

4.00 crédits	45.0 h	Q1
--------------	--------	----

Enseignants	De Jaeger Dominique (coordinateur(trice)) ;Hardwick Robert ;
Langue d'enseignement	Français > English-friendly
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	<b>A la fin de cette unité d'enseignement, l'étudiant est capable de :</b>  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). 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.
Modes d'évaluation des acquis des étudiants	L'évaluation est réalisée à l'aide d'un examen écrit constitué <ul style="list-style-type: none"> <li>• pour la partie "Entrainement" de questions QCM et de quelques questions ouvertes à réponses courtes.</li> <li>• pour la partie "Apprentissage moteur" de questions QCM et d'une ou plusieurs questions ouvertes.</li> </ul> <p>La note finale est la moyenne arithmétique des notes des parties "Entrainement" et "Apprentissage moteur"</p>
Méthodes d'enseignement	Cours théorique en auditoire; illustrations à partir de vidéos ou d'exemples tirés de leur expérience personnelle.
Contenu	Partie Entrainement <ul style="list-style-type: none"> <li>• Préface : Introduction au cours</li> <li>• Section 1 : Concepts fondamentaux (discussion des systèmes énergétiques et des différentes composantes de la condition physique)</li> <li>• Section 2 : Concepts appliqués (les principes d'entraînement, de planification et de récupération).</li> <li>• Section 3 : Questions spécifiques (par exemple les effets de l'environnement et de l'âge).</li> <li>• Résumé : Révision et préparation aux examens</li> </ul> Partie Apprentissage moteur <ul style="list-style-type: none"> <li>• Introduction : Définir les concepts de base</li> <li>• Section 1 : Mesurer la performance et l'apprentissage moteur</li> <li>• Section 2 : Comprendre le contrôle moteur (modèles théoriques)</li> <li>• Section 3 : Maximiser l'apprentissage moteur (les facteurs favorisant l'apprentissage moteur)</li> </ul> <p>Remarque: certains composants en anglais</p>
Ressources en ligne	<a href="https://moodle.uclouvain.be/course/view.php?id=4649">https://moodle.uclouvain.be/course/view.php?id=4649</a>
Autres infos	Appui sur "APS parmi les sciences et les pratiques humaines" Support de cours : syllabus et présentations power-point. Ce cours est donné partiellement en anglais (partie "Entrainement"). Les supports de cours sont fournis en français. Ce cours est réservé aux étudiants FSM. Son accès est possible aux autres étudiants UCLouvain sur base d'un dossier à remettre au coordinateur du cours.

Faculté ou entité en charge:	FSM
------------------------------	-----

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