

SCIENCES DU SPORT

Annuaire des cours 2024.2025

faculté des sciences
sociales et politiques
(ssp)

baccalauréat universitaire

AVERTISSEMENT

Ce catalogue des cours a été réalisé à partir des données du système d'information *SylviaAcad* de l'Université de Lausanne. Sa base de données contient toutes les informations relatives aux enseignements proposés par les différentes facultés ainsi que leurs horaires. Ces données peuvent également être consultées online à l'adresse :

<https://applicationspub.unil.ch/interpub/noauth/php/Ud/index.php>.

Site internet de la faculté : **<http://www.unil.ch/ssp/>**

Date de génération de cet annuaire : 06.09.2024

LEGENDE

INTITULÉ DU COURS

Enseignant responsable

Type de cours	Statut	Nombre d'heures par semaine	Langue d'enseignement	Nombre d'heures par année
Semestre	Crédits			

N: Niveaux d'études

P: Exigences du cursus d'études

O: Objectif

C: Contenu

B: Bibliographie

I: Informations supplémentaires

ABRÉVIATIONS

TYPE DE COURS

Attest.	Attestation
C	Cours
C/S	Cours-séminaire
Cp	Camp
E	Exercices
Exc	Excursion
Lg	Lecture guidée
S	Séminaire
T	Terrain
TP	Travaux pratiques

STATUT

Fac	Facultatif
Obl	Obligatoire
Opt	Optionnel
Fac/Obl/Opt	Facultatif, obligatoire ou optionnel (selon le plan d'études)

SEMESTRE

P	Printemps
A	Automne

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SANTÉ

Jérôme Barral

C	Fac/Obl/Opt	2	français	28
P	3			

N: Propé Ba, 2p Ba

O: Acquérir des connaissances sur l'activité physique, la sédentarité, la santé, la qualité de vie, etc.
 Connaître les recommandations actuelles et pouvoir citer les barrières à l'activité physique.
 Appréhender l'activité physique régulière comme outil de prévention des pathologies non-transmissibles à tous les âges
 Connaître l'influence d'une vie active depuis l'enfance jusqu'à la personne âgée
 Connaître les avantages et inconvénients des différents outils d'évaluation de l'activité physique et savoir les utiliser
 Savoir lire et interpréter des résultats d'études scientifiques dans ce domaine
 Rédiger une courte synthèse sur prévention-santé-activité physique selon différentes catégories de population (enfants, adultes, personnes âgées)

C: > Terminologie et définitions
 > Chiffres & constats en lien avec l'(in)activité physique et la santé
 > Les déterminants de l'activité physique et de la santé
 > Evaluer l'activité physique (mesures objectives et subjectives)
 > Obtenir et analyser des données en activités physique et santé
 > Prévention des pathologies et activité physique
 > Activités physiques chez les jeunes
 > Activités physiques chez les personnes âgées
 > Recommandations et promotion de l'activité physique.

B: - Carlier G. (coordonné par) (2008). La santé. Paris: Editions Revue EPS.
 - Laure P. (coordonné par) (2007). Activités physiques et santé. Paris: Ellipses.
 - Documentation réseau HEPA (Réseau suisse Santé et activité physique)
<http://www.hepa.ch/internet/hepa/fr/home/hepa.html>

ANATOMIE: BASES ANATOMIQUES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

Hugues Cadas, Stella Fahrni

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3			

N: Propé Ba, 2p Ba

C: Ce cours traite essentiellement de l'anatomie du système locomoteur. Il contient une introduction à la morphologie du tissu conjonctif et des épithéliums qui entrent dans la formation de l'ensemble des structures anatomiques.

Le système locomoteur sera envisagé en trois chapitres qui traiteront du membre supérieur, du tronc et du membre inférieur. Nous détaillerons le squelette, les articulations principales, les muscles et leur mouvements. Afin de mieux visualiser l'ensemble de ces structures, deux séances de travaux pratiques seront proposées dans les locaux de l'UFAM (Unité facultaire d'anatomie et de morphologie). Lors de la première séance pratique, une introduction au corps et à la mort sera présentée afin que chacun puisse évoluer sereinement et dans une ambiance de respect adéquat lors de l'utilisation de pièces disséquées humaines permettant au mieux l'apprentissage de l'anatomie du système locomoteur.

Les objectifs du cours sont:

- de connaître les caractéristiques principales du tissu conjonctif, des épithéliums, du tissu musculaire.
- de savoir reconnaître les os, comprendre les mouvements permis par les articulations, connaître les muscles et les principaux mouvements auxquels ils participent.

- B: Platzer, W., Atlas de poche d'anatomie, tome 1 : Appareil locomoteur. Flammarion, 2014.
 Calais-Germain, B., Anatomie pour le mouvement, tomes 1 et 2, Ed. Desiris 1999
 Marieb E.N., Anatomie et Physiologie Humaines, DeBoeck Université, 2019
 CD-ROM : Anatomie de l'appareil locomoteur, 1-3, BioMedia, Montagnola, 2000

ATHLÉTISME 1

Stéphane Diriwächter, Patric Guilbert, Nicolas Strahm

PS	Obl	2	français	28
P	1.5			
PS	Obl	2	français	28
P	1.5			
PS	Obl	2	français	28
P	1.5			

N: Propé Ba

O: Ce cours a pour objectif de transmettre aux étudiants des bases pratiques et théoriques des disciplines centrales de l'athlétisme.

C: Ce cours permettra aux étudiants de découvrir la pratique de l'athlétisme au travers de multiples disciplines telles que le sprint, le saut en longueur, le saut en hauteur, les haies, le lancer du javelot et du poids.

B: Documents remis pendant le cours et documents à disposition dans les cours à télécharger.
 Brochure 4 "Courir, sauter, lancer" dans manuel EPS.

ATHLÉTISME 2

Stéphane Diriwächter, Patric Guilbert

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.5			
PS	Obl	2	français	28
P	1.5			

N: 2p Ba

P: Athlétisme 1

O: Ce cours a pour objectif de développer des acquis méthodologiques centrés autour du métier de maître d'éducation physique et d'expérimenter des pratiques nouvelles.

C: Les disciplines du saut à la perche, le lancer du disque, le triple saut ainsi que le relais seront utilisées afin de se familiariser avec les concepts méthodologiques de l'éducation physiques. L'étudiant sera amené à préparer des séquences d'enseignement et les mettre en pratique dans un cours

B: Documents remis pendant le cours et documents à disposition dans les cours à télécharger.
 Brochure 4 "Courir, sauter, lancer" dans manuel EPS.

BADMINTON

Valentin Ray

PS	Opt	2	français	28
A	1.5			
PS	Opt	2	français	28
P	1.5			
PS		2	français	28
A				
PS	Opt	2	français	28
P	1.5			

N: 2p Ba

O: Ce cours a pour but de développer les compétences personnelles des étudiant.e.s afin de leur permettre de maîtriser les éléments techniques et tactiques du badminton et ainsi d'acquérir une meilleure compréhension du jeu.

Ce cours cherche également à offrir aux futur.e.s enseignant.e.s une réflexion sur les différentes approches didactiques et conceptuelles des activités d'apprentissage.

C: Le cours propose une approche à la fois ludique, technique et didactique du badminton et l'entrée par et pour le jeu doit permettre de donner du sens aux apprentissages. Les situations proposées permettront non seulement aux étudiant.e.s de progresser techniquement et tactiquement, mais également de développer une réflexion autour des enjeux de l'enseignement du badminton.

Les outils techniques seront travaillés dans un contexte nécessitant une intention tactique de l'étudiant.e et non pas une répétition décontextualisée et isolée du geste.

BASKETBALL

Alexandre Pidoux

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.5			
PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.5			
PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.5			

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.5			

N: 2p Ba

O: Développement des fondamentaux technico-tactiques du basket et approche méthodologique adaptée aux différents niveaux scolaires.

BIOLOGIE ÉVOLUTIVE ET COMPORTEMENTALE

Michel Chapuisat

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3			

N: Propé Ba, 2p Ba

P: Aucun.

Quelques bases de biologie moléculaire et cellulaire (exemple : ADN, gène, méiose) sont utiles mais pas indispensables, car les notions essentielles à la compréhension du cours seront revues rapidement au fur et à mesure.

O: Comprendre les principes de base du fonctionnement de l'évolution biologique.

Examiner dans quelle mesure la prise en compte des processus de l'évolution permet d'enrichir notre compréhension du monde vivant, des molécules au comportement humain.

C: Ce cours présente les mécanismes fondamentaux de l'évolution biologique. Les notions théoriques les plus importantes seront présentées dans une perspective historique et illustrées à l'aide de nombreux exemples étudiés dans la nature ou en laboratoire. Nous examinerons ensuite dans quelle mesure une approche évolutionniste peut nous aider à mieux comprendre le comportement des animaux et des humains, en insistant sur la complexité et la richesse des interactions entre gènes et environnement.

Programme du cours: INTRODUCTION: les grandes caractéristiques du vivant; Intérêt et limites de l'approche évolutionniste. COMMENT FONCTIONNE L'EVOLUTION BIOLOGIQUE? Avant Darwin; Le darwinisme; La sélection naturelle; Les preuves empiriques de l'évolution; La sélection sexuelle; Génétique, hérédité, héritabilité; La synthèse moderne et la génétique des populations. L'EVOLUTION DU COMPORTEMENT SOCIAL: Comment un comportement peut-il évoluer?

L'évolution des sociétés animales; Coopération et conflits dans les sociétés animales. LE COMPORTEMENT HUMAIN: Ecologie comportementale; Altruisme et égoïsme; Psychologie évolutionniste; Langage et évolution culturelle.

B: Campbell (2012) Biologie (Pearson)

Boyd & Silk (2015) L'aventure humaine, des molécules à la culture (DeBoeck)

I: <https://moodle.unil.ch/course/view.php?id=17880>

CAMP MULTIGLISSE

Isabelle Liardet

CPS	Obl		français	
P	1.5			

CPS	Obl	français
P	1.5	

N: Propé Ba

P: Un cours théorique préparatoire obligatoire pour pouvoir participer (voir convocation) Les pré-requis pour suivre ce camp sont la maîtrise des deux engins, soit au minimum la faculté de se déplacer de façon autonome en sachant glisser sur la carre, dérapier, virer et s'arrêter en maintenant son équilibre sur une piste rouge. En snowboard, en plus, pratique du switch sur piste bleue.

