

- Service des sports

### **Théorie de l'entraînement (10SP1010)**

Filières concernées	Nombre d'heures	Validation	Crédits ECTS
<b>Bachelor en sciences et sport (biologie)</b>	<b>Cours: 2 ph</b>	Voir ci-dessous	3
<b>Bachelor en sciences et sport (mathématiques)</b>	<b>Cours: 2 ph</b>	Voir ci-dessous	3
<b>Bachelor of Science en économie et sport</b>	<b>Cours: 2 ph</b>	Voir ci-dessous	3
<b>Bachelor of Science en management et sport</b>	<b>Cours: 2 ph</b>	Voir ci-dessous	3
<b>Pilier B A - sciences et pratiques du sport</b>	<b>Cours: 2 ph</b>	Voir ci-dessous	3
<b>Pilier principal B A - sciences et pratiques du sport</b>	<b>Cours: 2 ph</b>	Voir ci-dessous	3
<b>Sciences et pratiques du sport (SePS) de niveau bachelor</b>	<b>Cours: 2 ph</b>	Voir ci-dessous	3

ph=période hebdomadaire, pg=période globale, j=jour, dj=demi-jour, h=heure, min=minute

#### **Période d'enseignement:**

- Semestre Automne

#### **Equipe enseignante**

Bertrand Robert

#### **Contenu**

Le cours explore l'ensemble des facteurs de la capacité de performance, traités sous l'angle des besoins moteurs fondamentaux. Une deuxième partie du cours définit les principes et les méthodes d'entraînement propres aux facteurs de condition physique et de coordination

#### **Forme de l'évaluation**

Examen écrit (2h)

#### **Forme de l'enseignement**

Traditionnel (ex cathedra)