

UE3 Méthodologie de l'Entraînement Sportif

Niveau d'étude
Bac +2

ECTS
6 crédits

Composante
Faculté des sciences du sport

Présentation

Description

Enseignements d'introduction aux méthodologies de l'entraînement sportif.

Heures d'enseignement

CM	CM	25,5h
TD	TD	15h
P-Proj	Pédagogie par projet	10,5h

Liste des enseignements

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Analyse de la tâche motrice liée à la performance sportive	EC	13,5h	9h		
Fondamentaux de l'entraînement sportif	EC	12h	6h		
Expertise théorique d'une spécialité sportive	EC				

UE = Unité d'enseignement

EC = Élément Constitutif