

MULTI COMBATS

Thématique : Sport

Composante / Service dispensant l'UE : SUAPS

Au travers de cet enseignement, en prenant pour support une pratique physique et sportive, le SUAPS vous permet d'acquérir les compétences permettant de vous inscrire dans une pratique physique durable : enjeu sanitaire sociétal. Vous aborderez ainsi les thèmes transversaux de l'acculturation à une pratique physique et sportive : gestion de votre vie physique, autonomie et sécurité dans la pratique, bien être.

Objectifs pédagogiques et contenu	-Découvrir les principes fondamentaux de différents sports de combat (Judo, Lutte, grappling, Ju-Jitsu, Boxe Française) à travers les thèmes de la santé, la relation à l'autre, la maîtrise de son corps et l'affirmation de soi. -Développer une meilleure connaissance de soi, de son corps et de ses mécanismes au moyen d'une activité d'opposition de combat (au corps à corps et à distance). -Favoriser une réflexion personnelle sur les activités pratiquées et de leurs apports sur le plan de la formation de soi, à travers un examen critique de son propre vécu.
Modalités d'enseignement	☒ Cours en présence ☐ cours en ligne ☐ hybride (nb d'heures en présence)
Volume horaire	Nombre d'heures de cours : 18h TD ou 24h TD + travail écrit personnel Estimation du nombre d'heures de travail personnel étudiant : 08 hTD
Responsable	Gérald GUINARD
Contact pour information	gerald.guinard@uca.fr plus d'informations ici
Intervenants	Gérald GUINARD Professeur EPS
Calendrier des enseignements	☒ Durée 1 semestre – 2 ^{ème} semestre Début des activités : 2 ^{ème} semestre du 11 janvier 2027 au 09 avril 2027
Créneau horaire pour les cours en présence	Vendredi 14h00-16h00
Lieu d'enseignement	SUAPS-Stade universitaire : 15 rue Poncillon Clermont-Fd / Dojo (salle de Judo)
Capacité d'accueil	28 par créneau
Effectif minimum pour ouverture de l'UE	10 par créneau
Modalités de contrôle des connaissances et des compétences	Assiduité : Nombre d'absences au-delà duquel l'obligation d'assiduité sera déclarée non remplie, entraînant la défaillance de l'étudiant : 2 par semestre Évaluation initiale : contrôle continu et constitution d'un dossier (bilan écrit sur une analyse de son propre vécu dans l'activité) 2^{nde} chance : Epreuve théorique écrite (durée : 1h30)
Complément d'information, contraintes spécifiques	Niveau requis : Cette UE s'adresse à tous les étudiants et étudiantes souhaitant découvrir la diversité des sports de combat et leur spécificité. Équipement : Les participants(tes) devront être vêtus d'un <u>kimono, short, tee-shirt</u> (les gants de boxe sont fournis par le SUAPS). Règles de sécurité : Pour garantir la pratique du judo en toute sécurité sont interdits : bagues, montre, bracelet, boucles d'oreille, piercing ou tout autre accessoire pouvant mettre en danger sa sécurité et/ou celle des autres. Règles d'hygiène : prévoir une paire de tongs (ou sandalettes, chaussons...) pour se rendre des vestiaires au dojo. Après avoir procédé à votre inscription pédagogique sur IPWeb, merci de suivre le lien qui vous sera transmis par mail afin de choisir votre créneau.