

## Descriptif de module

**Domaine** : Santé

**Filière** : Physiothérapie

### 1. Intitulé du module : Promotion de la santé et activité physique

2026-2027

**Code** : S.PH.370.1007.F.22

**Type de formation** : Bachelor

**Niveau** : Module de base

**Type** : Module principal

#### Caractéristique :

☒ Module obligatoire dont l'échec définitif entraîne l'exclusion définitive de la filière selon l'art. 32 du Règlement sur la formation de base (bachelor et master) en HES-SO du 2 juin 2020.

#### Organisation temporelle :

- ☒ Module sur 1 semestre  
☐ Module sur 2 semestres  
☐ Semestre d'automne  
☒ Semestre de printemps  
☐ Autre : ...

### 2. Organisation

**Crédits ECTS** : 6

**Langue principale d'enseignement** : Français

**Autres compétences linguistiques** : Lecture de littérature scientifique en anglais

#### Exigences liées à la fréquentation de la formation :

- ☒ La présence à l'ensemble des cours théoriques et pratiques de ce module est requise.  
☐ Pour les cours de simulation, la participation est obligatoire.

### 3. Compétences visées/Objectifs généraux d'apprentissage

#### Rôles et compétences visées

- A. Rôle d'Expert.e** : Compétences ☐ Ab1 ☐ Ab2 ☐ Ab3 ☐ Ab4 ☐ Ab5 ☒ Ab6 ☐ Ab7 ☐ Ab8
- B. Rôle de Communicatrice.eur** : Compétences ☐ Bb1 ☐ Bb2 ☐ Bb3 ☐ Bb4
- C. Rôle de Collaboratrice.eur** : Compétences ☐ Cb1 ☐ Cb2
- D. Rôle de Leader** : Compétences ☐ Db1 ☒ Db2 ☐ Db3
- E. Rôle de Promotrice.eur de la santé** : Compétences ☒ Eb1 ☐ Eb2 ☒ Eb3 ☒ Eb4 ☐ Eb5 ☐ Eb6
- F. Rôle d'Apprenant.e et de formatrice.eur** : Compétences ☐ Fb1 ☐ Fb2
- G. Rôle de Professionnel.le** : Compétences ☐ Gb1 ☐ Gb2 ☐ Gb3

#### Objectifs généraux d'apprentissage

- Comprendre et expliquer les recommandations internationales en matière d'activité physique, de sédentarité et de sommeil pour différentes populations afin d'orienter et accompagner les personnes dans leurs choix de santé. (Eb4c1, Eb4c2, Eb1c1)

- Prendre en compte les piliers de la santé (sommeil, alimentation, évitement des substances, gestion des émotions, liens sociaux) afin d'identifier les patients nécessitant une orientation vers les professionnels compétents. (Eb1c1, Db2c1, Eb4c2)
- Choisir, réaliser et interpréter les outils d'évaluation de la condition physique et de l'activité physique adaptés au profil de la personne afin de disposer de mesures fiables pour suivre l'évolution et adapter les interventions de manière personnalisée. (Ab6c2, Eb1c1)
- Analyser une situation simple en mobilisant les principes de base de la méthodologie de l'entraînement, afin de choisir un exercice adapté et d'en planifier les modalités (séries, répétitions, intensité, vitesse, récupération) à court terme. (Ab6c1, Ab6c2)
- Concevoir et mettre en œuvre une séance d'activité physique adaptée à une population spécifique (personnes âgées ou enceinte) et à un environnement donné afin de permettre la pratique sécurisée et efficace d'exercices contribuant à la santé des participants. (Ab6c1, Eb4c2)
- Mobiliser les principes de la promotion de la santé et les techniques de conversation en changement comportemental (entretien motivationnel) dans des situations cliniques simples afin de favoriser l'engagement durable du patient dans un changement de comportement. (Eb3c2, Eb1c1, Eb4c2)

#### 4. *Contenus et formes d'enseignement*

##### Contenus

- Recommandations nationales et internationales en matière d'activité physique, de sédentarité et de sommeil
- Piliers de la santé : sommeil, alimentation, évitement des substances à risque, gestion des émotions & liens sociaux positifs
- Outils d'évaluation de la condition physique (force, endurance, vitesse, coordination, souplesse) et de l'activité physique
- Intégration des déterminants de la performance en physiothérapie : force, endurance, vitesse et pliométrie, planification, gestion et charge d'entraînement, souplesse (théorie et mise en pratique)
- Conception et réalisation d'une séance d'activité physique en groupe (animer et participer)
- Initiations pratiques (Yogathérapie, Pilates, gymnastique sur ballon, ...)
- Modèles théoriques et concepts-clés relatifs à la promotion de la santé par l'activité physique (santé publique, déterminants à l'activité physique, introduction à l'éducation thérapeutique)
- Conversation en changement comportemental (théorie et mise en pratique)

