

<b>Code ECTS :</b>	I1ANGA11
<b>Crédits ECTS :</b>	5
<b>Enseignant responsable de l'UE :</b>	Veronique Gros
<b>Libellé de l'UE (français) :</b>	Grandir en autonomie et construire son projet professionnel (Niveau 1)
<b>Libellé de l'UE (anglais) :</b>	

**VERSION FRANÇAISE****Objectif de l'enseignement<sup>1</sup> (max 1000 caract.):**

A la fin de ce module, l'étudiant devra avoir compris et pourra expliquer (principaux concepts) :

L'étudiant devra être capable de : mieux se connaître, agir avec les autres, s'orienter, découvrir le métier.

Activités Physiques et Sportives  
L'étudiant devra être capable de :

S'engager dans une pratique physique régulière.  
Connaître et mettre en œuvre les principes d'intensité, de durée, de quantité, de récupération.

Accepter l'effort, repousser ses limites.

Connaître et mettre en œuvre les méthodes pour préserver sa santé (principes physiologiques, méthodes de récupération, maintien postural, lutte contre la surcharge pondérale...).

Connaître ses points forts et ses points faibles

Savoir utiliser les techniques spécifiques en fonction de la situation.

S'engager physiquement et mentalement dans les situations

Communiquer ses intentions

Identifier les causes de ses réussites et échecs

Connaître les rôles que l'APS implique

Connaître les règles pour agir en sécurité pour soi-même et pour les autres

A la fin de ce module, l'étudiant devra avoir compris et pourra expliquer (principaux concepts) :

L'étudiant devra être capable de :

*Le verbe qui décrit l'objectif doit décrire de façon précise l'effet attendu, on conseille d'éviter des verbes vagues pour lesquels il sera difficile de vérifier si l'objectif est atteint (connaître, comprendre, apprendre, savoir...)*

*On peut s'inspirer des verbes d'actions de la taxonomie de Bloom<sup>2</sup>*

**VERSION ANGLAISE****Objectives (max 1000 charact.) :**

At the end of this module, the student will have understood and be able to explain (main concepts):

The student will be able to:

<b>Description de l'enseignement (max 1000 caract.):</b>	<b>Description (max 1000 caract.):</b>
<p>Programme (contenu détaillé) :                      Activités Physiques et Sportives, Parcours professionnel individualisé, et filières sport de haut niveau, musique et danse - études.</p> <p>Organisation (déroulement) :                      Annuelle, à raison de séquences régulières, en alternance avec des temps forts type projets ou stages.</p>	<p>Programme (detailed contents):</p> <p>Organisation:</p> <p>Main difficulties for students:</p>
<p><i>Vous pouvez aussi mentionner ci-dessus les documents remis aux étudiants</i></p>	
<p>Principales difficultés habituellement rencontrées par les étudiants :</p> <p>Devenir acteur de sa formation.</p>	

<b>Méthode d'évaluation (max 1000 caract.):</b>	<b>Assessment (max 1000 caract.):</b>
<p>Comment évaluez-vous que ces objectifs sont atteints ?</p> <p>En quoi le système d'évaluation aide les étudiants à atteindre ces objectifs ?</p> <p>Contrôle continu, évaluation par fiche personnalisée sur les acquis de l'apprentissage</p>	<p>How do you assess that the objectives have been reached?</p> <p>How does your assessment system help the student to reach the objectives?</p>
<p>Examen écrit <input type="checkbox"/> oral <input checked="" type="checkbox"/> Rapport <input checked="" type="checkbox"/> Exposé <input type="checkbox"/> TP <input type="checkbox"/></p>	<p>Written ex. <input type="checkbox"/> Oral ex. <input type="checkbox"/> Report <input type="checkbox"/> Presentation <input type="checkbox"/> Labwork <input type="checkbox"/></p>
<p><b>Autre (à préciser) :</b> Pratique physique</p>	<p><b>Other (please describe) :</b></p>

<b>Pré-requis (notions nécessaires) (max 200 caract.):</b>	<b>Necessary knowledge (required knowledge) (max 200 caract.):</b>

<b>Bibliographie (auteur, titre, éditeur, année, ISBN) :</b> <i>Bibliographie, webographie, photocopié...</i> <i>Il s'agit de documents accessibles aux étudiants pour mieux maîtriser votre enseignement</i>	<b>Bibliography (author, title, publisher, year, ISBN) :</b>

Horaire présentiel : <i>Tel que l'enseignement est comptabilisé</i>		Travail personnel <sup>3</sup> :	Contact hours:	Personal work :
CM :			Lectures:	
TD :	49h APS +12h PPI (61h)		Tutorials:	
TP :			Lab work:	
Projet :			Project:	
Examen formatif			Coursework	
Examen certificatif			Exam	

<b>Langue(s) utilisée(s) pour l'enseignement :</b>	Français
--	----------

<b>Type de formation :</b>	Formation initiale <input checked="" type="checkbox"/> Formation continue <input type="checkbox"/> Apprentissage <input type="checkbox"/> VAE <input type="checkbox"/>
----------------------------	--

<b>Mots clés :</b>	<b>Keywords :</b>
Santé, connaissance de soi, engagement, régularité.	

<sup>1</sup>[http://enseignants.insa-toulouse.fr/fr/ameliorer\\_mon\\_cours/comment\\_rediger\\_les\\_objectifs\\_de\\_son\\_enseignement.html](http://enseignants.insa-toulouse.fr/fr/ameliorer_mon_cours/comment_rediger_les_objectifs_de_son_enseignement.html)

<sup>2</sup>[http://enseignants.insa-toulouse.fr/fr/ameliorer\\_mon\\_cours/la\\_taxonomie\\_de\\_bloom.html](http://enseignants.insa-toulouse.fr/fr/ameliorer_mon_cours/la_taxonomie_de_bloom.html)

<sup>3</sup> à titre d'exemple, on peut multiplier le présentiel par un facteur fonction du type de pédagogie : 0,9 pour les CM, 0,7 pour les TD, 0,3 pour les TP, 1,5 pour les APP et autres pédagogies actives. Dans tous les cas, cette valeur doit être la plus authentique possible et s'appuyer sur des moyens appropriés pour guider le travail personnel de l'étudiant (exercices non corrigés lors des TD, préparation de TP, exercices « pour aller plus loin », grilles d'auto-évaluation, travail personnel à faire utilisant la bibliographie recommandée, ...)