O: L'étudiantE devra acquérir des aptitudes motrices et des connaissances fondamentales concernant les sports de neige. Il sera capable de les transférer à ski et en snowboard.

C: Comprendre:
 - la relation entre fonctions des engins, mouvements fonctionnels et formes.
 - le principe de variations en tant que démarche méthodologique.
 L'étudiantEs devra connaître l'utilité des fonctions et des mouvements fonctionnels, savoir démontrer ces différents mouvements fonctionnels et les combiner entre eux pour réaliser des formes.
 L'étudiantE devra acquérir des comportements adaptés dans un milieu ouvert (sécurité passive et active) et une attitude technique adaptée sur les deux engins (ski - snowboard).

B: P.Pfefferlé (2014) Enseigner le ski; des fondamentaux à l'action technique
 Sports de neige en Suisse : Snowboard suisse
 P.Pfefferlé, I.Liardet (2011) : Enseigner le sport ; de l'apprentissage à la performance, Ed. PPUR

CAMP POLYSPORTIF 1

Valentin Ray

CPS	Obl	français
P	1.5	

CPS	Obl	français
P	1.5	

N: 2p Ba

O: Par le biais de la découverte d'une nouvelle région, le camp polysportif de Bellecin propose aux étudiantEs :
 - La préparation, l'organisation, la conduite et l'observation d'activité sportive pour des enfants de 11 à 14 ans.
 - Gestion d'un camp ainsi que les règles de sécurité inhérentes aux sports de plein air.
 - Découverte, apprentissage et entraînement de diverses disciplines sportives (VTT, escalade, baseball, ultimate, jonglerie, slackline, streetboards, hip-hop.; en options: catamaran,paddle, kayak, aviron, spéléologie, ...).

C: Didactique : créer et gérer des activités techniques et ludiques pour et avec des groupes d'enfants: triathlon ludique
 - jeux de terrains - jeux de nuit - jeux de renvoi.
 Connaissances théoriques: contraintes et limites des disciplines de plein air (mesures de sécurité) - informations relatives à la planification et l'intendance d'un camp.
 Gestion du temps libre: possibilité d'exploiter le site au travers d'activités sportives diverses.

B: Références internet.
 Manuels de plein air à consulter pendant le cours
 Guide des mesures de sécurité

COURSE D'ORIENTATION

Raphaël Jobin

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.5			
PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.5			

N: 2p Ba

O: Connaître et entraîner les aspects qui déterminent la compétence à s'orienter dans l'environnement avec des supports et des moyens variés, individuellement, par paires, en groupes.

- C: 1. Méthodologiques :
- s'approprier une progression applicable dans l'enseignement, de l'école primaire aux formes pratiquées aux niveaux secondaire I, secondaire II, voire en compétition
 - planifier, organiser, gérer des activités d'apprentissage et des formes d'évaluation de courses
 - établir un parcours en regard de critères imposés ou choisis.
2. Théoriques :
- connaître les différents systèmes de représentation symbolique; plan cadastral, cartes SCOOOL, cartes de C.O, cartes nationales.
 - reporter des postes sur une carte grâce à des coordonnées et/ou grâce à des directions (azimuts)
3. Techniques :
- mémoriser un trajet
 - améliorer la lecture de carte à différentes échelles
 - estimer des distances et des pentes; longer une courbe de niveau
 - choisir un itinéraire en fonction de critères variables (dénivellation, distances, nombre de changements de direction, densité de végétation, etc.)
 - savoir utiliser une boussole globalement et précisément en cherchant un poste à l'azimut.

B: RICHARD, SCHMIDT: Apprentissage moteur et performance, Vigot
Manuel du moniteur J+S, Course d'orientation, EFS Macolin
Education physique à l'école, CFS

ESCALADE

Raphaël Jobin

PS	Opt	2	français	28
A	1.5			
PS	Opt	2	français	28
P	1.5			
PS	Opt	2	français	28
A	1.5			
PS	Opt	2	français	28
P	1.5			

PS	Opt	2	français	28
A	1.5			
PS	Opt	2	français	28
P	1.5			

N: 2p Ba

O: Le cours a pour but de former de manière ludique l'étudiantE en escalade indoor pour une pratique personnelle mais aussi dans une perspective d'enseignement de la discipline. Le cours garantit un niveau de performance crédible pour l'enseignement.

C: Progression technique, sécuritaire et méthodologique en bloc, moulinette et escalade en tête.

B: Club Alpin Suisse CAS. (2017). "Grimper en sécurité indoor". Berne, Suisse: CAS

FONDAMENTAUX DU JEU 1

Pascal Mornod

PS	Obl	2	français	28
A	1.5			
PS	Obl	2	français	28
A	1.5			
PS	Obl	2	français	28
A	1.5			

N: Propé Ba

O: D'un point de vue moteur, l'objectif principal du cours des « Fondamentaux du jeu » est de stabiliser et perfectionner les qualités de coordination globales dans les gestes de base avec ou sans ballon en lien avec les différents jeux.

D'un point de vue cognitif, l'objectif est de sensibiliser les étudiants aux transferts possibles entre les différents jeux et les gestes qui les composent tout en les impliquant dans une démarche de « micro enseignement » leur permettant d'appliquer quelques principes méthodologiques spécifiques à l'enseignement des jeux.

C: La démarche poursuivie est l'illustration de différents principes méthodologiques propres à l'enseignement des jeux au travers d'exemples concrets de « petits jeux » tels que la « Balle aux cerceaux », le « Ballon par-dessus la corde » ou des variantes de rugby en salle, etc...

Les phases d'échauffement de début de leçon sont dirigées par les étudiants eux-mêmes selon directives et exemples.

B: Support de cours à télécharger
HOTZ A., Apprentissage psychomoteur, Vigot, 1985, Paris
BAYER C., L'enseignement des jeux sportifs et collectifs, Vigot, 1979

FONDAMENTAUX DU JEU 2 A - RUGBY ET SPORTS COLLECTIFS

François Bertherat

PS	Opt	2	français	28
A	1.5			

N: 2p Ba

P: Fondamentaux du jeu 1

FONDAMENTAUX DU JEU 2 B - SPORTS SCOLAIRES

Robin Pellet

PS	Opt	2	français	28
P	1.5			

N: 2p Ba

P: Fondamentaux du jeu 1

O: Ce cours a pour ambition de créer un espace d'apprentissage méthodologique où l'étudiant est amené à se questionner et analyser son double rôle d'apprenant et d'enseignant au travers de jeux non-traditionnels. Ces leçons pratiques ont pour objectif que les étudiants se familiarisent à ces jeux et comprennent la méthodologie d'apprentissage qui les entoure afin d'extrapoler ces connaissances à la palette d'activités qu'ils proposeront en tant qu'enseignant.

C: Le cours propose une approche par et pour le jeu autour des jeux non-traditionnels issus de la pratique actuelle dans l'enseignement du secondaire 1 et 2. Ces leçons d'enseignement mettront en lumière les différents points essentiels à l'optimisation d'un cours de sport et des apprentissages qui en découlent. De plus, les capacités transversales seront mises en avant et analysées pour comprendre leur rôle et leurs enjeux. Les étudiants seront amenés à se questionner sur des situations complexes et à mettre en pratique leurs réflexions.

B: AEDE (2000). Les compétences clés pour l'apprentissage tout au long de la vie : un cadre européen de référence. <http://www.aede-france.org/competences-cles.html>
 Bui-Xuan, G. (1993). Enseigner l'éducation physique et sportive. Paris : AFRAPS.
 Chen, S., Sun, H., Zhu, X., & Chen, A. (2014). Relationship between motivation and learning in physical education and after-school physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(4), 468-477.
 Hidi, S., & Renninger, A. (2006). The four-phase model of interest development. *Educational Psychologist*, 41, 111-127.
 Mosston, M., & Ashworth, S. (2008). *Teaching physical education: First online edition.*

FOOTBALL

Fabian Geiser

PS	Opt	2	français	28
P	1.5			
PS	Opt	2	français	28
A	1.5			

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.5			
PS	Obl	2	français	28
A	1.5			

N: Propé Ba, 2p Ba

O: Amélioration le niveau technique et tactique dans le jeu (pratique).
 Démonstration des gestes de base du football.
 Reconnaissance de la source d'un problème (cf. fondamentaux du jeu).
 Connaissance des règles du jeu.
 Connaissance de base des principes méthodologiques. Connaissance des aspects techniques et tactiques et techniques (théorie).
 Construction de séquences de jeu
 Connaître les principes de variation et de variabilité

C: Arbitrage - règles de jeu. Systèmes de jeu. Geste techniques: conduire, passer, tirer, contrôler. Comportement tactique individuel et collectif. Du 1:1 au 11:11. Niveaux d'apprentissage.
 Méthode de travail : mises en situations pratiques. Résolution de problèmes. Approche polyvalente.
 Approche basée: sur la variation et la combinaison - sur la créativité et la complexité.

B: HOTZ A. Apprentissage psychomoteur, Vigot, 1985, Paris
 BAYERE C., L'enseignement des jeux sportifs et collectifs, Vigot, 1979
 Manuel du moniteur J+S, Football, EFS Macolin
 Règlement FIFA

GYMNASTIQUE AUX AGRÈS 1

Philippe Arn

PS	Obl	2	français	28
P	1.5			
PS	Obl	2	français	28
P	1.5			
PS	Obl	2	français	28
P	1.5			

N: Propé Ba, 2p Ba

P: Bonne condition physique.
 Exercices présentés à l'examen d'admission maîtrisés.

O: Préparer l'étudiantE aux épreuves techniques prévues par le règlement d'études.
 Connaître et exercer les aptitudes fondamentales nécessaires à la pratique de la discipline. Connaître les dangers relatifs à la discipline et les moyens de prévention.
 Développer les compétences sociales nécessaires à l'aide et à l'encadrement des pratiquants (déroulement correct du mouvement et sécurité).

