

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