

LICENCE STAPS - MENTION ENTRAINEMENT SPORTIF

Semestre 4 ES

UEE : DÉVELOPPER SES COMPÉTENCES PROFESSIONNELLES À DES FINS D'ENCADREMENT À UN NIVEAU D'INITIATION

Parcours Préparateur Physique

Investir les déterminants psychologiques, physiologiques et biomécaniques

Présentation

Investir les déterminants psychologiques, physiologiques et biomécaniques au service de l'entraînement sportif : notions d'équilibre, souplesse et coordination motrice.

2 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 18h

Langue d'enseignement

Français

Renforcement musculaire et préparation physique générale

2 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 18h

Langue d'enseignement

Français

Découvrir les outils de premier niveau d'analyse de l'activité

Présentation

Découvrir les outils de premier niveau d'analyse de l'activité et les mobiliser pour l'entraînement technique et tactique.

2 crédits ECTS

Volume horaire

Travaux Dirigés : 18h

Langue d'enseignement

Français