

# AQUATHLON (NATATION / RUNNING) – 24-25

Thématique : 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	<p><b>Initiation et perfectionnement Aquathlon</b> : activité où vous enchaînez natation et running.</p> <p><u>Acquisition</u> : construction d'outils pour mieux gérer sa vie physique actuelle et future : lien avec l'alimentation, la récupération et l'entraînement.</p> <p>Augmentation de ses ressources afin d'être plus efficace et chercher à aller vers plus d'autonomie. Construction de repères propres (temporels, de terrains, de déplacements dans des espaces différenciés) pour accéder progressivement à une meilleure connaissance de son potentiel.</p> <p>Optimisation de la performance dans l'enchaînement de deux activités physiques.</p> <p><b>Si vous avez vécu une expérience dans l'une ou l'autre de l'activité</b>, vous apprendrez comment vous préparer pour un objectif spécifique en construisant votre propre programme d'entraînement.</p> <p><b>Remarque</b> : en natation, il sera nécessaire de savoir enchaîner plusieurs longueurs de bassin de 50m pour pouvoir s'engager dans cette UE.</p>
Modalités d'enseignement	<input checked="" type="checkbox"/> cours en présence
Volume horaire	Nombre d'heures de cours : 24h TD Estimation du nombre d'heures de travail personnel étudiant : 6h TD
Responsable	Stéphane Varennes (pour la partie Natation) Vincent Philippon (pour la partie Running)
Contact pour information	Stéphane Varennes : <a href="mailto:stephane.varennes@uca.fr">stephane.varennes@uca.fr</a> Vincent Philippon : <a href="mailto:vincent.philippon@uca.fr">vincent.philippon@uca.fr</a>
Intervenants	Stéphane VARNENNES Professeur EPS. BE Natation. Vincent PHILIPPON Professeur EPS. Entraîneur 2 <sup>e</sup> degré de course Hors Stade.
Calendrier des enseignements	<input checked="" type="checkbox"/> Durée 1 semestre – 1 <sup>er</sup> semestre Début des activités : 1 <sup>er</sup> semestre du 23 Septembre 2024 au 20 décembre 2024
Créneau horaire pour les cours en présence	Vendredi de 9h à 11h
Lieu d'enseignement	Piscine Coubertin. Rue de Coubertin 63000 Clermont Ferrand (NATATION) Site du SUAPS. 15 rue Poncillon 63000 Clermont Ferrand (RUNNING)
Capacité d'accueil	15 personnes par semestre (créneau partagé avec activités non qualifiantes)
Effectif minimum pour ouverture de l'UE	10 personnes par semestre (créneau partagé avec activités non qualifiantes)
Modalités de contrôle des connaissances et des compétences	<p><b>Assiduité</b> : Nombre d'absences au-delà duquel l'obligation d'assiduité sera déclarée non remplie, entraînant la défaillance de l'étudiant : 2 par semestre.</p> <p><b>Évaluation initiale</b> : Evaluation continue et évaluation finale avec constitution d'un dossier (carnet d'entraînement relatant des séances effectuées)</p> <p>Contrôle continu et surtout pratique. Il sera demandé à l'étudiant de tenir à jour son carnet d'entraînement. Ce document à transmettre aux enseignants en fin de semestre fera partie de l'évaluation.</p> <p>Prise en compte de l'investissement personnel et des progrès. Evaluation des acquis au cours des séances par des tests et observation des diverses situations.</p> <p><b>2<sup>nd</sup>e chance</b> : Epreuve théorique écrite (durée : 1h30)</p>
Complément d'information, contraintes spécifiques	<p><b>Période d'inscription</b> : <b>du 16 septembre au 02 octobre 2024</b></p> <p>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.</p>