

L3 ES Parcours Force

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
8h	CM UE 51 A Mottet	TP 55. 3 C Richard (Préparation Physique) groupe 1 Salle Muscu		STAGE HALTÉRO ET FA (L3 ES)	CM UE 52 Torre	
10h	Amphi P1		<i>Salle Muscu Veyrassi</i>		Amphi P1	
12h	CM UE 51 A Mottet	TP 54.3B Besson Groupe 1 Salle info 1		CM 54. 3 A Py Amphi 5.06 bat 5 site Triolet (Fac des sciences)	STAGE HALTÉRO ET FA (L2 ES)	
13h	55. 3 A Richard CM			STAGE HALTÉRO ET FA (L3 ES)	UE 55.3 B Parcours Force Mouh Salle TD Veyrassi 2	
14h	Amphi Dumontet bat 7 site Triolet (Fac des sciences)	TP 53 A TD 53 B	<i>Salle Muscu Veyrassi</i>	STAGE HALTÉRO ET FA (L2 ES)		
16h			<i>Salle Muscu Veyrassi</i>	CM 54.3 E	STAGE HALTÉRO ET FA (L2 ES)	
18h			<i>Salle Muscu Veyrassi</i>	Brioche / Chopard Amphi 5.04 bat 5 site Triolet (Fac des sciences)		
20h	TD UE 51 B Mottet (à partir du 3/11) Gr. 1 - 2 - 3 - 4 Salles 16 17 19 20					

SPECIALTÉS SPORTIVES

STAGE HALTÉRO ET FA AVEC L2 (ET L3 ES)

Cours parcours force, semaines bloquées du:

- 12 au 16 septembre
- 19 au 23 septembre
- du 16 au 20 janvier
- du 23 au 27 janvier

UE	Intitulé	Responsable	Intervenants	Horaire		Evaluation			Coef
51	Analyse du mouvement humain et performance	J. Lagarde		50 h			5 ECTS		
51 A	Analyse du mouvement humain et performance	J. Lagarde		40 h	CM	CT	QCM		3
51 B	Analyse du mouvement humain et performance	J. Lagarde		10 h	TD	CC			1
52	Projet Post-Licence	O. Thomas		40 h			2 ECTS		
52 A	Projet professionnel: bases de management	O. Thomas		20 h	CM	CT	QCM		1
52 B	Bases en épistémologie et analyse de données	K. Torre		20 h	CM	CT	QCM		1
53	Construction ou Approfondissement d'une Spécialité Sportive	C. Debars		40 h			4 ECTS		
53 A	Maîtrise de la spécialité sportive	C. Debars		20 h	TD	CC			1
53 B	Connaissances relatives à la spécialité sportive	C. Debars		20 h	TD	CC			1
54.3	Théorie et pratique de l'intervention en entraînement sportif, stage	D. Hallart		112 h			6 ECTS		
54.3 A	Déterminants de la performance	G. Py	Py (8 hr) : Déterminants de la perf en endurance : notion de vMLSS et puissance critique Déterminants de la perf en vitesse / explosivité P. Caille (10 hr) : Les déterminants psychologiques de la performance: coaching, l'analyse de la tâche	18 h	CM	CT	Ecrit		3
54.3 B	TICE: Maîtrise des outils d'évaluation et de suivi de la performance	P. Besson	Besson - Py - Brioché - Sorgato (18 hr) : - Utilisation des outils et des moyens technologiques pour le suivi de la performance - Analyse des données recueillies des outils technologiques	18 h	TD	CC			1
54.3 C	Intervention en entraînement sportif (stage)	D. Hallart	Expérience professionnelle: entraînement d'une équipe de sportifs au sein d'un club sportif ou d'une association sportive	50 h	stage				
54.3 D	Bilan de stage/Portefeuille d'Expériences et de Compétences	D. Hallart	PEC + théorie de l'intervention en stage	8 h	TD	CT	Dossier		1
54.3 E	Nutrition du sportif	A. Chopard	Chopard - Brioché (18 hr) : - Apport nutritionnel en ES Alimentation du sportif - Dépense énergétique	18 h	CM	CT	Ecrit		2

55.3		Préparation physique niveau 1	T. Richard		56 h				5 ECTS	
55.3	A	Analyse de l'activité et mise en œuvre de la préparation physique	T. Richard	Richard (18 hr) : Analyse et mise en œuvre des procédures d'optimisation de la préparation physique	20 h	CM		CT	Ecrit	2
55.3	B	Préparation physique / form. comp. diplômante	Hallart/Debars /Sorgato	Pour les optionnaires des ces disciplines (diplômes fédéraux) choix entre - Voile, Football, Hand-Ball, Natation, Triathlon-cyclisme ou - Pour les autres disciplines uniquement: Musculation (Sorgato) / Haltéro Fit barre (Hallart)	18 h	TD		CC		1
55.3	C	méthodologie du développement de la force et	T. Richard	Richard (20 hr): analyse et mise en œuvre pratique des différents protocoles de musculation. Développement de la condition physique générale.	18 h	TD		CC		2

