

# SCIENCES DU SPORT

Annuaire des cours 2019.2020

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 : 24.09.2015

## 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	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

N: Propé Ba, 2p Ba

O: - Acquérir des connaissances sur les notions d'activité physique, de sédentarité, de santé, etc.  
 - Comment identifier/mesurer une vie active ?  
 - Distinguer l'activité physique de l'activité sportive  
 - Connaître les principales préoccupations actuelles en termes de santé publique  
 - Développer une réflexion documentée concernant les bienfaits de l'activité physique sur la santé  
 - Connaître les recommandations et les prescriptions générales en termes de prévention pour différentes populations (enfants, adultes, personnes âgées, ...)

C: Voici les points abordés pendant le cours :  
 - Evolution de la relation Activité (Exercice) Physique & Santé  
 - Terminologie, chiffres & constats  
 - Réponses physiologiques et adaptation à long terme à l'exercice  
 - Santé, bien-être, maladies non transmissibles et activités physiques  
 - Recommandations et mesures  
 - Promotion, information et acteurs

B: - Carlier G. (coordonné par) (2008). La santé. Paris: Editions Revue EPS.  
 - Laure P. (coordonné par) (2007). Activités physiques et santé. Paris: Ellipses.

**AGRÈS I**

Cédric Bovey

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

PS	Opt	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl		français	
A	1.50			

N: 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'Ecole, 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

## AGRÈS II

Cédric Bovey

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	
A	1.50			

N: 2p Ba

P: Bonne condition physique

- 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).  
 Enchaîner des exercices en gymnastique aux agrès  
 Être capable de démontrer de manière maîtrisée plusieurs exercices aux engins

C: Technique : matière Dames (D) et Messieurs (M) - matière des degrés de la scolarité obligatoire et post-obligatoire.  
 Familles de mouvements : rotation en avant en arrière - élaner, balancer - mouvement de bascule et renversement - appuis renversés et sauts.  
 Contenu d'examen : Enchaînement de 6 liaisons-clés à présenter au sol (DM), anneaux balançants (DM), barres parallèles hautes (M), barre fixe haute (M), barre fixe basse (D) barres asymétriques scolaires (D), 2 sauts au minitrampoline (DM). Un examen écrit.  
 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, terminologie spécifique à la discipline.

B: La gymnastique par le jeu: EFS Macolin, Brochure du manuel J+S, Form. 30.49.400f  
 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

## ANATOMIE: BASES ANATOMIQUES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

Hugues Cadas, Beat Riederer

C	Obl/Opt	2	français	56
A P	6.00			

N: Propé Ba, 2p Ba

C: Ce cours traite essentiellement de l'anatomie du système locomoteur, avec une introduction à la morphologie de la cellule, et un survol rapide du coeur, du poumon, du système digestif et du système nerveux. Seront abordés dans un premier temps des aspects généraux de la morphologie, et par la suite des régions comme la colonne vertébrale, le tronc et l'appareil locomoteur, en particulier les différentes articulations des membres avec quelques aspects morpho-fonctionnels des muscles. Les objectifs du cours sont: connaître les éléments de la cellule et les caractéristiques du tissu musculaire ainsi que des généralités anatomiques; reconnaître les os et les muscles et savoir leur fonctions; et enfin connaître l'anatomie fonctionnelle du coeur, des poumons, et du système nerveux. Quelques démonstrations seront données en salle de dissection.

B: Platzer, W., Atlas de poche d'anatomie, tome 1 : Appareil locomoteur. Flammarion, 2001.  
 Calais-Germain, B., Anatomie pour le mouvement, tomes 1 et 2, Ed. Desiris 1999  
 Marieb E.N., Anatomie et Physiologie Humaines, DeBoeck Université, 1999  
 CD-ROM : Anatomie de l'appareil locomoteur, 1-3, BioMedia, Montagnola, 2000

## ATHLÉTISME I

Silvan Keller

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			



PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

N: Propé Ba

O: Connaître les fondamentaux de course, saut et lancer.  
Développer les formes élémentaires des disciplines athlétiques de base, en particulier l'endurance, la course de haies, le saut en hauteur et le lancer de javelot.  
Savoir démontrer et expliquer la technique de ces différents mouvements.  
Connaître les "dangers" de ce sport et savoir prendre les mesures de prévention contre les accidents.