- C: Matière technique : matière identique pour les Dames et les Messieurs - matière de la scolarité obligatoire.
 Technique : famille de mouvements : rotation en avant en arrière - élaner, balancer - mouvement de bascule et renversement - appuis renversés et sauts.
 Contenu d'examen : liaisons-clé isolées à présenter au sol, aux anneaux balançants, au saut au minitrampoline, aux barres parallèles scolaires, aux barres asymétriques scolaires et à la barre fixe.
 Méthode de travail : la maîtrise d'un mouvement ne se conçoit qu'au travers d'une progression méthodologique spécifique. Technique et méthodologie sont indissociables.
 Apprentissage structuré : méthode globale et fractionnée.
 Organisation : travail par vague, pistes d'agrès - travail par chantier, à niveaux.
 Sécurité : aide et surveillance, maintien, entraînement de la condition physique.
- B: La gymnastique par le jeu: EFS Macolin, Brochure du manuel J+S, Form. 30.49.400f
 Manuel Education physique à l'École, No 7, Berne, 1981
 LEGUET J., Les actions motrices en gymnastique sportive, Collection Sport + Enseignement, Vigot
 CFS, Manuel 7 : Education physique à l'école, gymnastique aux agrès ;Berne1981
 CFS, Le manuel n°5 d'éducation physique, Berne,2000
 Le manuel « Base Agrès » de Jeunesse et Sport, 2008
 CARRASCO R., La gymnastique des 3 à 7 ans, Revue EPS,Paris, 2000
 CARRASCO R., L'activité du débutant, programmes pédagogiques, éd. Vigot, Paris, 1977

GYMNASTIQUE AUX AGRÈS 2

Philippe Arn

PS	Obl	2	français	28
A	1.5			
PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.5			

N: 2p Ba

P: Gymnastique aux agrès 1

GYMNASTIQUES DOUCES ET GESTION DU STRESS

Sophie Egger Gachet

PS	Opt	2	français	28
P	1.5			
PS	Opt	2	français	28
A	1.5			

N: 2p Ba

- O: Dans une perspective saine de l'activité physique, en articulant théorie - pratique, ce cours permet aux étudiants d'élargir leur champ d'expériences avec les exercices de 3 méthodes psycho-corporelles "références" en gestion du stress: HATHA YOGA, TECHNIQUES RESPIRATOIRES ET DE RELAXATION.
 La pratique est entraînée comme moyen d'action pour cultiver de bonnes dispositions physiques et mentales, être fort émotionnellement, mieux se respecter soi-même, développer une conscience de soi lucide, stable et renforcer la confiance en soi.

C: En co-construction avec leurs savoirs-être, savoirs-faire, background, les étudiants identifient, comprennent agents stresseurs/ressources et différencient stress positif/négatif.
Ils exercent postures de Hatha yoga élémentaires, exercices respiratoires et de relaxation puis, dans un second temps, observent comment - pourquoi les exercices spécifiques impactent le stress perçu, les fréquences cardiaque et respiratoire.

B: Bibliographie et sources seront communiquées durant le cours.

HABILITÉS MOTRICES DE BASE ET ÉDUCATION DU MOUVEMENT 1

Violaine Murugan

PS	Obl	2	français	28
A	1.5			
PS	Obl	2	français	28
P	1.5			
PS	Obl	2	français	28
P	1.5			
PS		2	français	28
A				

N: Propé Ba

O: Développer les connaissances et les habiletés fondamentales dans les domaines du rythme, des déplacements (pas, sauts, rotations), des postures (en mouvement et arrêtées) et du développement de la condition physique.

C: Espace et formations :

1. Connaître et exercer les plans, les axes, les formations, les interactions, la collaboration, les déplacements, l'espace (ligne, carré, cercle, diagonale, colonne).

2. Découvrir les portés dynamiques

Mouvements, chorégraphie et expression :

1. Apprendre les pas de base et les varier

2. Analyser des musiques et interpréter par le mouvement.

3. Percevoir son corps ; maîtriser dans l'espace et isolation

4. Créer une chorégraphie

5. Expression corporelle : se libérer de sa tâche motrice pour réussir à transmettre une émotion au spectateur

Analyser les mouvements :

1. Développer la compétence et la rigueur dans la prise d'information (auditive - visuelle - kinesthésique), dans le traitement de l'information. Passer du statut de pratiquant à celui d'observateur, d'analyste, de correcteur.

2. Exercer, améliorer les capacités de coordination avec son propre corps, soit sans engin à mains.

3. Développer la prévention de traumatismes musculaires et articulaires, en particulier lors des soulevés, des sauts (et des réceptions).

B: BONNERY A., CADOPI M., Apprentissage de la danse, Vigot, Paris, 1990

LAMOURE H., Pédagogie du rythme, EPS, 1985, Paris

REPOND R.-M. et coll., Eclairages théoriques, Berne, CFS, 1997

HABILITÉS MOTRICES DE BASE ET ÉDUCATION DU MOUVEMENT 2

Violaine Murugan

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.5			

N: 2p Ba

P: Education du mouvement 1

O: 1. Passer du statut de pratiquant à celui d'analyste et de correcteur en se basant sur différentes méthodes d'apprentissage et d'un modèle d'analyse des tâches.
 2. Développer les qualités de coordination individuelles et collectives par la manipulation d'engins à mains (conventionnels ou non), les partenaires (porter), la jonglerie et la rythmique.

C: Habiletés de saisies :

1. Connaître et exercer toutes les familles de mouvements (lancer, recevoir, conduire, frapper, balancer, etc.)
2. Perfectionner les compétences de base en jonglerie

Musique et chorégraphie :

1. Choisir, analyser une musique
2. Créer une chorégraphie en tenant compte des particularités de la musique et des spécificités des engins à mains sélectionnés

Méthodes et modèles :

1. Expérimenter trois modèles d'enseignement et choisir l'un ou l'autre en fonction des caractéristiques des tâches à résoudre (socio - constructiviste, fractionnée, globale)
2. S'approprier « l'algorithme de la prise de décision dans l'enseignement » de Hoffman dans la détection des difficultés.

B: BISCHOF M, Brochures 2 des manuels officiels 1 à 6, (1988 à paraître)
 CADOPI M., BONERY A., Apprentissage de la danse, Joinville-Le-Pont, Ed. Actio, 1990
 LEVIEUX F. + J.-P., Expression corporelles, Joinville-le-Pont, Ed. EPS
 REPOND R.m: et coll., Eclairages théoriques, Berne, CFS, 1998
 SCHMIDT, R.A., Apprentissage moteur et performance, Vigot, Paris 1993

HANDBALL

François Bertherat, Roger Weber

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.5			

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.5			

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.5			

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.5			

N: 2p Ba

O: Acquérir les gestes techniques spécifiques à chaque poste afin de pouvoir évoluer vers une intention collective. Comprendre et appliquer ces intentions.

C: Attaque :
Aptitudes de base :-dribbler-passer/recevoir-technique de déplacement.
Tirer:-tir de base-tir en suspension-tirs spécifiques en fonction du poste (ailier, centre avant). Débordement:-feinte de base - un contre un
Développement de contre-attaque simple.
Exercices de groupe en zone du 1/1 au 2/2, attaque dans l'intervalle.
Jeu du 3/3 au 6/6.
Défense :
-contact défensif et déplacements du défenseur-collaboration en défense-technique de base du gardien.

Méthode de travail: acquisition par le jeu d'une aptitude générale à jouer avec le ballon. Elaboration de différentes intentions gestuelles à partir des capacités de coordination. Compréhension des intentions dans le jeu.

B: Apprendre à jouer au Handball, Baumgartner Jürg, Fédération suisse de handball (FSH). Education aux jeu, Buholzer Otmar, Jeker Martin, FSH
Handball technique, pédagogie, entraînement, Noteboom Thierry Amphora.
Handball. La formation du joueur, Bayer Claude, Vigot
Handball à l'école, FSH. Document didactique PDF sur Moodle.unil <http://www.handallouest.net>. document didactiques

HOCKEY SUR GLACE

Daniel Jendly

PS	Opt	2	français	28
A	1.5			
PS	Opt	2	français	28
A	1.5			

N: 2p Ba

O: - Connaître les principales règles de jeu
- Connaître les principaux systèmes de jeu
- Apprentissage des différents gestes de base (patinage, conduite du puck, passes et tirs)

C: - Savoir sortir le puck de la zone d'attaque ou de la zone médiane
- Connaître différents schémas d'attaque
- Connaître les différentes positions des joueurs en jeu défensif et offensif
Patinage : En av. et en arr. - freinage et arrêt complet - pivoter - pas croisés av. et arr. - démarrer latéralement
Conduite du puck : En av., en arr. et en slalom - dribbles
Passes : A l'arrêt et en mouvement
Tirs : En coup droit et en revers sur place et en mouvement
Jeu : 1 :1 / 2 :1 / 2 :2. / 3 :3 / 4 :4. / 5 :5
Sortie de zone : 5 :0
Conclusion d'attaque : 3 :0 / 3 :1 / 3 :2 / 5 :0 / 5 :2
Méthode de travail
Pratique sur la patinoire - jeux d'apprentissage en largeur - grand jeu 5 :5 en longueur - théorie au bord de la bande (notions tactiques)

B: Polycopiés remis par les enseignants

INFORMATIQUE APPLIQUÉE AUX SCIENCES DU SPORT

Fabio Borrani

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3			

N: Propé Ba, 2p Ba

O: Apprentissage des principales fonctions de Word et Excel.
Les applications sont tirées du monde du sport.

C: WORD

Présentation de l'environnement de travail. Correction orthographique.

Gestion de documents longs.

Création de styles automatiques, table des matières, tableau, index

Utilisation du Publipostage et de la fusion de données dans des documents Word.

EXCEL

Gestion des cellules. Calculs de base

Fonction texte, Tri de données. Liste de données

Applications pratiques des fonctions logiques: SI, ET, OU

Applications pratiques des fonctions de recherche

Utilitaire d'analyse.

Utilisation des tableaux croisés dynamiques

Les macros

INTRODUCTION À LA BIOMÉCANIQUE DU SPORT

Fabio Borrani, Aurélien Patoz

C/S	Obl/Opt	4	français	56
A	6			

N: 2p Ba

P: Il est recommandé aux étudiants d'avoir suivi au préalable un cours d'anatomie. Il est recommandé aux étudiants de suivre en parallèle le cours et le séminaire (travaux pratiques).

