

ENSEIGNEMENT OPTIONNEL

SPORT // SUAPS :

MOBILISATION DE LA PERSONNE

RESPONSABLE : Mr BERGANTZ Serge (Professeur EPS SUAPS)

ETUDIANTS CONCERNÉS : **DFAS01 & DFAS02**

UNE RÉUNION D'INFORMATION AURA LIEU DÉBUT SEPTEMBRE.

PLACES DISPONIBLES :

- DFAS01 : 40 places
- DFAS02 : 30 places

VOLUME HORAIRE / FORME PÉDAGOGIQUE :

- 20 heures (**minimum**)
- **Formule « A la carte »** => l'étudiant choisit une activité physique et sportive pour l'année universitaire ou une par semestre.
Les activités correspondent à une partie du programme **SUAPS** et seront énumérées lors de la réunion d'information.
(Plus de 67 activités)
Contrat : L'étudiant s'engage à **s'investir sérieusement** 20 séances sur l'année universitaire. Si choix de 2 activités : Obligation de faire 10 séances de chacune d'elles par semestre. L'étudiant dispose d'une carte sur laquelle l'enseignant apposera sa signature pour « **validation de séance** »
- **30 semaines « SUAPS » pour réaliser 20 séances.**
L'objectif étant de fidéliser l'étudiant sur toute l'année universitaire, **une seule séance hebdomadaire** sera validée sur la carte.

OBJECTIFS / COMPÉTENCES :

- Gérer son activité physique, l'intégrer dans son emploi du temps et prendre conscience de ses bienfaits pour la santé physique et mentale.
- Découverte de nouvelles (et/ou) différentes activités sportives
- Pouvoir d'action, de progrès et acquisition de connaissances.

VALIDATION DE L'ENSEIGNEMENT :

- Respect du contrat