

UE 2 Exercice physique, performance et santé

Niveau d'étude
Bac +3

Composante
Faculté des sciences du sport

Volume horaire
36h

En bref

Méthode d'enseignement: En présence

Ouvert aux étudiants en échange: Non

compétences pour mettre en œuvre un programme d'activité individualisé.

Heures d'enseignement

Enseignement Exercice et Santé	CM	36h
--------------------------------	----	-----

Complément de formation Exercice et Santé	Apprentissage et évaluation entre pairs - TP	10h
---	--	-----

Présentation

Description

Programme résumé:

- Exercice physique et santé des populations
- Interactions avec le vieillissement et sa prise en charge
- Interactions avec les pathologies et leurs prises en charge
- Interactions avec la nutrition
- Exercice physique et performance dans le contexte sportif

Objectifs

Les objectifs de l'UE sont d'apporter ou d'actualiser des connaissances scientifiques et méthodologiques concernant les liens entre exercice physique et santé ; de permettre la maîtrise du conseil individualisé à l'attention du sportif et/ ou du sujet reprenant une activité physique ; de donner des

Pré-requis nécessaires

Aucun pré-requis