LEDPH2134

2015-2016

Entraînement athlétique

2.0 crédits	30.0 h	2q

Enseignants:	Mees Valérie ;
Langue d'enseignement:	Français
Lieu du cours	Louvain-la-Neuve
Thèmes abordés :	Expérimentation des principes généraux de l'entraînement en les appliquant à l'athlétisme ; planification et gestion de son propre entraînement. Construction d'un plan d'entraînement adapté à un public spécifique.
Acquis d'apprentissage	Au terme de cette activité d'apprentissage, l'étudiant aura enrichi sa formation pratique personnelle en athlétisme ; il aura approfondi ses connaissances, sa compréhension et sa maîtrise de cette activité. *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) ».*
Contenu :	Le cours sera constitué de séances pratiques permettant aux étudiants d'expérimenter, sur piste d'athlétisme, les différents paramètres d'entraînement qu'ils auront au préalable élaborés.
Autres infos :	Pré-requis : Cours de cette activité sportive dans la formation de bachelier Evaluation : Evaluation continue, travaux écrits, rapports Encadrement : Titulaire(s), assistants, conseillers techniques
Faculté ou entité en charge:	FSM

Programmes / formations proposant cette unité d'enseignement (UE)

Intitulé du programme	Sigle	Crédits	Prérequis	Acquis d'apprentissage
Master [120] en sciences de la motricité, orientation éducation physique	EDPH2M	2	-	