

11.00 crédits	75.0 h	Q2
---------------	--------	----

Enseignants	Deldicque Louise ;Zbinden Foncea Hermann Patricio (supplée Deldicque Louise) ;
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	A la fin de cette unité d'enseignement, l'étudiant est capable de : 1 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.
Modes d'évaluation des acquis des étudiants	La cote finale représente l'intégration de diverses évaluations: 1) un examen écrit composé de questions ouvertes portant sur la partie théorique (10/20) 2) une évaluation continue de la partie pratique (7/20) 3) une évaluation des stages (3/20) La présence au cours pratique est obligatoire. La note finale sera pondérée en fonction du pourcentage de présence au cours.
Contenu	Le cours se compose de 3 parties: - Une partie théorique basée sur la littérature récente en matière de biologie et physiologie du sport. Dans cette partie théorique, les étudiants seront amenés à présenter eux-mêmes un article scientifique sous forme de séminaire. Le reste de la matière sera donnée par un enseignant sous forme de modules en fonction de l'actualité scientifique. - Une partie pratique où l'accent sera mis sur la préparation physique. - Une partie stages où l'étudiant sera amené à suivre une équipe ou un sportif dans sa préparation physique et technique. Il est demandé à l'étudiant de participer activement à ce suivi. L'étudiant pourra également être amené à encadrer d'autres étudiants dans d'autres cours de la Faculté sur proposition du coordinateur du cours.
Ressources en ligne	Les documents relatifs au cours sont déposés sur la plate-forme Moodle.
Autres infos	Evaluation : Examen écrit Support : Syllabus et/ou livre(s) Encadrement : Titulaire(s) + conseiller technique Ce cours est le prolongement des cours suivants : LIEPR1002 - Anatomie générale, systématique et fonctionnelle LIEPR1021 - Physiologie cellulaire LIEPR1022 - Physiologie des systèmes LIEPR1025 - Physiologie, biochimie de l'exercice et nutrition LIEPR1028 - Anatomie du système locomoteur et analyse du mouvement LEDPH1030 - 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	11		