O: Ce cours a pour but de présenter les principales bases et lois physiques et les connaissances de la biomécanique appliquée au mouvement humain. Le cours est accompagné de travaux pratiques fortement recommandés et de nombreuses applications numériques.

C: Introduction : mouvement, axes, plan

cinématique d'un point ponctuel

mouvement uniformément accéléré ; dérivées ; intégrales mouvement d'un projectile

mouvement circulaire uniforme et non uniforme

cinématique angulaire

forces (trainée , frottement, ...)

dynamique linéaire: quantité de mouvement et sa conservation ; collisions ; impulsion

dynamique angulaire : moment et couple de force, centre de masse

moment d'inertie

moment cinétique et sa conservation

travail, énergie, puissance.

B: Grimshaw P, Burden A. Biomécanique du sport et de l'exercice. de boeck, Bruxelles, Belgique, 2010. Harris Benson, Physique: Mécanique, 3ème édition, 2004, De Boeck université Nigg, B.M., MacIntosh B.R. and Mester, J. Biomechanics and biology of movement. Human kinetics, Leeds, 2000.

INTRODUCTION À LA GESTION DU SPORT

Michel Desbordes

C	Opt	2	français	28
A	3			

N: 2p Ba

O: L'objectif de ce cours est de donner un premier niveau d'expertise sur les organisations (associatives, publiques, commerciales) et les emplois dans le secteur du sport. Le cours propose de mieux comprendre les jeux d'acteurs et les enjeux (du local au global) dont relève le phénomène sportif. Les principes clés des disciplines fondamentales de la gestion du sport (stratégie, marketing, gestion des ressources humaines...) sont également présentés. L'objet du cours est enfin d'aider les étudiants à construire un projet professionnel dans le domaine de la gestion du sport.

C: Le cours débute par une présentation du secteur sportif et une définition de la gestion du sport. Il propose une découverte de l'économie du sport et des enjeux qui y sont associés pour les organisations sportives ou en relation avec le sport. Les étudiants devront analyser ces enjeux mais aussi le fonctionnement d'organisations sportives et des postes de travail de managers du sport. Ils devront également présenter la construction d'un projet professionnel à court mais aussi moyen/long terme dans le secteur.

B: ANDREFF W. (2012), La mondialisation économique du sport, De Boeck Editions
 ATTALI M. et Saint-Martin J. (2010), Dictionnaire culturel du sport, Armand Colin
 BOUCHET P. et HILLAIRET D. (2009), Marques de sport (Approches stratégiques et marketing), De Boeck.
 CAMY J. ET LEROUX N. -Dir 2002, L'emploi sportif en France : situation et tendances d'évolution, Co-édition AFRAPS-RUNOPES
 DESBORDES M. (dir) (2004), Stratégie des entreprises dans le sport, Economica.
<http://www.metier-sport.com/>
<http://www.swissolympic.ch/fr/>

INTRODUCTION À L'APPRENTISSAGE ET AU CONTRÔLE MOTEUR

Jérôme Barral

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3			

N: Propé Ba

O: Les objectifs de cet enseignement sont annoncés au début de chaque partie du cours.

C: Ce cours vise d'une part à identifier les principes de bases de l'organisation fonctionnelle de la préparation et de l'exécution du mouvement et d'autre part à s'appropriier les différentes théories de l'apprentissage en général et moteur en particulier. Nous définirons et classifions les habiletés motrices et traiterons de la question de la mesure de la performance motrice et des apprentissages moteurs. Les notions de feedbacks, connaissance du résultat, programmation motrice, prise de décisions, connaissances implicite et explicite, etc. seront traitées en nous appuyant sur des travaux scientifiques et en nous référant à des situations sportives. Des notions en neurosciences du mouvement seront également dispensées.

B: - Marin L. & Danion F. (2016). Neurosciences comportementales. Contrôle du mouvement et apprentissage moteur. Paris : Ellipses. Nouvelle Edition.
 - Schmidt, R.A. (1993). Apprentissage Moteur et Performance. Paris : Vigot.

INTRODUCTION À LA PSYCHOLOGIE DU SPORT

Roberta Antonini Philippe

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3			

N: Propé Ba, 2p Ba

O: Ce cours a pour objectif de caractériser l'importance des facteurs psychologiques dans la pratique sportive et artistique. C'est une introduction aux thématiques et théories qui touchent à la performance sportive et artistique ainsi qu'au développement des athlètes et artistes.

Cet enseignement a pour objectifs de : a) savoir positionner la psychologie du sport dans le domaine des sciences du sport et de la pratique des activités physiques et sportives, b) être capable d'observer et de caractériser les processus psychologiques impliqués dans les performances sportives, à différents niveaux de pratique, c) connaître des concepts, des théories, des modèles, et différentes méthodologies d'analyse scientifique, et d) acquérir les habitudes de travail universitaire (retravailler ses cours, faire des synthèses, collecter et travailler les textes/références pour les restituer à l'écrit).

C: Le contenu du cours est divisé en plusieurs thématiques qui vous seront présentées tout au long du semestre. Chaque cours est conçu de la manière suivante : a) introduction générale et définitions b) théories, et c) applications pratiques .

INTRODUCTION À L'ÉCONOMIE DU SPORT

Markus Lang

C	Opt	2	français	28
P	3			

N: 2p Ba

O: L'objectif de ce cours est de fournir une introduction à l'économie du sport et de comprendre l'importance économique du sport dans le monde.

Ce cours vous permettra de :

- Acquérir une connaissance approfondie des outils les plus couramment utilisés dans les analyses économiques.
- Comprendre la valeur économique de l'industrie du sport et du divertissement en Suisse et dans le monde.
- Appréhender les spécificités de l'industrie du sport et du marché du travail, ainsi que les risques de pratiques délictueuses.
- Comprendre le rôle essentiel des médias dans la commercialisation du sport.
- Avoir une compréhension approfondie de l'organisation des ligues professionnelles et de l'économie des sports individuels et collectifs.
- Maîtriser l'économie et les options de financement des grandes infrastructures et des événements sportifs.

C: Le cours vise à mieux comprendre l'industrie du sport business (sponsors, médias, etc.), la mondialisation des marchés du sport (événements sportifs mondiaux, marché des diffusions télévisées sportives, sponsoring, etc.) et l'économie du sport professionnel (régulation économique des ligues sportives professionnelles, marché du travail sportif mondial, etc.).

Les sujets suivants sont abordés dans ce cours :

Révision des concepts économiques

- Coûts d'opportunité / Avantage absolu et comparatif
- Modèle d'offre et de demande
- Fonction de production
- Structures de marché : de la concurrence parfaite au monopole

Spécificités de l'industrie du spectacle sportif

- Une nécessaire coordination entre les compétiteurs
- Une production jointe et l'impossibilité d'existence d'un monopole
- La préservation de l'équilibre compétitif
- Le risque multiforme de dérives délictueuses

Spécificités du marché du travail

- Des contrats de travail spécifiques
- Un secteur caractérisé par l'existence de inégalités salariales extrême
- Un secteur caractérisé par l'existence de « superstars »

La médiatisation du spectacle sportif

- Sports et médias de masse
- L'évolution économique de la diffusion sportive
- Les enjeux actuels du débat de politique publique

Les ligues et l'économie des sports collectifs

- Le modèle nord-américain vs le modèle européen
- Interventions réglementaires (Amérique du Nord et Europe)

L'apparition des sports à la télévision en Europe

Économie des grands événements sportifs

- Candidature et attribution d'un grand événement sportif
- L'impact économique des événements sportifs
- L'étude d'impact économique
- L'analyse coûts-avantages des événements sportifs

Le financement du sport professionnel

- Les droits de retransmission télévisuelle
- La billetterie
- Le sponsoring

B: Andreff, W. (2012). Mondialisation économique du sport (p. 488). Manuel de référence en Economie du sport, Bruxelles: De boeck.

Blair, R. D. (2011). Sports economics. Cambridge University Press.

Bourg, J. F., & Gouguet, J. J. (2012). Economie du sport. La Découverte

Gayant, J. P. (2016). Economie du sport. Dunod.

INTRODUCTION À L'ÉTHIQUE DU SPORT

Grégory Quin

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3			

N: 2p Ba

O: Sensibiliser les étudiants à l'importance de la réflexion et de la réflexivité critiques envers les normes dans le sport. Acquisition d'un savoir et d'un savoir-faire pour le décodage critique de problèmes contemporains dans le sport.

C: Cours ex-cathédra avec interaction (wooclap, discussions de groupes). Travail écrit à rendre à la fin du semestre.

INTRODUCTION À L'HISTOIRE DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DU SPORT

Philippe Vonnard

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3			

N: Propé Ba

O: A la fin du semestre l'étudiant doit être capable de construire une réflexion fondée sur les connaissances du cours, à partir d'une question problématique précise, en structurant une dissertation à partir d'un plan articulé bâti sur une chronologie (dates indispensables !), en tenant compte des implications historiques des activités physiques (conséquences politiques, sociales, culturelles...).

C: Ce cours propose d'explorer certains aspects de l'histoire des activités physiques, depuis la formation des athlètes et des guerriers durant la Grèce antique, en passant par le rôle des activités physiques dans la Rome antique et le caractère spécifique de la gladiature, jusqu'aux jeux d'Ancien régime et la chevalerie. Nous aborderons ensuite l'émergence des gymnastiques européennes et enfin la naissance des sports modernes et leur diffusion mondiale. Ce cours a pour ambition de mieux comprendre, à travers les activités physiques, les sociétés qui sont étudiées, et les implications politiques, sociales, culturelles et pédagogiques des activités physiques.

INTRODUCTION AUX ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES

Laurent Paccaud

C	Opt	2	français	28
A	3			

N: 2p Ba

P: Aucun

O: L'objectif de cet enseignement est la découverte par les étudiants du secteur des Activités Physiques Adaptées. Ce secteur, qui se développe depuis les années 1970 en particulier, vise à promouvoir, encadrer et étudier les activités physiques et sportives adaptées à des populations ayant des besoins spécifiques. Cet enseignement doit permettre d'utiliser le modèle médical et le modèle social du handicap pour développer des connaissances sur des populations ayant des problèmes de santé handicapants et les multiples usages et modalités de pratique des activités physiques et sportives de ces populations.