C: Courir longtemps / par-dessus des obstacles. Sauter haut / loin. Lancer un objet léger / lourd.  
Course d'endurance. Course de haies. Saut en hauteur dorsal et ventral. Initiation au saut en longueur et triple saut. Lancer du javelot. Lancer du poids (du lancer sans élan au pas changé).  
Méthode de travail: enseignement pratique par groupe de disciplines sur le terrain et en salle. Forme individuelle et par équipes.

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

## ATHLÉTISME II

Silvan Keller

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

N: 2p Ba

P: Athlétisme I

O: Perfectionner et affiner les disciplines athlétiques du premier cycle.  
Développer les formes élémentaires de la course d'endurance, course de haies, du saut en longueur et du lancer du poids.  
S'initier à des disciplines athlétiques plus complexes telles que la course de relais, le saut à la perche et les lancers en rotation.  
Savoir démontrer et expliquer la technique de ces différents mouvements.  
Connaître différents principes d'entraînement et les appliquer pour la recherche de la performance.

C: Course de sprint. Course de relais. Saut en longueur (en foulée - en extension - ciseau). Lancer du poids (O'Brien - Barychnikov). Initiation au saut à la perche. Initiation au lancer du disque et du marteau.  
Méthode de travail: enseignement pratique par groupe de disciplines sur le terrain et en salle. Forme individuelle et par équipes.

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

## BASKETBALL I

Gianpaolo Patelli, Alexandre Pidoux

PS	Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Opt	2	français	28
A	1.50			

N: 2p Ba

O: Connaître et reproduire correctement les mouvements techniques. Appliquer les fondamentaux dans les formes jouées. Connaître les règles de jeu. Montrer des méthodes variées d'apprentissage. Approche de base des éléments de la tactique. Donner des méthodes d'apprentissage.

C: Apprentissage des fondamentaux du jeu: passer - tirer - dribbler - défendre. Progression tactique et technique du 1 contre 1 au 5 contre 5. Arbitrage - règles de jeu.  
Méthode de travail  
Application pratique de la théorie des apprentissages par différentes méthodologies.

B: Manuel du moniteur J+S, Basketball, EFS Macolin  
Règlement officiel de basketball et Manuel de l'arbitrage, 1994, FIBA

## BIOLOGIE ÉVOLUTIVE ET COMPORTEMENTALE

Michel Chapuisat

C	Opt	2	français	28
A	3.00			

N: 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 (2004) Biologie (DeBoeck)  
Boyd & Silk (2004) L'aventure humaine, des molécules à la culture (DeBoeck)

## CAMP MULTIGLISSE

Pierre Pfefferlé

CPS	Obl	français
A	1.50	
CPS	Obl	français
A	1.50	

N: Propé Ba

P: 3 cours théoriques préparatoires obligatoires 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, dérapé, virer et s'arrêter en maintenant son équilibre sur une piste rouge.

O: L'étudiantE devra acquérir des aptitudes motrices et des connaissances fondamentales concernant les sports de neige. Il sera capable de les transférer sur 3 engins de glisse.

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 obtenir des formes.

L'étudiantEs devra acquérir des comportements adaptés dans un milieu ouvert (sécurité passive et active), une attitude technique adaptée sur les deux engins (ski - snowboard) et une base suffisante utile à l'encadrement d'un groupe d'élèves.

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

Thierry Soder

CPS	Obl	français
P	1.50	

CPS	Obl	français	
P	1.50		

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

Pierre Meylan

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

N: 2p Ba

O: a) développer les connaissances cartographiques et les compétences techniques en orientation dans le terrain.  
 b) développer les compétences pour planifier, organiser et gérer un enseignement de niveau scolaire.

