

4 crédits	45.0 h	Q1
-----------	--------	----

Enseignants	De Jaeger Dominique coordinateur ;Marique Thierry ;Mauroy Geoffrey (supplée Marique Thierry) ;
Langue d'enseignement	Français
Lieu du cours	Louvain-la-Neuve
Préalables	<i>Le(s) prérequis de cette Unité d'enseignement (UE) sont précisés à la fin de cette fiche, en regard des programmes/formations qui proposent cette UE.</i>
Thèmes abordés	L'entraînement sportif est un processus multifactoriel qui doit être structuré (contenu, méthodes, organisation, évaluation, planification) et qui doit inclure l'apprentissage de gestes techniques parfois complexes. Dès lors, les thèmes principaux abordés au cours de cette entité d'enseignement seront : pour la partie A (30h) la dimension biologique (développement des qualités physiques fondamentales, force, vitesse, endurance, souplesse) Pour la partie B (15h): le contrôle et l'apprentissage de gestes techniques.
Acquis d'apprentissage	Au terme de cette entité d'enseignement, l'étudiant comprendra les fondements théoriques des stratégies d'entraînement qui visent l'amélioration des performances (en activité physique non compétitive, en sports individuels et collectifs). Il disposera ainsi de clés d'analyse valides pour évaluer des pratiques courantes en APS. (partie A) 1 Il disposera également des connaissances théoriques permettant de comprendre les mécanismes de l'apprentissage moteur (partie B). ----- <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>
Contenu	Partie A 1. Introduction 2. La performance sportive 3. Le processus d'entraînement 4. Les principes de l'entraînement 5. Méthodologie et planification de l'entraînement 6. Bases physiologiques de l'entraînement 7. L'entraînement des qualités physiques de base 8. L'entraînement des habiletés motrices et cognitives 9. Déterminants de la performance Pour la partie B: 1. Mesure de la performance et de l'apprentissage moteur -2. Modèle de contrôle moteur -3. Facteurs de l'apprentissage moteur.
Autres infos	Appui sur "APS parmi les sciences et les pratiques humaines" Examen écrit ou oral et/ou éléments d'évaluation continue Syllabus et/ou livre(s)
Faculté ou entité en charge:	FSM

Programmes / formations proposant cette unité d'enseignement (UE)				
Intitulé du programme	Sigle	Crédits	Prérequis	Acquis d'apprentissage
Bachelier en sciences de la motricité, orientation générale	EDPH1BA	4	LIEPR1002 ET LIEPR1003 ET LIEPR1007 ET LEDPH1008	