C: Cette introduction aux activités physiques adaptées (APA) sera structurée en 3 parties. La première partie présentera le contexte socio-historique d'émergence des APA au cours du 20^{ème} siècle et les différentes directions de leur développement : éducation, rééducation, réhabilitation, intégration sociale, entraînement, performance et sport de haut-niveau. Une seconde partie s'intéressera aux modèles théoriques utilisés dans le secteur des APA, pour penser les interactions entre les dimensions biologiques, psychologiques et sociales en jeu dans les pratiques physiques et sportives proposées aux personnes ayant des limitations de capacités. Une dernière partie interrogera les principes d'adaptation didactiques et pédagogiques développés en APA et Santé, en les illustrant par des exemples de terrain.

B: COMPTE R. et al. (dir.) (2012). Sport Adapté, Handicap et Santé, Montpellier, FFSA-AFRAPS.
 MARCELLINI A. & VILLOING G. (2014). Corps, Sport, Handicaps, Tome 2, Le mouvement handisport au 21^{ème} siècle. Lectures sociologiques, Paris, Téraèdre.
 MIAU H. (1991). Le sport adapté : un cadre institutionnel simple pour un champ d'application complexe, in F. Brunet & G. Bui-Xuan (1991). Handicap mental, troubles psychiques et sport, Clermont-Ferrand, AFRAPS/FFSA.
 MURPHY R. (1990). Vivre à corps perdu, Paris, Plon, Coll. Terre Humaine (édition originale anglaise : 1987).
 PAILLER D. (2000). Sports nouveaux, sports de loisirs, in Revue Médecine Physique et de Réadaptation, n°54, mai 2000.
 PIERA J.B. (2000). Développement du sport pour les Handicapés Physiques, in Revue Médecine Physique et de Réadaptation, n°54, mai 2000.
 RUFFIE S. & FERREZ S. (2013). Corps, Sport, Handicaps, Tome 1, L'institutionnalisation du mouvement handisport (1954-2008), Paris Téraèdre.

LE SYSTÈME SPORTIF SUISSE: HISTOIRES, TERRITOIRES ET CULTURES

Philippe Vonnard

C	Obl/Opt	2	français	56
A P	6			

N: Propé Ba

O: Ce cours « a comme objectif de faire comprendre le fonctionnement de la politique publique sportive et scolaire de la Confédération, des Cantons et des Communes, mais aussi le fonctionnement des associations sportives (fédérations, clubs, etc.) qui appartiennent au domaine privé. Les étudiants seront amenés à connaître le processus d'institutionnalisation des pratiques sportives en Suisse ainsi que leur inscription dans les textes légaux. Quelques exemples actuels permettront d'expliquer les structures ainsi que le financement du sport public et privé en Suisse. »

Souvent anecdotique, parfois simple célébration de quelques champions, l'histoire du sport est très souvent bien moins connue que l'histoire politique ou l'histoire économique, pourtant elle semble imprégner l'imaginaire collectif, toujours prompt à se réjouir d'une victoire, à se souvenir des performances passées des champions nationaux ou à discuter les conditions de l'obtention de l'organisation d'un événement sportif majeur. Dès lors, notre ambition est de proposer un enseignement offrant une introduction à l'histoire des sports d'élite et de masse ainsi que de l'éducation physique et sportive (EPS) en Suisse. Le but est de poser des jalons qui permettent une compréhension globale de l'établissement de ces pratiques dans le pays qui s'étale tout au long des XIX^e et XX^e siècles.

C: Par le biais de cet enseignement, nous souhaitons souligner les logiques de la sportivisation des activités physiques et les différents « temps forts » de réformes, et notamment la construction - très lente - d'une politique de soutien aux meilleurs athlètes, dont les financements concrets restent avant tout privés. Il s'agit aussi d'explorer la concrétisation d'une volonté politique de former très largement la jeunesse, à travers une éducation physique obligatoire, elle-même lentement imprégnée par les logiques sportives au fil du siècle. De même, nous nous arrêterons plus longuement sur les principales activités physiques de la sphère sportive helvétique (gymnastique, ski, cyclisme ou encore football), pour souligner à la fois la genèse et la structuration de ces « sports nationaux », qui sont autant d'institutions majeures de la sphère sportive et plus largement du pays tout entier.

B: Le cours induit également une lecture obligatoire d'un livre, ainsi que de plusieurs articles/chapitres, qui seront distribué-e-s au fil des différents cours. Ces textes seront toujours identifiés comme des lectures obligatoires sur le moodle.

Référence du livre obligatoire:

Berthoud, Jérôme ; Quin, Grégory ; Vonnard, Philippe (2016). Le football suisse. Des pionniers aux professionnels. Lausanne : Presses Polytechniques et Universitaires Romandes.

MÉTHODES D'ENTRAÎNEMENT DE LA FORCE, DE LA VITESSE ET DE LA SOUPLESSE

Nicolas Place

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3			

N: 2p Ba

O: Ce cours a pour objectif de caractériser les qualités de force / vitesse / souplesse et d'étudier les adaptations sous-jacentes en réponse à un entraînement.

C: L'accent est dans un premier temps mis sur les adaptations physiologiques, i.e. nerveuses vs. musculaires, à l'entraînement de force. Les principes / méthodes pour développer la force musculaire ou la vitesse, la périodisation ou encore l'effet de l'âge et du sexe sont autant de points développés par la suite qui permettront à l'étudiant de faire le lien entre plasticité neuromusculaire et performance physique.

Il est à noter qu'un séminaire (indépendant du cours, limité à 30 étudiants) est donné en parallèle pour aller plus loin sur certains aspects (notamment pratiques) vus en cours.

MÉTHODES D'ENTRAÎNEMENT DE LA FORCE, DE LA VITESSE ET DE LA SOUPLESSE

Maxime Pellegrin

S	Opt	2	français	28
A	3			

N: 2p Ba

O: Ce séminaire permet aux étudiant(e)s de Bachelor d'approfondir et mettre en pratique certaines notions vues en cours.

C: Les étudiant(e)s seront notamment amené(e)s à réfléchir sur certains aspects/concepts des méthodes d'entraînement (p. ex. mouvements de musculation, planification, nutrition) et à effectuer une analyse critique d'articles scientifiques (travail de groupe).

Les étudiant(e) auront aussi l'opportunité de manipuler des outils spécifiques (p.ex. pinces à plis cutanés, Myotest).

Plusieurs intervenants extérieurs viendront également faire part de leur expérience de terrain.

MÉTHODES D'ENTRAÎNEMENT DE L'ENDURANCE - COURS

Davide Malatesta

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3			

N: 2p Ba

P: Physiologie générale et de l'exercice. Bases de biomécanique de la locomotion (course à pied). Ces pré-requis ne sont pas obligatoires, mais seulement indicatifs.

O: Le but de ce cours est de développer les principaux aspects de la théorie et de la méthodologie de l'entraînement liés à l'endurance.

C: L'entraînement représente un processus d'actions complexes, dont le but est d'agir de façon méthodique et adaptée sur le développement de la performance sportive. Cette dernière est le résultat de l'interaction de facteurs divers : les facteurs d'aptitude physique et de coordination, les capacités et les habiletés technico-tactiques, les facteurs constitutionnels et de santé et les facteurs psychologiques (qualités de personnalité). Les facteurs d'aptitude physique sont également appelés capacités motrices et sont classés en : i) capacités conditionnelles, dépendantes de l'efficacité des processus énergétiques (i.e., endurance, force, vitesse, « mobilité et souplesse »), ii) capacités coordinatives liées aux processus de contrôle du système nerveux (habiletés motrices).

Le but de ce cours est de développer les principaux aspects de la théorie et de la méthodologie de l'entraînement liés à l'endurance. A partir des données de la littérature scientifique, une analyse des facteurs limitants, des tests d'évaluations, des méthodologies d'entraînement et de la planification de la performance d'endurance sera présentée. L'interaction entre l'entraînement de la force musculaire (explosive et pliométrique) et de l'endurance, afin d'améliorer l'économie de déplacement de la course à pied, représente un des aspects les plus intéressants du cours. Tous les éléments traités dans le cours aideront les étudiants à faire le lien entre les connaissances théoriques et l'entraînement physique sur le terrain, que ce soit avec des athlètes et toute personne souhaitant se préparer pour une performance d'endurance. Les exemples pratiques présentés et développés en cours seront principalement axés sur l'entraînement de la course à pied.

La partie théorique pourra être associée à des séminaires sur le terrain qui représenteront une mise en pratique des contenus du cours théorique (enseignement optionnel, voir ci-dessous pour plus de détails).

- Le séminaire lié au cours de « Méthodes d'entraînement de l'endurance » (3 crédits ECTS; un créneau par semaine limité à 30 étudiants maximum).

B: Billat V., « Physiologie et méthodologie de l'entraînement - De la théorie à la pratique »- De Boek Université, 2012.

Laursen & Buchheit (Ed.), « Science and Application of High-Intensity Interval Training: Solutions to the Programming Puzzle », 2019.

Hutchinson A, «Endure » - Willian Morrow, 2018.

Skiba P.F. « Scientific Training For Endurance Athletes », PhysFarm Training Systems LLC, 2022.

I. Mujika (Ed.), « Endurance Training - Science and Practice (2nd edition) », 2023.

Friel J., « La bible du triathlon », Talent Sport, 2023.

MÉTHODES D'ENTRAÎNEMENT DE L'ENDURANCE - SÉMINAIRE

Davide Malatesta

S	Obl/Opt	2	français	28
P	3			

N: 2p Ba

C: Le séminaire est organisé en trois parties. La première partie consiste en quatre tests de terrain pour évaluer l'aptitude physique aérobie et ses principaux paramètres : la vitesse maximale aérobie, la cinétique de la fréquence cardiaque, ainsi que sa valeur maximale. Dans la deuxième partie, des séances d'entraînement intermittent (interval training) sont organisées par les enseignants. Les étudiants doivent courir, enregistrer l'allure, la fréquence cardiaque et l'effort perçu lors de ces séances. Enfin, dans la troisième partie, les étudiants doivent planifier et organiser des séances d'entraînement au sein de leur groupe de travail pour évaluer la charge de ces séances, avec pour objectif de préparer un étudiant à une course d'endurance sur une distance allant de 5 km au marathon. Cette planification consiste en un programme théorique d'entraînement de 24 semaines.