C: Théorie  
 - Les mécanismes d'orientation.  
 - La représentation mentale d'après un plan  
 - Les différentes représentations du terrain ; du plan cadastral à la carte nationale.  
 Pratique - méthodologie  
 Entraînement technique  
 - La mémorisation d'un trajet (représentation mentale).  
 - L'estimation des distances : du terrain à la carte et réciproquement.  
 - Déplacement à l'aide de la boussole : recherche selon un azimut.  
 - Longer une courbe de niveau.  
 Préparation et organisation d'une activité, d'une course  
 - Choix du terrain, reconnaissance, réservation.  
 - Évaluation du temps de course selon 3 critères : niveau de difficulté ; distances (horizontale et dénivellation) ; le milieu (densité de végétation et obstacles).  
 - Choix du matériel.  
 - Organisation d'une compétition (scolaire).  
 Didactique  
 - L'évaluation du niveau : a) par questionnement b) par observation.  
 - Principes pour les consignes.

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

## EDUCATION DU MOUVEMENT I

Pierre Meylan

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

N: Propé Ba

O: Ce cours fait suite au cours d'habiletés motrices de base et traite en particulier des habiletés de saisie (lancer, recevoir, attraper, etc).

C: Sur les activités posturales se construisent les activités cinétiques. Les deux catégories d'activités de transport et opérantes seront traitées: les topocinèses (dirigées vers certains buts) et les morphocinèses visant à produire un langage gestuel signifiant. Les thèmes sont traités par rapport au corps, à l'espace, au temps, à la relation avec l'environnement, à la symbolique. Les moyens utilisés pour les apprentissages sont en particulier la gymnastique avec engins à main, la rythmique.

B: BONNERY A., CADOPPI M., Apprentissage de la danse, Vigot, Paris, 1990  
 LAMOUR H., Pédagogie du rythme, EPS, 1985, Paris  
 REPOND R.-M. et coll., Eclairages théoriques, Berne, CFS, 1997

## ESCALADE

Bertrand Gentizon

PS	Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Opt	2	français	28
P	1.50			

PS	Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Opt	2	français	28
P	1.50			

N: 2p Ba

O: Ce cours a pour objectif de former l'étudiantE à animer des leçons d'escalades sur des structures artificielles en salle (mur et pan) et être une base de réflexion interactive sur l'enseignement de l'escalade sportive. Il sera proposé une formation de base et un certain nombre de leçons types.

C: Une série progressive de leçons types pour l'enseignement de l'escalade sur des structures artificielles ; progression technique individuelle.

Connaissance du matériel (mur, pan, cordes, baudriers, mousquetons, dégaines, chaussons).

Sécurité (notion de partenariat, communication, problèmes spécifiques de l'escalade indoor).

Introduction à l'escalade (échauffement spécifique, capacités de coordination, souplesse, éventail technique).

Encordement, assurance, moulinette, grimper en tête.

Les élèves (nombre maximum, que "faire des autres ?", différences filles/garçons, attentes face à l'escalade).

Matériels : chaussons d'escalade personnels.

- B:
1. Aellen, J., D. François, et al. (1995). Activités d'escalade, Service de l'éducation physique et du sport.
  2. Beroujon, Y., C. Gachet, et al. (2003). Jeux en escalade. 47 jeux, avec et sans matériel d'escalade. Caluire, APDT (Association Prise De Tête).
  3. BPA (2004). Structures artificielles d'escalade. B. B. p. l. P. d. Accidents. Bern: 6.
  4. Cretin, D. and F. Lab (1999). "Évaluer en escalade. Démarche nouvelle." EPS 277.
  5. FFME (1994). Les cahiers d'entraînement de la FFME.
  6. FFME (2003). 50 exercices spécifiques.
  7. FFME (2003). Les structures artificielles d'escalade.
  8. FFME (2005). Escalade, vers l'autonomie.
  9. FFME, c. s. e. (1999). Mémento escalade.
  10. Fouchet, A. and P. Fouchet (1991). Jeux d'escalade. Du grimper vers l'escalade pour l'école élémentaire et le collège. Paris.
  11. Goddard, D. and U. Neumann (1993). Performance. Rock Climbing. Strength, Endurance, Tactics, Technique. Mechanicsburg, PA 17055, USA, Stackpole books.
  12. Kamina, P. and Y. Rideau (1998). Myologie des membres. Partie I/II: moitié supérieure. Paris.
  13. Léchet, F. (1995). Murs d'escalade. Conseils de construction. E. f. d. s. d. Macolin, EFSM: 9.
  14. Sigrist, H. and R. Gautschi (2004). "Grimper." Mobile. Cahier pratique(6/04).

