

Présentation du Parcours « Préparation physique et entraînement sportif » de la Licence 3 Entraînement Sportif

Ce parcours classique de la licence Entraînement Sportif est le plus ancien parcours. Il complètera vos connaissances dans l'ensemble des aspects inhérents à la licence ES. Il a pour vocation de présenter l'étendue de ce qui se fait en entraînement sportif. Par exemple il présente une introduction au métier d'analyste vidéo, à la préparation physique (conception de séance de force), aux fonctions de management de l'ES (institutions et organisation du sport en France), aux interventions en psychologie du sport ainsi que les bases des déterminants physiologiques de l'entraînement.

Les cours de ce parcours seront dispensés par des spécialistes de l'entraînement, des chercheurs en entraînement et des professionnels de l'intervention.

Ce parcours permet la poursuite en master. Il propose un renforcement scientifique conséquent en sciences de l'entraînement. Toutefois, il n'est pas détaché des deux autres parcours dans la mesure où les étudiants peuvent passer des diplômes fédéraux d'entraîneur ou de moniteur pour chacune des disciplines de la FFHM ou de la FFForce. Ils peuvent également obtenir le titre de Maître Nageur Sauveteur en validant un bloc spécifique correspondant, ou enfin passer les concours de la fonction publique territoriale.

Ce parcours **ne s'ajoute pas** à l'emploi du temps, il **se substitue obligatoirement** à 9 enseignements de la mention pour la durée totale des deux semestres.

A titre d'exemple, voici les horaires des UE dispensées.

Semestre 5 (80 H)

PARCOURS : Préparation physique et entraînement sportif			80 h	Evaluation		Coef	
56.3	Physiologie et biomécanique appliquées à l'entraînement intensif	G. Py	40h	4 ECTS			
56.3 A	Déterminants cardio-respiratoires de la performance	C. Ramonatxc	20 h	CM	CT	Ecrit	1
56.3 B	Réponses musculaires et énergétiques à l'entraînement	G. Py	20 h	CM	CT	Ecrit	1
57.3	Outils d'analyse appliquées à la performance	P. Besson	40 h	4 ECTS			
57.3 A	Déterminants perceptivo-moteurs du geste sportif	L. Marin	20 h	CM	CT	Ecrit	1
57.3 B	Analyse vidéo de la performance sportive	P. Besson	20 h	TD	CC		1

Semestre 6 (80 H)

PARCOURS : Préparation physique et entraînement sportif			80 h	Evaluation		Coef	
66.3	Sport et professionnalisation, études de cas	D. Hallart	40 h	4 ECTS			
66.3 A	Institution et organisation du sport en France	D. Hallart	20 h	CM	CT	QCM	2
66.3 B	Conception de séances de force	D. Hallart	20 h	TD	CC	Oral	2
67.3	Suivi biologique et psychologique du sportif de haut-niveau	C Ramonatxo	40 h	4 ECTS			
67.3 A	Modalités d'entraînement dans des populations sportives spécifiques: l'enfant-athlète, la femme-athlète et l'athlète blessé	C. Ramonatxc	20 h	CM	CT	Ecrit	2
67.3 B	Réflexions sur le dopage sportif	C. Ramonatxc	10 h	TD	CC		1
67.3 C	Intervention psychologique en sport	C. Gernigon	10 h	TD	CC		1