A la fin du semestre, un travail écrit de groupe permet de valider le séminaire. Ce travail se compose d'une partie individuelle, dans laquelle chaque étudiant compare et analyse de manière critique les résultats des quatre tests d'évaluation effectués au début du semestre, et d'une partie collective, où le groupe présente un programme d'entraînement de 24 semaines pour le coureur désigné du groupe.

- Le séminaire est optionnel (3 crédits ECTS) et se déroule sur un créneau par semaine, limité à 30 étudiants maximum.

B: Voir celle du cours « Méthodes d'entraînement de l'endurance ».

MÉTHODOLOGIE DE LA RECHERCHE

Solène Froidevaux, Peter Gelius

C	Obl	2	français	28
A	3			

N: 2p Ba

O: Les sciences telles que nous les connaissons ont essentiellement vu le jour au XVIIIe-XIXe siècle. Elles se démarquent d'autres formes de croyance en raison notamment de leur approche du monde et de leurs méthodes. Ce cours explore les fondements méthodologiques, conceptuels et pratiques de la recherche en sciences du sport, essentiellement en sciences sociales. Il aborde des enjeux relatifs à l'épistémologie des sciences, et des enjeux contemporains à faire de la recherche en sciences du sport.

En parallèle d'apports théoriques, ce cours propose une série d'exemples et d'études de cas portant sur des recherches réalisées ou en cours. En abordant des recherches de différentes disciplines en sciences du sport, il s'agira pour les étudiantes et étudiants de comprendre : Quels types de sciences dans le domaine du sport existent et quelles sont leur(s) spécificité(s) en matière de démarche empirique et analytique ? Quels sont les apports et les limites de chaque science ? Enfin, dans quelle mesure le discours scientifique aide-t-il à décrypter, mais aussi à construire, la réalité ?

C: Le cours est construit en trois parties.
 - Les premières leçons serviront d'introduction à l'épistémologie et la méthodologie de la recherche.
 - Ensuite, plusieurs leçons permettront d'aborder le cas d'une science en particulier.
 - Les dernières leçons porteront sur des questions plus générales relatives aux enjeux contemporains à faire de la recherche en sciences du sport.

NATATION 1

Jean-Luc Cattin

PS	Obl	2	français	28
P	1.5			

PS	Obl	2	français	28
A	1.5			
PS		2	français	28
P				
PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.5			
PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.5			
PS	Obl	2	français	28
A	1.5			
PS		2	français	28
P				

N: Propé Ba, 2p Ba

P: Etre titulaire du Brevet Plus Pool de la Société Suisse de Sauvetage (SSS)

O: Acquérir les fondamentaux dans les 4 styles: dauphin, dos crawlé, brasse, crawl - développer la sensation et la perception de l'eau.

C: Méthodologie des 4 styles: dauphin, dos crawlé, brasse, crawl - Enchaîner et combiner divers styles - Exercices de perception - Bref aperçu des autres disciplines aquatiques.

B: Le monde de la natation, manuel de swimsports.ch
Manuel du moniteur J+S, Natation, EFS Macolin, 1995

NATATION 2

Jean-Luc Cattin

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.5			
PS	Obl	2	français	28
P	1.5			
PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.5			

PS	Obl	2	français	28
P	1.5			
PS	Obl	2	français	28
A	1.5			

N: 2p Ba

P: Etre titulaire du Brevet Plus Pool de la Société Suisse de Sauvetage (SSS)

O: Perfectionnement des nages de compétition et maîtrise des départs et virages. Progresser en endurance, en vitesse. Connaître quelques méthodes d'entraînement.

C: Matière

Entraînement des 4 styles et correction - départs, virages - différenciation, variation - techniques d'entraînement - endurance - vitesse

Méthodes de travail

Individuelle, avec plan d'entraînement - dirigé selon des méthodes structurées ou globale - pratique, mais aussi théorique

B: Manuel du moniteur J+S, EFS Macolin, natation, 1995

Le monde de la natation, manuel de swimsports.ch

NATATION - SAUVETAGE NAUTIQUE

Caroline Girardet

PS	Opt	2	français	28
P	1.5			

N: 2p Ba

PATINAGE

Paul Sonderegger

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.5			
PS	Obl	2	français	28
A	1.5			
PS	Obl	2	français	28
A	1.5			

N: 2p Ba

O: Connaître les bases de la technique et la méthodologie spécifique de l'enseignement du patinage. Créer un programme en musique.

C: Patinage avant et arrière - Freinage - Equilibre - Patinage sur les carres - Croisés avant arrière - Changement d'avant en arrière (trois, mohawk) - Sauts, pirouettes - Travail créatif - Patinage synchronisé.
Méthode de travail
Expérimentation avec différentes méthodes de travail: programmée - globale - fractionnée (suites méthodologiques). Travail en groupes, par deux, avec support musical.

B: Manuel du moniteur J+S, patinage, EFSM, 1991 Macolin
GAILHAGUET D., Le Patinage Artistique, Agence Tempsport, Edition Denoël, 1991, Paris
KASPAR Y. et BILL-LÜDIN D., Spiele auf dem Eis, Ott Verlag, 1993, Thun

PHYSIOLOGIE DE L'EXERCICE ET NUTRITION

Raphaël Faiss

C	Ob/Opt	2	français	56
A P	6			

N: 2p Ba

P: Avoir suivi un cours de physiologie humaine

O: Ce cours a pour but dans un premier temps de présenter la structure et le fonctionnement des principaux systèmes physiologiques mis en jeu lors de la réalisation d'un effort physique (Semestre Automne)
Dans un deuxième temps, il s'agit d'appréhender le rôle et l'impact de la nutrition dans la chaîne de production d'une activité physique et de son interaction avec les systèmes physiologiques abordés (Semestre Printemps)
Ainsi, l'étudiant saisira les bases fondamentales pour comprendre la physiologie de l'homme en activité physique et en particulier en lien avec la nutrition.

- C: 1er semestre Physiologie
 Chaque chapitre décrit et explique les conséquences de l'exercice physique sur les grandes fonctions de l'organisme :
- Système musculaire
 Rappel anatomique et physiologique (structure et morphologie musculaire, contraction, relation force- longueur et force-vitesse, distribution des fibres musculaires, Plasticité musculaire. Le devenir de l'oxygène musculaire : mitochondrie, chaîne respiratoire. Limitations centrales et périphériques de VO₂max. Calorimétrie indirecte : quotient respiratoire, dépense énergétique.
 - Système respiratoire
 Ventilation (Mécanisme de la ventilation, muscles respiratoires, la compliance thoraco-pulmonaire, volumes et capacités respiratoires, relation ventilation perfusion, cinétique de la ventilation, régulation de la ventilation, seuils ventilatoires, etc.)
 Diffusion dans le sang (Différentes pressions partielles, loi d'Henry, loi de Dalton, relation ventilation/ perfusion, limitations des échanges gazeux à l'exercice, Hypoxémie, asthme d'effort, etc.)
 - Système cardiovasculaire
 Rappel physiologique et anatomique du système cardio-vasculaire (les vaisseaux sanguins, le sang , le coeur)
 Transport de l'oxygène (érythrocytes, transport et échange de l'oxygène et du gaz carbonique)
 Le débit cardiaque (déterminants du débit cardiaque, volume d'éjection systolique, fréquence cardiaque, loi de Laplace, loi de Franck-Starling, adaptations à l'exercice et à l'entraînement, la pression artérielle, contrôle de la résistance périphérique, etc.)
 Diffusion musculaire (l'oxygénation tissulaire, les échanges gazeux musculaires, adaptation à l'exercice, adaptation à l'entraînement), approche convective vs. approche diffusive
 - Production énergétique
 Aliments et nutriments
 Transformation et utilisation des aliments dans l'organisme
 Mise en oeuvre des filières énergétiques et métabolisme
 Energétique de l'effort propre au sport
- 2è semestre Nutrition
 A l'issue de ce cours les étudiant-e-s seront capables de :
1. Appliquer les principes de l'alimentation saine et d'hydratation permettant de couvrir les besoins nutritionnels pour un individu adulte sédentaire, actif ou sportif.
 2. Identifier des situations à risque : carences nutritionnelles ; apports excessifs ; troubles du comportement alimentaire.
 3. Intégrer les connaissances acquises dans le domaine de la digestion, des macro- et micronutriments, ainsi que de l'épidémiologie nutritionnelle pour déployer une analyse critique de la littérature spécifique au domaine de la nutrition sportive (grand public et scientifique), afin de véhiculer des notions scientifiquement correctes.
 4. Esquisser les spécificités nutritionnelles associées au type de sport.
 5. Collaborer efficacement avec des diététicien-ne-s le cas échéant.
- Ce cours ne prodigue PAS:
 -Les compétences pour développer des plans alimentaires spécifiques (en lien avec un plan d'entraînement ou une perte de poids par exemple).
 -Les compétences permettant d'accompagner des changements de comportement alimentaire.
 -Les compétences pour identifier et traiter des pathologies liées à l'alimentation (obésité, TCA, dyslipidémies, etc.).

- B: Physiologie humaine
 3è édition, 2015
 L. Sherwood
 DeBoeck Supérieur
 Biochimie des activités physiques et sportives
 3è édition, 2017
 J. Poortmans & I. Boisseau
 De Boeck Supérieur

PHYSIOLOGIE HUMAINE

Maxime Pellegrin

C	Fac/Obl/Opt	2	français	56
A P	6			

- N: Propé Ba, 2p Ba

P: Pour les étudiants qui choisissent ce cours en option, il est fortement conseillé d'avoir déjà eu des notions de biologie cellulaire auparavant.

O: Comprendre le fonctionnement de base des différents systèmes du corps humain et les interactions qui existent entre ces systèmes pour permettre le maintien de nos constantes physiologiques à des valeurs compatibles avec la vie.

