

DELIBERATION N°2024-25_092
de la commission de la formation et de la vie universitaire
de l'université Marie et Louis Pasteur

Séance du jeudi 27 mars 2025

8. Offre de formation :

8.3 UE BIP The great outdoors : exercise and health

La délibération étant présentée pour DECISION

Effectif statutaire : 40 Membres en exercice : 39 Quorum : 20 Membres présents : 11 Membres représentés : 11 Total : 22	Refus de vote : 0 Abstention(s) : 0 Suffrages exprimés : 22 Pour : 22 Contre : 0
--	--

Vu le code de l'éducation notamment l'article L.712-6-1 ;

Vu les statuts de l'Université Marie et Louis Pasteur notamment l'article 11.3.

Les membres présents et représentés de la commission de la formation et de la vie universitaire de l'université Marie et Louis Pasteur, après en avoir délibéré, approuvent l'UE BIP The great outdoors : exercise and health.

Besançon, le 27 mars 2025

Pour la Présidente et par délégation,
Le directeur général des services

Thierry CAMUS



Annexe(s) / pièce(s) jointe(s) :

. UE BIP The great outdoors : exercise and health

*délibération transmise à la Rectrice de la région académique, Chancelière des universités
délibération publiée sur le site internet de l'université de Franche-Comté*

Point n°8 Offre de formation – 8.3– UE BIP THE GREAT OUTDOORS, EXERCISE AND HEALTH

VU le guide du programme Erasmus+ 2024 : : https://erasmus-plus.ec.europa.eu/sites/default/files/2023-11/2024-Erasmus%2BProgramme-Guide_FR.pdf

VU la délibération n° 2023-24_069 de la CFVU du 15/02/2024

Nombre d'ECTS :

3 ECTS

Dates :

Composante virtuelle : 07/05/2025 et 13/05/2025

Composante physique : 02/06/2025 au 08/06/2025

Nombre d'étudiants participant :

2 étudiants de licence de l'UFR STAPS

Public cible et prérequis :

Licence, Master

La langue d'enseignement est l'anglais.

Disciplines concernées à l'UMLP :

Sport

UFR STAPS, tous parcours

Enseignant coordinateur à l'UMLP :

Laurent Mourot

Consortium :

Université de Chieti-Pescara (IT)

Université de Sassari (IT)

Université Technologique de Munster (GER)

Université des sciences appliquées du sud-est de la Finlande (FIN)

Université d'Extremadura (ES)

Université de Jaén (ES)

Descriptif précis :

L'objectif principal de ce BIP est d'utiliser des leçons théoriques et pratiques pour éduquer les aspirants kinésithérapeutes et les professionnels de la santé sur les avantages de l'exercice en plein air pour la santé humaine, en particulier pour les personnes malades. Les leçons pratiques seront fondées sur la propre expérience des participants quant aux impacts multiples des divers éléments de la vie en plein air. Le

BIP sera réalisé dans la région verte européenne des Abruzzes, qui permettra de tester des disciplines axées sur l'alpinisme et la mer.

Contenu du BIP :

Le programme décrit un événement comprenant diverses activités théoriques et pratiques autour de la santé, de l'activité physique et de la nature, avec un accent particulier sur des approches adaptées pour des personnes ayant des besoins spécifiques. Voici un résumé détaillé :

4 et 5 juin : Conférences

Revue de la littérature, par David Sánchez Oliva de l'Université d'Estrémadure.

Le pouvoir de la respiration, par David Cruz Díaz et Felipe León Morillas, Université de Jaén.

Pratiques physiques :

- Taijiquan (pratique au lever du soleil).
- SUP et SUP adapté (théorie et pratique) pour les personnes atteintes de la maladie de Creutzfeldt-Jakob (NCCD).
- Pagaie et pagaie adaptée (théorie et pratique), incluant les participants atteints de la NCCD.
- Apnée et nage avec palmes adaptée (théorie et pratique), pour personnes handicapées.
- Yoga (pratique au coucher du soleil).

5, 6 et 7 juin : Sessions théoriques et pratiques (8 heures par jour).

Activités pratiques et théoriques :

- Taijiquan (pratique au lever du soleil).
- Trekking : Un itinéraire du Wolf Visitor Center à la « Fossa di Pentima ».
- Activités de recherche dans le cadre du projet « Allenarsi per la Salute into the Wild ».
- Vélo de montagne dans un environnement mixte.
- Interprétation de la nature.
- Randonnée au coucher du soleil et observation des étoiles, comprenant une nuit en refuge et une session théorique sur l'astronomie.
- Canoë.
- Yoga (pratique au coucher du soleil).

7 juin : Activités sociales nocturnes à Pescara.

Le programme mélange à la fois des séances de théorie et de pratique, avec un focus sur l'intégration de la nature, des activités physiques adaptées et des recherches sur l'impact de ces activités sur la santé. Les participants peuvent découvrir diverses pratiques physiques comme le Taijiquan, le SUP et le yoga, tout en ayant des opportunités de randonnées, d'astronomie et d'activités sociales.

Objectifs pédagogiques :

La composante virtuelle du BIP fournit des connaissances de base pour les sessions en personne. Il met l'accent sur l'importance théorique des activités physiques en plein air.

La composante en présentiel du BIP vise à fournir des expériences personnelles et pratiques démontrant les avantages psychophysiques de l'activité physique et de l'exercice en plein air.

Méthodes :

- Les participants expérimenteront personnellement les effets psychophysiques des activités physiques de plein air.
- Les activités comprendront une interaction avec des personnes atteintes de troubles de la coagulation.
- Les étudiants observeront également les activités de recherche menées par l'université d'accueil.
- Résultats :
- Connaissance des théories de base, évaluée par un examen écrit en ligne.
- Effets psychologiques quantifiés à l'aide de questionnaires validés.