

FICHE EC Humanités

Nom de l'EC	Activité physique et sportive	Code : H-12-APS-STPI
Public	STPI – 1 ^{ère} année	Année : 1 Semestre(s) : 2
Responsable	Isabelle MARX	
Horaires / élève	Total : 21h/semestre Dont → TD : 21h/semestre	
Type EC	EC Obligatoire	
Objectifs de l'unité de valeur	<ul style="list-style-type: none"> - Amélioration des savoir-faire et des savoirs dans l'APS choisie. - Acquisition des savoir-être en EPS, transférables dans le milieu professionnel de l'ingénierie 	
Pré requis	- Etre apte physiquement.	
Programme	<ul style="list-style-type: none"> - Amélioration de la condition physique et des qualités corporelles - Travail d'assimilation et de renforcement de gestes techniques - Amélioration de la psychomotricité - Amélioration des qualités psychosociologiques (dynamique de groupe : sport collectif) - Acquisition du goût de l'effort et du plaisir dans la pratique sportive - Recherche d'une détente physique et psychologique en compensation du travail intellectuel - Amélioration du travail en autonomie. 	
Système d'évaluation	20 points dont : - 8 pts en maîtrise d'exécution (technique, tactique) - 4 pts en performance (chrono, matchs, distance, charges soulevées...) - 8 pts en participation, présence, en progrès, en <u>attitude</u> et ponctualité. Contrôle continu	
Avis et conseil de l'enseignant		
Contact	isabelle.marx@insa-rouen.fr	