PARCOURS FORCE

UE	Intitulé	Responsable	Intervenants	Horaire	Evaluation Coef					
PARCOURS : Force et préparation physique		M. Mouh		80 h						
56.8	Haltérophilie	M. Mouh		40 h	4 ECTS					
56.8	A	Haltérophilie (théorie, réglementation)	M. Mouh	Florin Nicolae : Théorie de l'haltérophilie (diplômes fédéraux de moniteur et d'expert entraîneur)	20 h	TD		CC		1
56.8	B	Haltérophilie (pratique, sécurité)	M. Mouh	Florin Nicolae : Pratique de l'haltérophilie (diplômes fédéraux de moniteur et d'expert entraîneur)	20 h	TD		CC		1
57.8	Force Athlétique	M. Mouh		40 h	4 ECTS					
57.8	A	Force athlétique (théorie, réglementation)	M. Mouh	Kenny Bourgeois : Théorie de la force athlétique (diplômes fédéraux de moniteur et d'expert entraîneur)	20 h	TD		CC		1
57.8	B	Force athlétique (pratique, sécurité)	M. Mouh	Kenny Bourgeois : Pratique de la force athlétique (diplômes fédéraux de moniteur et d'expert entraîneur)	20 h	TD		CC		1

PARCOURS FORCE 2022-2023 (Groupe 1)

N = 25		UE 51	UE 52	UE 53	UE 54.3	UE 55.3		UE 56.8	UE 57.8
Nom	Prénom	Analyse mvt humain	Projet post-licence	Approf spé sportive	Groupe pour l'UE 54.3B	Groupe pour l'UE 55.3B (Mounir- vendredi 12h-14h)	Groupe pour l'UE 55.3C	FORCE - Haltérophilie	FORCE - Force Athlétique
ASPAS	MARISOL	A Valider	A Valider	AT	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
BLAQUIERE	TOM	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
BOUPELOUP	MARGAUX	A Valider	A Valider	NAT	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
BOUVIER	LISA-MARIE	A Valider	A Valider	GYM	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
CANET	ELIAN	A Valider	A Valider	FB	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
CARTEAU	CLARENCE	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
CONILL	AXEL	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
COURTIAL	HUGO	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
CUESTA-ROE	CHLOE	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
FAGES	LOIC	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
FEDI	UGO	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
FONTA	CYRIL	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
GUILLOT	THEO	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
LOPEZ	AXEL	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
MARCOUX	ISAURE	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
MICHAUX	SOPHIE	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
OUADAH	YONESS	A Valider	A Valider	FB	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
OZOUX	DIANE	A Valider	A Valider	GYM	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
RAVERAT	JEAN-ROCH	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
REBORA	SAIAN	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
REY	AMANDINE	A Valider	A Valider	VB	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
RIBEYROL	JEREMY	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
ROUTIER	NOEMIE	A Valider	A Valider	SPÉ VALIDÉE	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
SAMY	JAELA	A Valider	A Valider	MUS	1	Mounir	1	FORCE	FORCE
SARRET	GAUTIER	A Valider	A Valider	FB	1	Mounir	1	FORCE	FORCE