I: <http://www.people.unil.ch/bertrand.gentizon/ISSUL/issul.html>

**FONDAMENTAUX DU JEU**

Pascal Mornod

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

N: Propé Ba

O: Cours orienté sur les liaisons entre la théorie et la pratique à travers la transdisciplinarité sportive.  
Préparer les étudiants à l'apprentissage spécifique des jeux.  
Reconnaître la source d'un problème rencontré par un joueur.  
Connaître le processus et les niveaux d'apprentissage.

C: Grâce à une démarche originale, l'étudiant est capable de s'orienter dans la structure des niveaux d'apprentissage qui lui sont proposés et de les utiliser pour créer des situations pratiques d'enseignement ou d'entraînement indépendamment du sport collectif considéré (connaissance de la logique interne des sports collectifs). Dans cette démarche, il lui est également proposé de reconnaître ses propres préférences motrices pour être capable de mieux appréhender ses interactions avec les autres.  
Capacités de perception et de coordination.  
Sensation du corps en mouvement.  
Représentation mentale.  
Flexibilité d'action.  
Tests diagnostiques.

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

**FOOTBALL I**

Laurent Gasser

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

N: 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

## HABILETÉS MOTRICES DE BASE

Pierre Meylan

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

N: Propé Ba

O: Ce cours pratique sert en partie d'illustration aux cours d'apprentissage moteur, de physiologie, d'anatomie et de psychophysiologie, c'est donc la manière dont le mouvement se produit, son itinéraire, la nature de l'action qui nous intéresse. L'un des objectifs est par conséquent de donner des outils pour agir mais aussi d'appivoiser son corps et de s'exprimer corporellement.

C: Le cours traite plus précisément de deux domaines des habiletés de base: la posture (et l'équilibre) et la locomotion. Il est composé de différentes parties:  
 - le stretching postural  
 - le renforcement musculaire  
 - l'ajustement à une contrainte rythmique, acoustique, musicale (aérobic)  
 Une activité d'expression complète le cours, il s'agit de danses folkloriques. Elles donnent l'occasion d'approcher la culture du mouvement dans différents pays.



- B: MEYLAN P., Cours de musculation, document de cours, 1997  
 MOREAU, Le stretching postural, Paris, Tchou  
 MOREAU, Le stretching, gymnastique de l'instinct, Paris Tchou  
 REPOND R.M. et coll., Eclairages théoriques, Berne, CFS, 1998  
 SCHMIDT R. , Apprentissage moteur et performance, Vigot, 1993, Paris

## HANDBALL I

Marc Verchère, Roger Weber

PS	Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Opt	2	français	28
A	1.50			

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: Aptitude de base : dribbler - passer/réceptionner - technique du déplacement. Tirer : tir de base - tir en suspension - tirs spécifiques. Débordement - feinte. Défendre : technique de défense - le gardien. Elaboration de la contre-attaque de base. Arbitrage. Du 1/1 au 6/6.  
 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 jeux, Buholzer Otmar, Jeker Martin, FSH  
 Règles de jeux, FIH  
 Handball technique, pédagogie, entraînement, Noteboom Thierry  
 Amphora  
 Handball "La formation du joueur", Bayer Claude, Vigot  
 Handball à l'école, FSH  
<http://www.handballouest.net>

## HOCKEY SUR GLACE I

Daniel Jendly

PS	Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Opt	2	français	28
A	1.50			

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: Photocopiés remis par les enseignants
- 

## INFORMATIQUE APPLIQUÉE AUX SCIENCES DU SPORT

Fabio Borrani

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

N: Propé 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 AUX ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES

Anne Marcellini

C	Opt	2	français	28
A	3.00			

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<sup>ème</sup> 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<sup>ème</sup> 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.

