

10.0 crédits

75.0 h

2q

Enseignants:	Thonnard Jean-Louis ; Francaux Marc (coordinateur) ; SOMEBODY ; Deldicque Louise (supplée Francaux Marc) ;
Langue d'enseignement:	Français
Lieu du cours	Louvain-la-Neuve
Thèmes abordés :	<p>Les mécanismes biologiques qui sous-tendent l'amélioration des qualités de force, puissance, vitesse endurance, souplesse, résistance à la fatigue seront exposés. L'étudiant sera incité à en déduire les implications pratiques qu'il pourra expérimenter lors des séances pratiques de terrain.</p> <p>Un stage de terrain (60 heures) sera associé à cet enseignement.</p> <p>L'étudiant(e) approfondira un thème spécifique lié à la biologie de l'entraînement. A partir d'un nombre restreint d'articles scientifiques, il donnera une réponse claire, précise et argumentée à une question émanant de sa pratique de terrain.</p>
Acquis d'apprentissage	<p>Au terme de cette activité d'apprentissage, l'étudiant sera capable de mettre en place les stratégies d'entraînement indispensables à l'amélioration des performances d'un sportif. Sur base de la littérature scientifique moderne relative à la biologie des activités physiques, il sera capable de justifier ses pratiques.</p> <p><i>La contribution de cette UE au développement et à la maîtrise des compétences et acquis du (des) programme(s) est accessible à la fin de cette fiche, dans la partie « Programmes/formations proposant cette unité d'enseignement (UE) ».</i></p>
Autres infos :	<p>Pré-requis : Physiologie, biochimie de l'exercice et nutrition</p> <p>Evaluation : Examen écrit</p> <p>Support : Syllabus et/ou livre(s)</p> <p>Encadrement : Titulaire(s) + conseiller technique</p> <p>Ce cours est le prolongement des cours suivants :</p> <p>IEPR 1002 - Anatomie générale, systématique et fonctionnelle</p> <p>IEPR 1021 - Physiologie cellulaire</p> <p>IEPR 1022 - Physiologie des systèmes</p> <p>IEPR 1025 - Physiologie, biochimie de l'exercice et nutrition</p> <p>IEPR 1028 - Anatomie du système locomoteur et analyse du mouvement</p> <p>EDPH 1030 - Fondements théoriques des activités physiques et sportives et apprentissage moteur</p>
Cycle et année d'étude: :	<p>> Master [120] en sciences de la motricité, orientation éducation physique</p> <p>> Agrégation de l'enseignement secondaire supérieur (éducation physique)</p>
Faculté ou entité en charge:	FSM