

Physiologie de la performance



Niveau d'étude
BAC +3 (niveau
6)



ECTS
3 crédits



Volume horaire
30h



Période de
l'année
Semestre 5

Présentation

DESCRIPTION

L3 ES S5

Connaissances abordées :

- Appréhender les adaptations physiologiques à long terme des principaux systèmes biologiques et organes impliqués dans l'exercice.
- Connaître les effets physiologiques de différents types d'entraînement sur la fonction des principaux systèmes biologiques impliqués dans l'exercice.
- Appréhender les effets physiologiques dans différents contextes environnementaux sur la fonction des principaux systèmes biologiques impliqués dans l'exercice.

OBJECTIFS

Compétences développées :

- Développer une argumentation avec esprit critique.

RNCP35946BC02

- Analyser, diagnostiquer et modéliser l'activité d'un pratiquant ou d'un groupe, en mobilisant des concepts scientifiques pluridisciplinaires et des modèles systémiques des facteurs de la performance concernant les activités physiques et/ou sportives (AP/S).

RNCP35946BC06

- Prévoir et problématiser ses interventions pédagogiques en mobilisant des concepts scientifiques pluridisciplinaires relatifs aux activités physiques et/ou sportives (AP/S) à la motricité spécifique, ainsi qu'à l'environnement matériel, institutionnel, social et humain du système sportif.

RNCP35946BC07

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Entraîner un groupe de sportifs pour optimiser la performance

RNCP35946BC09

HEURES D'ENSEIGNEMENT

Physiologie de la performance	Cours Magistral	20h
Physiologie de la performance	Travaux Dirigés	10h

PRÉ-REQUIS OBLIGATOIRES

Cours de physiologie du DEUG STAPS

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation