

LICENCE 2 - Semestre 3

Spécialité ES

UE	Intitulé	Responsable	Intervenants	Horaire	EvaluationCoef		
31	Neurosciences de la performance motrice	J. Lagarde		45 h		6 ECTS	
31 A	Neurosciences de la performance motrice	J. Lagarde		36 h	CM	CT	QCM 3
31 B	Neurosciences de la performance motrice	J. Lagarde		9 h	TD	CC	1
32	Usages du corps et inscription économique et sociale des	S. Ferez		45 h		6 ECTS	
32 A	Usages du corps et inscription économique et sociale des APS	S. Ferez		36 h	CM	CT	QCM 3
32 B	Usages du corps et inscription économique et sociale des APS	S. Ferez		9 h	TD	CC	1
33	TICE et Langue vivante	S. Ramdani		0 h		0 ECTS	
33 A	Langue vivante ou TICE	C. Novara/S. Ramdani		0 h	TD	CC	0
34	Construction ou Approfondissement d'une Spécialité Spo	F. Dumazert		54 h		4 ECTS	
34 A	Maîtrise de la spécialité sportive	F. Dumazert		36 h	TP	CC	1
34 B	Connaissances relatives à la spécialité sportive	F. Dumazert		18 h	TD	CT	Ecrit 1
35.3	Connaissances scientifiques appliquées à la performance	L. Marin		74 h		7 ECTS	
35.3 A	Planification de l'entraînement	D. Hallart	D.Hallart (9 hr) : Aspects appliqués de la planification de l'entraînement dans différents sports (cycles d'entraînement, organisation annuelle des compétitions,...), Aspects majeurs de la mise en œuvre de la planification de la préparation physique: - analyse de l'activité - analyse du poste occupé/style de jeu - analyse du niveau d'expertise	9 h	CM	CT	QCM 1
35.3 B	Déterminants cognitifs et entraînement	L. Marin	Marin (18 hr): - Réduction du TR - Entraînement des déterminants cognitifs de la performance - Planification de l'entraînement des facteurs cognitifs	18 h	CM	CT	Ecrit 2
35.3 C	Préparation physique / form. comp. diplômante	Hallart/Dumaz	Pour les optionnaires des ces disciplines (diplômes fédéraux) choix entre - Voile, Football, Hand-Ball, Natation, Triathlon-cyclisme ou - Pour les autres disciplines uniquement: Musculation (Richard) / Haltéropilates (Hallart)	18 h	TD	CC	1
35.3 D	Haltérophilie et Force athlétique	D. Sorgato	Sorgato (18 hr): - Haltérophilie et préparation physique - Force athlétique et préparation physique - Préparation aux diplômes fédéraux de la FFHMFAC	18 h	TD	CC	1
35.3 E	Pratique de l'intervention en haltérophilie et Force Athlétique	D. Sorgato	Expérience professionnelle: pratique et entraînement de l'haltérophilie et de la force athlétique	20 h	TP		

Voté au CG du
Voté au CEVU du
Voté au CA du

36.3	Théorie et pratique des déterminants de la performance, stage		P. Besson	112 h		7 ECTS		
36.3 A	Théorie des déterminants de la performance	G. Py	<p>Britto (anaérobie, 4hr) - Méthode de détermination des indicateurs de l'aptitude anaérobie</p> <p>Favier (aérobie, 8hr), - Les aptitudes aérobie (dimension énergétique) : - Définition - Déterminants - Evaluation - Relation aptitude physique / performance</p> <p>Py (anaérobie, lactate, 6hr) : - Acquisition d'outils simples utilisable dans l'évaluation de l'intensité d'une séance proposée et dans le suivi de l'entraînement : - Marqueur de sollicitation métabolique : le lactate</p>	18 h	CM	CT	Ecrit	2
36.3 B	Pratique des déterminants de la performance	F. Favier	<p>1) Evaluation des aptitudes par les tests de terrain, mise en pratique de utilisation des marqueurs physiologiques de l'effort. 2) Mise en pratique des exercices propres au développement des déterminants cognitifs de la performance: Favier : 6 hr (facteurs indirects anaérobie) Marin : 4 hr (facteurs cognitifs) Britto : 8 hr (facteurs aérobie)</p>	18 h	TD	CC		1
36.3 C	Les déterminants de la force, musculature	D. Hallart	<p>Hallart (27 hr): - théorie de la force - régime d'action musculaire et exercices musculaires - aspects théoriques de la musculature - applications à différentes activités</p>	27 h	CM	CT	QCM	3
36.3 D	Intervention en entraînement sportif (stage)	P. Besson	Expérience professionnelle: entraînement d'une équipe de sportifs au sein d'un club sportif ou d'une association sportive	40 h	stage			
36.3 E	Bilan de stage/Portefeuille d'Expériences et de Compétences	P. Besson	<p>Besson : - PEC + théorie de l'intervention en stage</p>	9 h	TD	CC	Dossier	2