## INTRODUCTION À L'HISTOIRE DE L'EP ET DES INSTITUTIONS SPORTIVES SUISSES

Patrick Clastres, Grégory Quin

C	Obl/Opt	4	français	56
A	6.00			

N: Propé Ba

- O: Ce cours s'intéresse d'une part à l'histoire des activités physiques, d'autre part à l'analyse des institutions sportives suisses.
- C: Pour ce qui concerne l'histoire des activités physiques, cette partie a pour objectif de donner les principaux éléments de connaissances en histoire de l'Education physique et du sport, depuis l'émergence des activités physiques dans la Grèce antique jusqu'à l'apparition de la gymnastique rationnelle en Allemagne. Nous aborderons donc les périodes essentielles de l'histoire des activités physiques et du sport, afin que les bases historiques (périodisation, champs principaux de ces activités) soient connues. Nous montrerons, à travers ce cours, comment les activités physiques, loin d'être un champ isolé de l'histoire, entrent constamment en résonance avec les réalités sociales, éducatives et culturelles des sociétés concernées. Nous tenterons enfin de faire percevoir aux étudiants que les APS sont également des acteurs de pleine légitimité des transformations historiques. Les étudiants seront donc amenés à voir différemment l'histoire du sport, à constituer les APS en objet d'investigation heuristique, ouvert sur les autres recherches historiques.
- Pour la partie consacrée aux Institutions sportives suisses, elle a comme objectif de faire comprendre le fonctionnement de la politique publique sportive de la Confédération, des Cantons et des Communes, ainsi que la gouvernance 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.

**INTRODUCTION À LA BIOMÉCANIQUE DU SPORT**

Fabio Borrani, Nicolas Place

C	Obl/Opt	4	français	56
A	6.00			

N: 2p Ba

P: 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**

Emmanuel Bayle

C	Opt	2	français	28
A	3.00			

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 LA NUTRITION**

Philippe Schneider

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

P: Cours de physiologie.

O: Ce cours permet de se familiariser avec différents concepts traitant de la nutrition humaine qui intéressent aussi bien les sportifs de haut niveau que les sportifs amateurs.

C: Dans sa première partie, ce cours démarre par l'étude du système digestif et de ses différents organes. Ensuite, les thèmes traitant du métabolisme énergétique, de la dépense d'énergie, des besoins en macro- et micronutriments et de l'importance de l'eau seront abordés. La deuxième partie sera plus concrètement axée sur la place de la nutrition dans le quotidien du sportif et l'importance des divers nutriments dans le cadre d'une activité sportive. Enfin, des notions comme l'importance d'une hydratation adéquate, la composition corporelle et les compléments alimentaires seront passées en revue.

**INTRODUCTION À LA PSYCHOLOGIE DU SPORT ET AU CONTRÔLE MOTEUR**

Roberta Antonini Philippe, Jérôme Barral

C	Obl/Opt	4	français	56
A	6.00			

N: Propé Ba

O: Cet enseignement est découpé en deux chapitres 1) les processus psychologiques impliqués dans les performances sportives 2) les bases des apprentissages et du contrôle moteur.

C: Le premier chapitre est organisé en quatre parties. La première partie traite des concepts, méthodes et approches utilisés en psychologie du sport. Les parties suivantes étudient ces processus en relation avec les habiletés mentales (a) de base telles que la confiance en soi, (b) psycho somatiques telles que la régulation de l'anxiété et (c) cognitive telles que l'imagerie.

Le second chapitre traite des principes de bases de l'organisation fonctionnelle de la préparation et de l'exécution du mouvement et aborde les différentes théories et méthodes de l'apprentissage en général et moteur en particulier. Ce cours présente les habiletés motrices, les notions de feedbacks, connaissance du résultat, programmation motrice, prise de décisions, connaissances implicite et explicite, etc. en relation avec à des situations sportives.

**MOUVEMENT ET MUSIQUE**

Violaine Murugan

PS	Opt	2	français	28
P	1.50			

N: 2p Ba

P: Enseignement destiné aux étudiants en 2ème partie de bachelor et ayant suivi les cours "Habiletés motrices de base" et "Education de mouvement 1".

