LEDPH2180

2015-2016

Biologie appliquée au sport et préparation physique (et stages)

10.0 crédits	75.0 h	2q

Enseignants:	Thonnard Jean-Louis ; Deldicque Louise (coordinateur) ;
Langue d'enseignement:	Français
Lieu du cours	Louvain-la-Neuve
Thèmes abordés :	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. Un stage de terrain (60 heures) sera associé à cet enseignement. 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.
Acquis d'apprentissage	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 du justifier ses pratiques. *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) ».*
Autres infos :	Pré-requis : Physiologie, biochimie de l'exercice et nutrition Evaluation : Examen écrit Support : Syllabus et/ou livre(s) Encadrement : Titulaire(s) + conseiller technique Ce cours est le prolongement des cours suivants : IEPR 1002 - Anatomie générale, systématique et fonctionnelle IEPR 1021 - Physiologie cellulaire IEPR 1022 - Physiologie des systèmes IEPR 1025 - Physiologie, biochimie de l'exercice et nutrition IEPR 1028 - Anatomie du système locomoteur et analyse du mouvement EDPH 1030 - Fondements théoriques des activités physiques et sportives et apprentissage moteur
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	10	-	