C: La première partie permet de voir ou de revoir les bases de la physiologie cellulaire tandis que la deuxième décrit les moyens avec lesquels les différents systèmes communiquent entre eux, on parlera du système nerveux et du système endocrinien. La troisième partie s'attache à présenter tout ce qui touche au métabolisme et à l'utilisation d'énergie alors que la quatrième montre comment cette énergie est utilisée par les muscles et quelle est leur structure. Ensuite, les systèmes respiratoire, cardiovasculaire et urinaire seront passés en revue. Dans ce cours il s'agit donc d'intégrer les bases du fonctionnement du corps humain et de comprendre les interactions qui existent entre les différents systèmes pour assurer le maintien de l'homéostasie.

B: Anatomie et physiologie humaines, Marieb & Hoehn, Editions Pearson
 Physiologie humaine, Vander, Sherman, Luciano, Editions Maloine
 Physiologie humaine, Sherwood, Editions De Boeck

PLONGEON

Guillaume Dutoit

PS	Opt	2	français	28
A	1.5			
PS	Opt	2	français	28
P	1.5			
PS	Opt	2	français	28
P	1.5			
PS	Opt	2	français	28
A	1.5			

N: 2p Ba

P: Etre titulaire du Brevet Plus Pool de la Société Suisse de Sauvetage (SSS)

O: Apprentissage des éléments fondamentaux.

C: Développement de la coordination et de l'orientation spatiale au travers d'exercices à sec. Accoutumance au plongeur de façon ludique. Normes de sécurité à tenir avec des élèves. Acquérir 4 différents plongeon à un niveau permettant une démonstration à des élèves. Bases méthodologiques d'apprentissage.

PRÉPARATION PHYSIQUE 1

Stéphane Maeder

PS	Opt	2	français	28
A	1.5			

PS	Opt	2	français	28
P	1.5			

N: 2p Ba

O: De la théorie à la pratique en abordant les principales composantes d'un entraînement physique en vu de les organiser dans une séance ou dans une période d'entraînement.

C: Exercices en salle de musculation
Exercices de stabilisation et gainage du tronc
Évaluation de la mobilité
Observation des appuis
Latéralité et mouvement
Circuit Training

PSYCHOLOGIE DE L'APPRENTISSAGE EN SPORT

Denis Hauw

C/S	Obl/Opt	4	français	56
A	6			

N: 2p Ba

O: 1) Connaître les concepts clés, les modèles théoriques et approches pratiques liés à l'apprentissage en sport
2) Savoir appliquer ces connaissances à des situations pratiques (construire une situation d'apprentissage type, trouver une remédiation pour un problème d'apprentissage...)
3) Compétences de travail universitaire (travailler son cours, se préparer aux examens...)

C: Entre autres: diversité des apprentissages en sport, développement de l'expertise, système de traitement de l'information, difficultés de performance, intelligence collective.

PSYCHOLOGIE DU SPORT ET DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE

Denis Hauw

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3			

N: 2p Ba

O: Cet enseignement propose d'étudier les processus psychologiques impliqués lorsque des changements dans les niveaux et l'organisation des performances sportives sont observables. Il s'agit par exemple de comprendre quels mécanismes psychologiques sont engagés dans l'apprentissage d'une figure acrobatique ou d'une tactique de jeu au tennis, pourquoi certains pratiquants réussissent dans une tâche d'apprentissage en sport et d'autres non, ou encore ce qui est mis en jeu pour atteindre les plus hauts niveaux de performance.

C: Trois objectifs sont visés: (a) être capable d'observer, d'analyser et de caractériser les processus psychologiques impliqués dans les transformations des performances sportives et à différents niveaux de pratique, (b) connaître des études de cas, des travaux empiriques, des concepts, théories et modèles et différentes méthodologies d'analyse scientifique permettant la réalisation de telles caractérisations, (c) renforcer les habitudes de travail universitaire (retravailler ses cours, faire des synthèses, collecter et travailler les textes et références pour les restituer par écrit). Le cours est organisé en quatre parties. La première partie traite des concepts de base permettant de caractériser les changements dans la performance sportive. Les parties suivantes étudient ces changements pour respectivement trois niveaux de pratique: les novices, les pratiquants expérimentés et les sportifs élités. Pour chacun de ces niveaux sont également envisagées les conséquences pratiques en termes d'intervention (entraînement ou enseignement).

SCIENCES HISTORIQUES ET SPORT

Lucie Hêmeury, Lidia Lesnykh, Gil Mayencourt

C/S	Obl/Opt	4	français	56
A	6			

N: 2p Ba

O: L'objectif de ce cours-séminaire est de pouvoir penser l'évolution du phénomène sportif sur le temps long et de donner des clés de compréhension sur la place occupée par les pratiques corporelles dans nos sociétés contemporaines tout en initiant aux méthodes et outils de la recherche en histoire.

C: Le cours-séminaire aborde les grands enjeux politiques, diplomatiques, économiques, sociaux et culturels du sport contemporain et des pratiques corporelles sur plus d'un siècle, de la fin du XIXe siècle à nos jours. En s'appuyant sur les travaux historiques de référence et des documents de première main (sources historiques), le cours explore deux thématiques centrales : la mondialisation des cultures sportives et les liens entre sport, olympisme et relations internationales.

La partie séminaire propose d'approfondir certains thèmes en lien avec les séances du cours à partir d'un dossier documentaire analysé collectivement. Ces études de cas donnent à voir la diversité des matériaux utilisés par les historiens (archives, presse, archives audiovisuelles, objets, sources orales, images...) et permettent de se familiariser avec les règles de la méthode historique. L'initiation à la recherche historique et à son travail d'enquête passe aussi par la mise en pratique, à travers la réalisation d'un dossier historique sur un sujet original, à partir d'un corpus de sources sélectionné par les étudiant.e.s.

B: Les références des lectures obligatoires, articles complémentaires et les dossiers documentaires seront indiqués au fur et à mesure des séances et disponibles sur le Moodle.

SCIENCES SOCIALES ET SPORT

Fabien Ohl

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3			

N: Propé Ba

P: Aucun

O: L'objectif principal est de donner les premiers repères dans le domaine des sciences sociales appliquées au sport et aussi de faciliter la mise à distance des croyances sur les activités physiques et sportives.

C: Le cours propose d'utiliser plusieurs sciences sociales pour renouveler le regard porté par les étudiants sur les activités physiques et sportives. L'idée est de croiser les différentes approches des sciences sociales pour en montrer l'intérêt, la pertinence et la complémentarité dans l'analyse des activités physiques et sportives. Le cours se structure autour d'une sélection de sciences sociales appliquées à l'analyse du sport. La présentation des travaux fondateurs et des principales données sociodémographiques permet aux étudiants d'acquérir leurs premiers repères et de poursuivre leur formation par la lecture des principaux ouvrages recommandés.

B: - BROMBERGER C., (avec la collab. De Hayot A., Mariottini J.M.), Le match de football, ethnologie d'une passion partisane à Marseille, Naples et Turin, Paris, MSH, 1995.
 - COAKLEY J., DUNING E., Handbook of Sports Studies, London, SAGE, 2000.
 - DEFRANCE J., Sociologie du sport, Paris, La Découverte, 1995.
 - DURET P., Sociologie du sport, Paris, Armand Colin, 2002.
 - ELIAS N., DUNING E., Sport et civilisation, la violence maîtrisée, Paris, Fayard, 1994.
 - OHL F., Sociologie du sport. Perspectives internationales et mondialisation, Paris, PUF, 2006.
 - VIGARELLO G., Une histoire culturelle du sport. Techniques d'hier et d'aujourd'hui, éd. R. Laffont - Revue EPS, Paris, 1988.

SKI DE FOND

Tanya Diem Faiss, Julie Nicollier

CPS	Opt	français		
P	1.5			
CPS	Opt	français		
P	1.5			

N: 2p Ba

P: - Avoir suivi la séance d'information obligatoire du mois de janvier - Différentiation du matériel spécifique à chaque style : classique et skating

O: - Acquérir les bases techniques des styles classique et skating
 - Connaître une suite méthodologique pour les différents mouvements
 - Appliquer la théorie des mouvements clés des sports de neige au ski de fond
 - Améliorer ses capacités d'endurance
 - Participation active aux travaux de groupe et aux moments d'enseignement

C: Ce camp est avant tout basé sur la découverte du ski nordique et de ses divers aspects. L'acquisition de bases techniques solides ainsi que certains concepts méthodologiques pour l'enseignement du ski de fond est travaillé avant tout sur le terrain. Vous serez mis en situation d'apprentissage au travers d'une approche concrète, active et ludique. Les bases théoriques seront transmises essentiellement oralement, vécues sur les skis ou en analyse vidéo.

B: - Manuel Jeunesse et Sport, « Ski de fond »,
 - Application « ski de fond » pour Iphone, Ipad ou Android
 - le site Mobile, lien vers « SKI DE FOND, KIDS », in mobilesport.ch, revue spécialisée pour l'EPH, Macolin sur <http://www.mobilesport.ch/?spv=496&lang=fr>
 - Manuel 4: Sport de neige en Suisse. Volume 4 : ski de fond, Swissnowsport, 2010
 Manuel: Best Practice Nordic, swiss-ski, 2020

SOCIOLOGIE DU SPORT

Philippe Longchamp, Lucie Schoch

C/S	Obl/Opt	4	français	56
P	6			

N: 2p Ba

P: Aucun

O: La culture sportive se présente comme une nébuleuse très étendue et difficile à cerner. L'objectif du cours est que les étudiants acquièrent une connaissance des principes thématiques d'analyse de la sociologie du sport et qu'ils puissent s'en servir pour penser la culture sportive et ses effets.

C: Ce cours-séminaire propose de partir de l'observation des faits de la culture sportive pour leur donner du sens. La partie cours propose d'aborder la culture sportive à partir de thématiques bien identifiables et d'y croiser les apports des différents travaux sociologiques. Le cours aborde la question de la socialisation par le sport et de ses effets sur l'engagement ou les arrêts de pratique. Il traite notamment des liens entre sport et genre, de la question de l'exclusion et de l'inclusion, aborde les processus de déviance et de la violence dans le sport comme les dimensions médiatiques du sport. Dans la partie séminaire, les étudiant.e.s sont amené.e.s à travailler sur des thématiques associées au cours en réalisant un travail de recherche. L'idée est que les étudiants soient actifs, réalisent des travaux personnels, s'expriment à l'oral et réfléchissent à leurs propres pratiques. Une grande partie des séances de format séminaire est consacrée aux démarches et méthodes de la sociologie.