O: De l'idée à l'action, de l'écoute au mouvement, le but de ce cours est de pouvoir analyser un extrait musical en vue d'obtenir une combinaison harmonieuse entre la musique et le mouvement. Stimuler la créativité en vue de l'épanouissement des capacités physiques et d'expression par la danse. Etre capable de créer et de monter une chorégraphie et de la présenter aisément devant un public.

C: Ecoute de la musique, analyse et interprétation.  
 Coordination, mémorisation, imagination et création.  
 Maîtrise de son corps dans l'espace et dans un rythme donné.  
 Apprentissage des bases de différents styles de danse.

B: REPOND R.M. et coll., Eclairages théoriques. Berne, CFS, 1998  
 GREDER F., HARDER C., MARKMANN M., Musique et mouvement, OFSPO, 2003  
 MURUGAN V., Le développement de la danse en tant que sport, le cas des danses sportives, ISSUL, 2011

## MÉTHODES D'ENTRAÎNEMENT DE L'ENDURANCE

Davide Malatesta

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

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 serviront aux étudiants pour faire le lien entre les connaissances théoriques et l'entraînement physique sur le terrain avec les athlètes.

La partie théorique sera associée à des séminaires sur le terrain qui représenteront une mise en pratique des contenus du cours théorique.

- LE SEMINAIRE lié au cours de « Méthodes d'entraînement de l'endurance » (3 crédits ECTS) est obligatoire pour les étudiants de la majeure en Sciences du Sport.

Horaire :

Mardi de 10h à 12h - Lieu : salle de sport SOS 1 (centre)

Jeudi 10h - 12h - Lieu : salle de sport SOS 1 (centre)

Vendredi 10h - 12h - Lieu : salle de sport SOS 2 (est)

B: Billat V., « Physiologie et méthodologie de l'entraînement - De la théorie à la pratique » - De Boek Université, 2003.  
 Cerretelli P., « Traité de physiologie de l'exercice et du sport », Editions Masson, 2002.  
 Hawley J. & Burke L., « Peak Performance » - Allen & Unwin, 1998.  
 Noakes T.D., « Lore of Running » - Human Kinetics Publishers, 2003.  
 La plupart des sources citées dans le cours sont des travaux scientifiques publiés dans des revues scientifiques indexées.

**MÉTHODES D'ENTRAÎNEMENT DE L'ENDURANCE**

Davide Malatesta

S	Obl	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

**NATATION I**

Jean-Luc Cattin

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

PS	Opt	2	français	28
P	1.50			

N: 2p Ba

P: Être 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 II**

Jean-Luc Cattin

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Opt	2	français	28
A	1.50			

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

## PATINAGE I

Paul Sonderegger

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

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

Philippe Schneider

C	Obl/Opt	2	français	56
A P	6.00			

N: Propé Ba, 2p Ba

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. Finalement, les modifications qui se produisent à l'effort seront brièvement évoquées, de façon à faciliter la compréhension de la physiologie de l'exercice qui sera abordée en deuxième année. 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

## PHYSIOLOGIE

Philippe Schneider

TP	Obl		français	
P				

N: Propé Ba

O: Illustrer pratiquement des notions vues aux cours et mettre en évidence un certain nombre de concepts de physiologie.

C: Trois travaux pratiques de 90 minutes qui permettent de voir 1) le rendement de l'exercice et la notion de VO<sub>2</sub> max, 2) les volumes pulmonaires et le test de Tiffeneau et 3) les réflexes, le temps de réaction et l'électromyographie.

