


5.00 crédits	30.0 h	Q1
--------------	--------	----

Enseignants	Valet Maxime ;
Langue d'enseignement	Français
Lieu du cours	Louvain-la-Neuve
Thèmes abordés	Etude de certains mécanismes physiologiques impliquées dans l'effet protecteur de l'exercice physique, analyse de la littérature scientifique en ce qui concerne les études épidémiologiques menées dans le secteur. Etude de certaines pathologies ou de conditions (les maladies cardiovasculaires, l'hypertension, l'obésité, le diabète, l'ostéoporose, ...) sous l'optique d'une pratique régulière d'une activité physique et sportive par les personnes concernées.
Acquis d'apprentissage	<p>A la fin de cette unité d'enseignement, l'étudiant est capable de :</p> <p>Au terme de cette activité d'apprentissage, l'étudiant comprendra l'utilité des activités physiques et sportives dans le cadre d'une prévention primaire. Il connaîtra les mécanismes qui engendrent un effet protecteur vis-à-vis de certaines maladies et possèdera les connaissances théoriques nécessaires pour justifier et optimiser ses interventions. Il sera en outre capable de cerner les applications thérapeutiques de la pratique d'une activité physique ou sportive par les personnes présentant certaines maladies chroniques ou des déficiences sensori-motrices ou physiologiques (prévention secondaire et tertiaire). Il saura évaluer la pertinence de l'utilisation d'une activité physique ou sportive dans une perspective de ré-entraînement à l'effort (recommandations et contre-indications, effets immédiats de la pratique, effets de l'entraînement à plus long terme, recommandations pour la programmation d'activités).</p>
Modes d'évaluation des acquis des étudiants	Examen écrit sous forme de questions à choix multiple se composant de 30 questions à 5 options de réponse. Un point est attribué à chaque réponse correcte et aucun point n'est attribué en cas d'absence de réponse ou de réponse incorrecte.
Méthodes d'enseignement	Cours magistraux (présentiels et/ou distanciels) avec participation active des étudiants Classe inversée Auto-apprentissage sur base de références
Contenu	Activité physique, exercice, sports...: définitions, mesures et classification Activité physique et santé: épidémiologie, bénéfices et risques, recommandations, mécanismes, indications et contre-indications, la prescription d'exercice, populations spécifiques (grossesse, enfants et adolescents, personnes âgées) Place de l'activité physique dans la prévention primaire, secondaire et tertiaire de certaines maladies.
Ressources en ligne	Références et supports de cours sur Moodle
Autres infos	Encadrement : Titulaire(s) et assistants de l'IEPR Ce cours s'appuie sur les connaissances de base en physiologie cellulaire, physiologie des systèmes ainsi qu'en physiologie et biochimie de l'exercice. 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

Programmes / formations proposant cette unité d'enseignement (UE)				
Intitulé du programme	Sigle	Crédits	Prérequis	Acquis d'apprentissage
Master [60] en kinésithérapie et réadaptation	KINE2M1	3		
Master [120] en sciences de la motricité, orientation éducation physique	EDPH2M	3		