbox"/> <i>Si oui, précisez le volume horaire annuel prévisionnel de l'UEO/R qui sera dispensé en 2023-2024 en HETD :</i>
... et/ou assurée par un ou plusieurs autres personnels de l'université ...	OUI <input type="checkbox"/> NON <input checked="" type="checkbox"/> <i>Si oui, précisez son nom et le volume horaire HETD 2023-2024 :</i>
... et/ou assurée par un ou plusieurs intervenants extérieurs <i>Si l'intervenant représente une association, précisez s'il existe une convention de partenariat</i>	OUI <input checked="" type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/> <i>Si oui, précisez :</i> - <i>nom, prénom, fonction</i> : 6 intervenants, Professeurs d'EPS - <i>statut</i> : <input checked="" type="checkbox"/> <i>vacataire</i> > volume horaire HETD 2023-2024 : 324h <input type="checkbox"/> <i>intervenants non rémunérés</i> OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/> <i>Si oui, précisez le nom de l'association :</i> <i>Convention de partenariat à joindre en annexe le cas échéant</i>
Semestre(s) concerné(s)	1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 <input checked="" type="checkbox"/> 3 <input checked="" type="checkbox"/> 4 <input checked="" type="checkbox"/> 5 <input checked="" type="checkbox"/> 6 <input checked="" type="checkbox"/>
Public concerné	UEO > L'ensemble des étudiants d'Avignon Université ? : OUI <input checked="" type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/> <i>Si non, précisez :</i>
Modalités d'inscription	Etudiant (ENT) <input checked="" type="checkbox"/> Secrétariat pédagogique <input type="checkbox"/>
Capacité d'accueil de l'UEO/R (numerus clausus)	Semestre pair : 24 Semestre impair : 24 Nb de groupe(s) demandé(s) => sem. pair : 9 sem. impair : 9

Compétences spécifiques	Niveau 1	Niveau 2
Connaissances En tant qu'acteur de son plan d'entraînement.	Connaître les 2 mobiles d'agir offerts par la pratique de la musculation : santé et morphologique Déterminer une charge maximale théorique Mettre en relation des paramètres de l'entraînement : charges - séries - répétitions - récupération - dynamique du mouvement. Connaître les groupes musculaires sollicités dans la pratique : la dénomination et la localisation des grands groupes musculaires sollicités.	Concevoir progressivement ses séances de façon autonome et personnalisée en mettant en relation le mobile poursuivi et les régimes de contraction musculaire, de durée, d'intensité, de vitesse d'exécution, de récupération, avec ou sans charge...
Capacités En tant que pratiquant	Éprouver le travail relatif à plusieurs mobiles : tester des séances-types données par l'enseignant en fonction d'un mobile poursuivi. Conduire sa séance en la régulant grâce aux paramètres proprioceptifs connus. Mobiliser ses segments avec des postures, des trajets qui préservent l'intégrité physique.	Poursuivre un unique mobile d'agir que l'on peut justifier. Personnaliser et diriger son échauffement en solo ou à plusieurs en fonction du mobile, de son vécu (début/milieu/fin de cycle, pratique antérieure de l'activité) et de ses particularités personnelles (fragilité ou blessures antérieures). Différencier sa respiration en fonction du mouvement effectué Utiliser son carnet d'entraînement. Retranscrire le travail réalisé et analyser les écarts éventuels entre le « prévu » et le « réalisé ».
Attitudes En tant qu'utilisateur d'une salle de musculation	Respecter les règles d'hygiène de la salle : serviette, bouteille d'eau, chaussures propres et portable éteint ! Rester disponible et vigilant quand on apporte de l'aide à un camarade. Renseigner son camarade (postures, trajets moteurs, respiration, dissymétrie...) Se rendre disponible pour mettre en place et ranger le matériel, les charges, les barres.	En tant qu'aide et/ou pareur, accompagner si nécessaire le pratiquant au bout de son effort avec un soutien de la charge en fin de mouvement

Modalités de contrôle des connaissances : voir plus haut

(évaluation semestrielle en contrôle continu et/ou terminal)

Evaluation 1 : Choisissez un élément.

Si autre : précisez :

Coefficient évaluation 1 : Choisissez un élément.

Durée évaluation 1 :

Evaluation 2 : Choisissez un élément.

Si autre : précisez :

Coefficient évaluation 2 : Choisissez un élément.

Durée évaluation 2 :

Evaluation 3 : Choisissez un élément.

Si autre : précisez :

Coefficient évaluation 3 : Choisissez un élément.

Durée évaluation 3 :

Compétences visées (ces deux compétences seront mentionnées sur le supplément au diplôme) :

Attention – 100 caractères maximum par compétence.

* **Compétence 1** : Être capable de se mettre dans une logique de projet personnel – auto évaluation – et de faire évoluer ce projet

* **Compétence 2** : Être capable de gérer ses limites et de doser ses efforts

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.

Cette fiche dûment complétée et signée est à retourner par la composante ou le service porteur avant le 8 février 2023 pour une UER ou le 8 mars 2023 pour une UE, à l'adresse suivante : magali.vincent@univ-avignon.fr