- B: Coakley JJ and Pike E (2009) Sports in Society: Issues and Controversies. New York: McGraw-Hill Education.
 DeFrance J (2012) Sociologie Du Sport. Paris: La découverte.
 Duret P (2019) Sociologie Du Sport: «Que Sais-Je?» N° 2765. Paris: PUF, coll. Que sais-je.
 Ohi F (ed.) (2006) Sociologie Du Sport: Perspectives Internationales et Mondialisation. Pratiques physiques et société. Paris: PUF.

SPORTS DE COMBAT

Jonathan Meyer

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.5			
PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.5			

N: 2p Ba

- O: Le cours sports de combat vise à l'acquisition de connaissances techniques dans le domaine des sports de combat, d'éléments pédagogiques et des exercices inhérents à leur enseignement, ainsi qu'un bagage personnel d'auto-défense.
 Parallèlement à ces connaissances, l'analyse du vécu de la pratique apportera quelques clés de lecture à l'incessant dialogue opérant entre l'attitude ou la gestuelle d'une personne et le mental ou le "psychisme" qui l'habite.
- C: Il s'agit de découvrir différentes facettes des "sports de combat" comme les principes d'actions, les projections et les chutes qui les accompagnent, les frappes, les immobilisations au sol, les clés articulaires ou encore les étranglements, présentes dans l'auto-défense et le Judo.

SPORTS DE NEIGE ET MÉTHODOLOGIE

Isabelle Liardet

CPS	Obl		français	
P	1.5			
CPS	Obl		français	
P	1.5			

N: 2p Ba

- P: Avoir suivi et n'avoir aucune note éliminatoire au camp multiglisser et Sport de neige et technique. Avoir suivi le cours théorique préparatoire obligatoire.
- O: L'étudiantE devra appliquer et adapter les comportements, les savoir-faire techniques et les connaissances acquises lors des cours " multiglisser " et " sports de neige et technique dans des situations d'enseignement.
- C: - Concevoir et réaliser une leçon de ski / snowboard. Enseigner, animer, être sensibilisé au problème de la gestion du risque en milieu ouvert, à la conduite d'une classe, au choix du terrain, à l'observation et au dialogue avec les élèves (leçon de 30 min).
 - Démonstrations précises de formes techniques (mettre en évidence les mouvements clé, de façon isolée ou combinée).
 - Réaliser des variantes de formes plus dynamiques.

- B: PPUR : P. Pfefferlé et I. Liardet; Enseigner le sport; de l'apprentissage à la performance (2011)
 PPUR : P. Pfefferlé; Enseigner le ski; des fondamentaux à l'action technique (2014)
 SSSA: sports de neige en Suisse. Snowboard: 2010
 SSSA: Manuel d'enseignement aux enfants: 2002

SPORTS DE NEIGE ET TECHNIQUE

Isabelle Liardet

CPS	Obl	français		
P	1.5			
CPS	Obl	français		
P	1.5			
CPS	Obl	français		
P	1.5			
CPS	Obl	français		
P	1.5			

N: 2p Ba

P: Camp multiglisse

O: L'étudiant devra parfaire ses aptitudes techniques et ses connaissances du ski et du snowboard afin de réaliser des formes dynamiques et précises.

C: Démontrer de façon précise des combinaisons de mouvements permettant la réalisation de différentes formes. Consolider et entraîner ses savoir-faire technique en différentes situations.

B: P. Pfefferlé; Enseigner le ski; des fondamentaux à l'action technique (PPUR 2014)
 SSSA; Snowboard suisse (2010)

STATISTIQUE

Fabienne Crettaz von Roten

C/S	Obl	4	français	56
P	6			

N: 2p Ba

O: Ce cours - ne requérant aucune connaissance préalable - cherche à offrir une compréhension des concepts et méthodes statistiques de base, utiles pour leur cursus universitaire ou pour l'exercice de leur profession.

C: Le cours abordera les sujets suivants:

- Eléments de statistique descriptive (description et représentation de données, données manquantes et aberrantes,...)
- Eléments de probabilités (variable aléatoire, distributions discrètes et continues, QQplot,...)
- Principales méthodes de statistique inférentielle vues: estimation, tests d'hypothèses paramétriques et non-paramétriques (test d'indépendance, t-test, test de Mann-Whitney, etc), corrélation, régression linéaire,...).

Le cours sera complété par un séminaire hebdomadaire. Les étudiant-e-s appliqueront la matière vue au cours lors d'exercices et s'initieront au logiciel statistique JAMOV. Le séminaire fait intégralement partie du cours-séminaire.

B: Il existe de nombreux livres de Statistique élémentaire. Par exemple:

Champely, S. (2004). Statistique vraiment appliquée au sport : cours et exercices. De Boeck Université.

Howell, D. (2008). Méthodes statistiques en sciences humaines. DeBoeck Université.

Spiegel, M. & Stephens, L. (2011). Statistics - Fourth Edition, Schaums' Outline Series, Mc Graw Hills.

THÉORIES ET MÉTHODOLOGIE DES APS 1

Gil Mayencourt

PS	Obl	2	français	28
A	1.5			

N: 2p Ba

O: L'ambition de ce cours est de permettre aux étudiant.e.s de se familiariser avec les concepts de la pédagogie des activités physiques et sportives. Autour des activités physiques et sportives, les étudiant.e.s devront savoir identifier et décrire les conceptions et les courants pédagogiques, analyser les processus d'apprentissage et d'enseignement, discuter des situations complexes d'apprentissage et d'enseignement dans le cadre scolaire ou plus largement sportif ainsi que décrire les conditions du transfert entre théorie et pratique.

C: Le cours se concentrera successivement sur les différentes étapes d'un apprentissage (conception, apprentissage, enseignement, planification, réalisation, évaluation, etc.), mais il apportera aussi des éléments plus pratiques autour de certaines activités (jeux, skis, activités aquatiques, etc.).

THÉORIES ET MÉTHODOLOGIE DES APS 2

Gil Mayencourt

PS	Obl	2	français	28
P	1.5			

PS		2	français	28
P				

N: 2p Ba

O: L'ambition de ce cours est de permettre aux étudiant.e.s de se familiariser avec les concepts de la pédagogie des activités physiques et sportives. Autour des activités physiques et sportives, les étudiant.e.s devront savoir identifier et décrire les conceptions et les courants pédagogiques, analyser les processus d'apprentissage et d'enseignement, discuter des situations complexes d'apprentissage et d'enseignement dans le cadre scolaire ou plus largement sportif ainsi que décrire les conditions du transfert entre théorie et pratique.

C: Le cours se concentrera successivement sur les différentes étapes d'un apprentissage (conception, apprentissage, enseignement, planification, réalisation, évaluation, etc.), mais il apportera aussi des éléments plus pratiques autour de certaines activités (jeux, skis, activités aquatiques, etc.).

TRAUMATISMES ET PATHOLOGIES LIÉES AU SPORT - SPORT ET SANTÉ

Vincent Gremeaux

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3			

N: 2p Ba

O: Ce cours offre un panorama des problèmes médicaux liés à la pratique sportive au cours de la vie, de l'enfance à l'âge adulte.

C: Ce cours destiné essentiellement aux futurs enseignants de l'éducation physique a pour but de sensibiliser l'étudiant aux problèmes qu'il pourrait rencontrer dans l'exercice de sa profession, en particulier à réagir de manière pertinente devant une situation pouvant mettre en danger la santé du pratiquant sportif. Durant ce semestre, il sera traité de l'enfance, de l'adolescence en particulier des problèmes liés à la croissance, des traumatismes liés au sport, la nutrition, la prévention des coups de chaleur et de la réhydratation. Enfin une large place est prévue pour parler des affections de l'appareil locomoteur, de la sédentarité et des déviances du sport à outrance (surentraînement et dopage)

UNIHOKEY

Laurent Killias

PS	Opt	2	français	
A	1.5			
PS	Opt	2	français	28
P	1.5			

N: 2p Ba

O: Avec Ludovic Jeanneret, nous avons trois objectifs durant un semestre.

1. Notre premier objectif est de vous permettre de découvrir ce sport dynamique, technique et intense, qui est malheureusement souvent pratiqué dans le milieu scolaire sous forme d'activité annexe et rarement réellement enseigné.

2. Notre deuxième objectif est de vous permettre d'acquérir un savoir-faire et savoir théorique qui vous permettra un jour de l'enseigner à l'école. Nous avons pensé et construit le cours de manière à vous faire découvrir beaucoup de petits exercices qui sont facilement aussi transposables dans d'autres sports.

3. Notre troisième exercice est complémentaire au deuxième. Nous aimerions vous permettre d'acquérir et/ou de développer des compétences techniques. De plus, nous vous proposerons de tester tous les postes dans ce sport. Nous veillons notamment à ce que tout le monde puisse passer un cours dans les buts et vivre l'expérience d'être gardien.

C: Le cours est construit de manière suivante :

Moi et la canne (Donutshockey) (1 leçon) / moi, la canne et la balle (2) / conduite de balle sous pression (2) / tir-gardien (2) / de la passe au jeu collectif (2) / formes jouées à l'école (1) / de la tactique individuelle à la tactique collective (1) / du petit terrain au grand terrain (1)

Une leçon est utilisée pour le contrôle continu.

VOLLEYBALL

Reto Ineichen

PS	Obl	2	français	28
A	1.5			
PS	Obl	2	français	28
A	1.5			
PS	Obl	2	français	28
A	1.5			

N: Propé Ba

- O: - Introduction des gestes techniques du volleyball en acquérant et en stabilisant les programme de base.
 - Savoir appliquer et varier ces gestes dans des situations différentes et ludiques.
 - Connaître les petits jeux 1-1 (-->3-3) et comprendre leur utilité.
 - Petite introduction du 6-6.
 - Connaître les règles élémentaires du volleyball.

- B: Manuel du moniteur J+S, EFS, Macolin
 Manuel de coach I et II de la F.I.V.B.
 Règlement FIVB