##### Modalités pédagogiques

- |                                                         |                                                           |                                                   |
|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> Cours magistral     | <input type="checkbox"/> Séminaire                        | <input checked="" type="checkbox"/> Projet        |
| <input checked="" type="checkbox"/> Atelier/laboratoire | <input type="checkbox"/> Simulation                       | <input type="checkbox"/> Formation pratique/stage |
| <input type="checkbox"/> Modalité digitale              | <input checked="" type="checkbox"/> Autre : jeux de rôles |                                                   |

#### 5. *Modalités d'évaluation et de validation*

- |                                           |                                          |                                                                               |
|-------------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> Ecrit | <input checked="" type="checkbox"/> Oral | <input checked="" type="checkbox"/> Pratique                                  |
| <input type="checkbox"/> Dossier          | <input type="checkbox"/> ECOS            | <input type="checkbox"/> Autre : Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte. |

Le module est validé si l'étudiant.e obtient au moins la qualification E au module.

Si l'étudiant.e obtient la qualification Fx, elle ou il est en remédiation.

Si l'étudiant.e obtient la qualification F, elle ou il est en répétition.

Les modalités d'évaluation et d'attribution de la qualification sont précisées dans le syllabus. Les conditions de validation, remédiation et répétition sont présentées aux étudiant.e.s au plus tard le jour de la présentation du module.

## 6. Modalités de remédiation et de répétition

|                    |                                                          |                                              |
|--------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| <b>Remédiation</b> | <input checked="" type="checkbox"/> Remédiation possible | <input type="checkbox"/> Pas de remédiation  |
|                    | <input type="checkbox"/> Examen complémentaire           | <input type="checkbox"/> Travail additionnel |

Conformément à l'art. 29, al. 4 du Règlement sur la formation de base (Bachelor et Master) en HES-SO du 2 juin 2020, la note obtenue après remédiation est E en cas de réussite ou F en cas d'échec.

**Répétition** Les modalités de répétition sont définies en tenant compte de la situation d'études de l'étudiant.e à la fin du semestre ou de l'année académique. Les activités d'enseignement d'apprentissage et d'évaluation peuvent être différentes pour un.e étudiant.e qui répète le module en présentiel ou pour celui ou celle qui le répète en poursuivant son cursus.

La répétition a lieu au plus tôt dans le semestre suivant l'échec.

Conformément à l'art. 29, al. 6 du Règlement sur la formation de base (Bachelor et Master) en HES-SO du 2 juin 2020, en cas d'échec, le module ne peut être répété qu'une fois. La note obtenue après répétition est A à E en cas de réussite ou F en cas d'échec.

## 7. Remarques

L'usage de l'ordinateur portable n'est pas autorisé pour les cours en présence de patient.e.s.

L'usage d'un téléphone portable n'est requis pour les cours que sur explicitation formelle précisée par l'enseignant.e. En d'autres circonstances, le téléphone portable n'est pas autorisé durant les cours.

## 8. Bibliographie principale

- Breton, E., Jabot, F., Pommier, J., & Sherlaw, W. (Eds.). (2020). *La promotion de la santé : comprendre pour agir dans le monde francophone* (2nd ed.). Presses de l'EHESP.
- Depiesse, F., & Coste, O. (2016). *Prescription des activités physiques : en prévention et en thérapeutique* (2nd ed.). Elsevier Masson.
- Kenney, W. L., Wilmore, J. H., & Costill, D. L. (2021). *Physiologie du sport et de l'exercice* (7th ed.). De Boeck supérieur.
- Organisation Mondiale de la Santé. (1986). *Charte d'Ottawa [pour la] promotion de la santé*. [https://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0003/129675/Ottawa\\_Charter\\_F.pdf](https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0003/129675/Ottawa_Charter_F.pdf)
- Organisation mondiale de la Santé. (2021). *Lignes directrices de l'OMS sur l'activité physique et la sédentarité*. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/349728>
- Organisation mondiale de la Santé. (2019). *Plan d'action mondial de l'OMS pour promouvoir l'activité physique 2018-2030 : des personnes plus actives pour un monde plus sain*. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/327168>

## 9. Enseignant.e.s

Intervenant.e.s internes et externes à HESAV.

**Nom du/de la responsable de module :** ZWISSIG Camille

**Descriptif validé le** 18.08.2026, **par** MTR