

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