## PHYSIOLOGIE DE L'EXERCICE

Fabio Borrani

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

N: 2p Ba

- 
- P: Avoir suivi un cours de "physiologie humaine"
- 
- O: Ce cours a pour but de présenter la structure et le fonctionnement des principaux systèmes physiologiques mis en jeu lors de la réalisation d'un effort physique. Ainsi, l'étudiant saisira les bases fondamentales pour comprendre la physiologie de l'homme en activité physique.
- 
- C: Chaque chapitre décrit et explique les conséquences de l'exercice physique sur les grandes fonctions de l'organisme :
- 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
  - 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 VO<sub>2</sub>max. Calorimétrie indirecte : quotient respiratoire, dépense énergétique.
- 
- B: Anatomie et physiologie humaines, Marieb, de Boeck univ.  
Biochimie des activités physiques, Poortmans & Boisseau, de Boeck univ.  
La préparation physique, Le Gallais & Millet, Masson
- 

## PLONGEON I

Catherine Maliev

PS	Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Opt	2	français	28
A	1.50			

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.

**PSYCHOLOGIE DU SPORT ET DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE**

Denis Hauw

C	Obl	2	français	28
A	3.00			

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).

**PSYCHOLOGIE SOCIALE ET SPORT**

Roberta Antonini Philippe

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

- C: Cet enseignement s'oriente sur les aspects sociaux en lien avec la psychologie du sport. Différents thèmes seront traités, tels que les relations interpersonnelles, le leadership, le climat motivationnel ainsi que les processus sociaux et cognitifs présents dans le sport, sous leur angle théorique et/ou appliqué.

**PÉDAGOGIE DU SPORT ET DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE**

Grégory Quin

C	Obl	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

- O: Ce cours ambitionne de donner aux étudiants en sciences du sport un certain nombre de bases théoriques, conceptuelles et plus pratiques autour de la pédagogie du sport et de l'éducation physique. Le cours est centré autour du futur métier des "maîtres d'éducation physique et sportive", mais de par les définitions et les analyses proposés, il doit également alimenter la formation de l'ensemble des futurs professionnels de la sphère sportive.

- C: Le cours se structure autour de différents mots-clés (système scolaire, pédagogie, programme, enseignement, enseignant, élève), dont il s'agira de voir tour à tour la définition, le fonctionnement, le contenu et l'utilité sociale). Du point de vue géographique et thématique, le cours procèdera du local au global, en cherchant autant des exemples dans le système scolaire vaudois que des clés de lecture dans les dynamiques plus internationales de la pédagogie du mouvement.

### SHEM CM SPORT SCOLAIRE

CPS	Obl	français	
P	1.50		

N: 2p Ba

### SCIENCES HISTORIQUES ET SPORT

Nicolas Bancel

S	Obl	2	français	28
A	3.00			

N: 2p Ba

### SCIENCES HISTORIQUES ET SPORT

Patrick Clastres

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

N: 2p Ba

- O: Ce cours a pour objectif de livrer les principaux éléments de connaissances en histoire de l'Education physique, depuis l'émergence de la gymnastique allemande jusqu'à la mondialisation en cours des activités sportives. Ce cours décrira le rôle des activités physiques dans les formations socio-historiques étudiées, dans leurs relations avec les systèmes d'éducation, le pouvoir politique, la formation des idéologies nationales, l'évolution du contexte scientifique et culturel. On cherchera ainsi à montrer que l'histoire des activités physiques est intimement liée et participe à l'ensemble des transformations sociales et culturelles des sociétés dans lesquelles elles se déploient, faisant de l'objet "activités physiques" un analyseur social et historique pertinent. Ce socle de connaissances sera ponctuellement accompagné par la mise en relief des différentes interprétations historiques relatives à l'objet. On cherchera ainsi à montrer la diversité des regards, afin de faire mieux percevoir l'histoire des activités physiques comme un espace propice à la pluridisciplinarité (histoire sociale, anthropologie historique, sociologie historique, etc.)

- C: Le cours, organisé chronologiquement, abordera successivement la diffusion des gymnastiques modernes en Suisse et en France; l'émergence des sports modernes en Angleterre et leur diffusion à l'Europe occidentale; la formation des institutions sportives modernes (notamment le CIO); la genèse et l'essor des mouvements de jeunesse en Angleterre puis en Europe; enfin, la globalisation des activités sportives à travers la diffusion des activités physiques durant la période coloniale et la mondialisation contemporaine des activités sportives.