2022							2023						
Aout	Sept	Oct	Nov	Dec	Jan	Fev	Mars	Avril	Mai	Juin	Juil	Aout	
Lu 1	Je 1	Sa 1	Ma 1	Je 1	Di 1	Me 1	Me 1	Sa 1	Lu 1	Je 1	Sa 1	Ma 1	
Ma 2	Ve 2	Di 2	Me 2	Ve 2	Lu 2	Je 2	Je 2	Di 2	Ma 2	Ve 2	Di 2	Me 2	
Me 3	Sa 3	Lu 3	Je 3	Sa 3	Ma 3	Ve 3	Ve 3	Lu 3	Me 3	Sa 3	Lu 3	Je 3	
Je 4	Di 4	Ma 4	Ve 4	Di 4	Me 4	Sa 4	Sa 4	Ma 4	Je 4	Di 4	Ma 4	Ve 4	
Ve 5	Lu 5	Me 5	Sa 5	Lu 5	Je 5	Di 5	Di 5	Me 5	Ve 5	Lu 5	Me 5	Sa 5	
Sa 6	Ma 6	Je 6	Ma 6	Je 6	Ve 6	Lu 6	Lu 6	Je 6	Sa 6	Ma 6	Je 6	Di 6	
Di 7	Me 7	Ve 7	Lu 7	Me 7	Sa 7	Ma 7	Ma 7	Ve 7	Di 7	Me 7	Ve 7	Lu 7	
Lu 8	Je 8	Sa 8	Ma 8	Je 8	Di 8	Me 8	Me 8	Sa 8	Lu 8	Je 8	Sa 8	Ma 8	
Ma 9	Ve 9	Di 9	Me 9	Ve 9	Lu 9	Je 9	Je 9	Di 9	Ma 9	Ve 9	Di 9	Me 9	
Me 10	Sa 10	Lu 10	Je 10	Sa 10	Ma 10	Ve 10	Ve 10	Lu 10	Me 10	Sa 10	Lu 10	Je 10	
Je 11	Di 11	Ma 11	Ve 11	Di 11	Me 11	Sa 11	Sa 11	Ma 11	Je 11	Di 11	Ma 11	Ve 11	
Ve 12	Lu 12	Me 12	Sa 12	Lu 12	Je 12	Di 12	Di 12	Me 12	Ve 12	Lu 12	Me 12	Sa 12	
Sa 13	Ma 13	Je 13	Di 13	Ma 13	Ve 13	Lu 13	Lu 13	Je 13	Sa 13	Ma 13	Je 13	Di 13	
Di 14	Me 14	Ve 14	Lu 14	Me 14	Sa 14	Ma 14	Ma 14	Ve 14	Di 14	Me 14	Ve 14	Lu 14	
Lu 15	Je 15	Sa 15	Ma 15	Je 15	Di 15	Me 15	Me 15	Sa 15	Lu 15	Je 15	Sa 15	Ma 15	
Ma 16	Ve 16	Di 16	Me 16	Ve 16	Lu 16	Je 16	Je 16	Di 16	Ma 16	Ve 16	Di 16	Me 16	
Me 17	Sa 17	Lu 17	Je 17	Sa 17	Ma 17	Ve 17	Ve 17	Lu 17	Me 17	Sa 17	Lu 17	Je 17	
Je 18	Di 18	Ma 18	Ve 18	Di 18	Me 18	Sa 18	Sa 18	Ma 18	Je 18	Di 18	Ma 18	Ve 18	
Ve 19	Lu 19	Me 19	Sa 19	Lu 19	Je 19	Di 19	Di 19	Me 19	Ve 19	Lu 19	Me 19	Sa 19	
Sa 20	Ma 20	Je 20	Di 20	Ma 20	Ve 20	Lu 20	Lu 20	Je 20	Sa 20	Ma 20	Je 20	Di 20	
Di 21	Me 21	Ve 21	Lu 21	Me 21	Sa 21	Ma 21	Ma 21	Ve 21	Di 21	Me 21	Ve 21	Lu 21	
Lu 22	Je 22	Sa 22	Ma 22	Je 22	Di 22	Me 22	Me 22	Sa 22	Lu 22	Je 22	Sa 22	Ma 22	
Ma 23	Ve 23	Di 23	Me 23	Ve 23	Lu 23	Je 23	Je 23	Di 23	Ma 23	Ve 23	Di 23	Me 23	
Me 24	Sa 24	Lu 24	Je 24	Sa 24	Ma 24	Ve 24	Ve 24	Lu 24	Me 24	Sa 24	Lu 24	Je 24	
Je 25	Di 25	Ma 25	Ve 25	Di 25	Me 25	Sa 25	Sa 25	Ma 25	Je 25	Di 25	Ma 25	Ve 25	
Ve 26	Lu 26	Me 26	Sa 26	Lu 26	Je 26	Di 26	Di 26	Me 26	Ve 26	Lu 26	Me 26	Sa 26	
Sa 27	Ma 27	Je 27	Di 27	Ma 27	Ve 27	Lu 27	Lu 27	Je 27	Sa 27	Ma 27	Je 27	Di 27	
Di 28	Me 28	Ve 28	Lu 28	Me 28	Sa 28	Ma 28	Ma 28	Ve 28	Di 28	Me 28	Ve 28	Lu 28	
Lu 29	Je 29	Sa 29	Ma 29	Je 29	Di 29	Me 29	Me 29	Sa 29	Lu 29	Je 29	Sa 29	Ma 29	
Ma 30	Ve 30	Di 30	Me 30	Ve 30	Lu 30	Je 30	Je 30	Di 30	Ma 30	Ve 30	Di 30	Me 30	
Me 31		Lu 31	Sa 31	Lu 31	Ma 31	Ve 31	Ve 31	Me 31	Je 31	Lu 31	Me 31	Je 31	

Semaine A : CM de l'UE 52

Semaine B et C : Semaine d'enseignements massés de spécialités sportives (TP + TD) + CM si nécessaire

*: **Semaine 10 du vendredi au palais des sports** ---> Rattrapage le
lundi 12/12/22

Suspensions de cours/Stages :

Automne

Du samedi 29 octobre 2022 au lundi 7 novembre 2022

Hiver:

Du samedi 25 février 2023 au lundi 6 mars 2023

Fermetures UFR :

Vacances de Noël:

-Du vendredi 16 décembre 2022 après les enseignements
au mardi 3 janvier 2023 au matin .

Vacances de printemps:

-Du samedi 22 avril 2023 après les enseignements au mardi 2 mai 2023 au matin.

Vacances d'été:

-Du vendredi 21 juillet 2023 au jeudi 24 août 2023 au matin.

Jours d'appui: 31 octobre 2022 et 19 mai 2023

Journée Portes Ouvertes: Date à définir