

# Bases de la physiologie adaptée à l'activité physique

## Titulaires

Alain CARPENTIER (Coordonnateur), Stéphane BAUDRY, Bert Celie, Vitalie FAORO, Nathalie GUISSARD et Malgorzata KLASS

## Mnémonique du cours

BIME-I5395

## Crédits ECTS

5 crédits

## Langue(s) d'enseignement

Français

## Période du cours

Premier quadrimestre

## Contenu du cours

Le muscle et la fonction neuromusculaire (rappel), la préparation à la performance sportive et les bases neuromécaniques du stretching.

Les filières énergétiques et les notions de seuils.

La physiologie cardio-respiratoire à l'effort, y compris les apports physiologiques (avec démonstration et exercices) de l'ergospirométrie

L'étude la composition corporelle

## Objectifs (et/ou acquis d'apprentissages spécifiques)

Cet enseignement envisage les mécanismes sous-jacents aux adaptations neuromusculaires, biochimiques et cardio-respiratoires liés à l'exercice physique.

## Méthodes d'enseignement et activités d'apprentissages

Cours ex cathedra + démonstrations et exercices

## Références, bibliographie et lectures recommandées

Poortmans J. Biochimie des activités physiques. Ed. De Boeck; 2017

## Autres renseignements

### Contact(s)

Alain Carpentier (coordonnateur): acarpent@ulb.ac.be

Jacques Duchateau: jduchat@ulb.ac.be

Nathalie Guissard: nguissar@ulb.ac.be

Vitalie Faoro: vfaoro@ulb.ac.be

Malgorzata Klass: mklass@ulb.ac.be

## Méthode(s) d'évaluation

Examen oral et Examen écrit

### Méthode(s) d'évaluation (complément)

Examen écrit (questions ouvertes).

### Construction de la note (en ce compris, la pondération des notes partielles)

La note du module est déterminée à partir des notes moyennées (non pondérées) des questions posées.

### Langue(s) d'évaluation principale(s)

Français

## Programmes

Programmes proposant ce cours à la faculté des Sciences de la motricité

MA-MOTR | Master en sciences de la motricité, orientation générale | finalité Pathologies sportives/bloc 2