



Faculté de médecine

MD

EDPH1007 Athlétisme 1 (parties A et B)

[0h+30h exercices] 2 crédits

Enseignant(s): Valérie Mees
Langue d'enseignement : français
Niveau : cours de 1er cycle

Objectifs (en terme de compétences)

Au terme de la première partie de cette entité d'enseignement, l'étudiant aura expérimenté les actions motrices fondamentales de l'athlétisme (courir, sauter, lancer). Il connaîtra les principes généraux de placement et d'exécution de ces actions. Il sera capable d'aborder l'apprentissage des techniques spécifiques aux épreuves codifiées de l'athlétisme.

Au terme de la deuxième partie de cette entité d'enseignement, l'étudiant maîtrisera certaines techniques spécifiques aux épreuves codifiées de l'athlétisme.

Objet de l'activité (principaux thèmes à aborder)

Les activités abordées pour rencontrer ces objectifs seront diversifiées.

Dans la première partie, elles permettront à l'étudiant d'expérimenter les principaux placements et actions motrices de l'athlétisme ainsi que leurs combinaisons :

- adapter son attitude de course à la distance à parcourir
 - réaliser des impulsions de qualité qu'elles soient horizontales ou verticales,
 - privilégier dans les lancers une poussée complète de tout le corps
 - Une attention toute particulière sera réservée à la qualité d'exécution des mouvements
- Dans la deuxième partie, les activités permettront l'apprentissage de certaines techniques spécifiques aux épreuves codifiées de l'athlétisme : sprint, demi-fond et fond, course de haies, saut en longueur et lancer du poids.

Résumé : Contenu et Méthodes

Sera complété par le titulaire au moment de l'attribution des cours

Autres informations (Pré-requis, Evaluation, Support, ...)

Pré-requis

Evaluation Continue et/ou finale pour la partie pratique avec possibilité d'interrogation(s) et/ou d'un examen final pour vérifier l'acquisition des connaissances associées à la pratique.

Support Dossier de cours

Encadrement Titulaire(s), conseiller(s) technique(s) et/ou assistant(s) éventuellement aidés par des étudiants moniteurs.

Autres

Autres crédits de l'activité dans les programmes

EDPH11BA	Première année de bachelier en sciences de la motricité	(2 crédits)	Obligatoire
----------	---	-------------	-------------