Évaluation et méthodologie du réentrainement

Niveau d'étude	Composante
Bac +3	**Faculté des sciences du sport**

Présentation

Description

- Concepts et principes généraux de l'évaluation et du développement des qualités neuromusculaires, cardiovasculaires et métaboliques.
- Concepts et principes généraux des modalités de prescription de l'activité physique à un individu sain ou atteint d'une pathologie.

Objectifs

- Maîtriser les concepts, principes et méthodes de l'évaluation et de l'entraînement des qualités musculaires chez l'adulte sain ou atteint d'une pathologie.
- Être capable de choisir un test approprié pour évaluer les qualités neuromusculaires, cardiovasculaires et métaboliques.
- Être capable de proposer des contenus d'entraînement des qualités neuromusculaires, cardiovasculaires et métaboliques adaptés et justifiés par la littérature scientifique.

Heures d'enseignement

CM	CM	5,25h
TD	TD	7h

Informations non contractuelles.
Dernière mise à jour le 20 septembre 2024