**SCIENCES SOCIALES ET SPORT**

Lucie Schoch

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

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	1.50	
CPS	Opt	français
P	1.50	

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 - Lecture du Manuel 4: Sport de neige en Suisse. Volume 4 : ski de fond, SwissSnowsport, 2010

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 Androïd  
 - 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, Swisssnowsport, 2010

## SOCIOLOGIE DU SPORT : APPROCHES THÉMATIQUES

Lucie Schoch

S	Obl	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

P: Le cours "Sociologie du sport: approches thématiques" est un prérequis au séminaire.

O: Le séminaire "Sociologie du sport: approches thématiques" a pour objectif d'illustrer et de discuter les connaissances théoriques apportées par le cours auquel il se rattache.

C: Le séminaire reprend les 6 thématiques abordées en cours : la socialisation, le corps, le genre, les médias, l'intégration, la violence/le risque.  
 Par la réalisation de divers travaux (en séminaire et en dehors) les étudiants apprennent à lire et synthétiser un article scientifique; à récolter et analyser des données sociologiques (initiation à la recherche en sciences sociales); à participer à des débats, etc.

- B: - 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  
 - OHL F., Sociologie du sport. Perspectives internationales et mondialisation, Paris, PUF, 2006

## SOCIOLOGIE DU SPORT : APPROCHES THÉMATIQUES

Lucie Schoch

C	Obl	2	français	28
A	3.00			

N: 2p Ba

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: Il s'agit de partir de l'observation des faits de la culture sportive pour leur donner du sens. C'est pourquoi le 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 à partir d'une approche de la transformation des modes de socialisation et des effets de la socialisation sur l'engagement ou les arrêts de pratique. Il traite également les liens entre sport et identités, du genre dans le sport, de l'exclusion et de la déviance, de la violence dans le sport, des liens entre sport et médias, de la question du risque dans le sport et des relations entre sport et santé.

Un séminaire dans lequel les étudiants sont amenés à travailler sur des thématiques est associé au cours. L'idée est que les étudiants soient plus actifs, réalisent des travaux personnels, s'expriment à l'oral et réfléchissent à leurs propres pratiques.

- B: - 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  
 - OHL F., Sociologie du sport. Perspectives internationales et mondialisation, Paris, PUF, 2006  
 Remarque : les bibliographies spécifiques à chaque thématique traitée seront données en cours

## SPORT ET SANTÉ

Gérald Gremion

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

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 avancé.

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. A l'autre extrémité, le 3ème âge et les problèmes liés à la sénescence seront aussi enseignés. De même, on traitera de 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 déviations du sport à outrance (surentraînement et dopage)

## SPORTS DE COMBAT

Théophile Emmanouilidis

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

N: 2p Ba

O: Comprendre les arts martiaux et les appliquer dans un contexte d'auto-défense.

C: Principes et techniques de base des arts martiaux japonais:  
 - déplacements, chutes, saisies, coups, ...  
 - travail au sol et debout  
 Etiquette et comportement.

**SPORTS DE NEIGE I**

Isabelle Liardet, Pierre Pfefferlé

CPS	Obl	français
P	1.50	
CPS	Obl	français
P	1.50	
CPS	Opt	français
P	1.50	
CPS	Opt	français
P	1.50	

N: 2p Ba

P: Avoir suivi et n'avoir aucune note éliminatoire au camp multiglisse. 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 " multiglisse " et " sports de neige et leur périphérie " 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 45 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 II**

Pierre Pfefferlé

CPS	Obl	français
P	1.50	
CPS	Opt	français
P	1.50	

N: 2p Ba

P: "Sports de neige 1"

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	Obl/Opt	2	français
P	3.00		

N: 2p Ba

- O: Ce cours - ne requérant aucune connaissance préalable - cherche à offrir une compréhension des concepts et méthodes statistiques auxquels les étudiantEs seront vraisemblablement confrontés lors de leurs études ou de 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, test de Kolmogorov-Smirnov,...)
  - Principales méthodes de statistique inférentielle (estimation, tests d'hypothèses paramétriques et non-paramétriques, analyse de variance, taille de l'effet, régression linéaire,...)

## STATISTIQUE

Fabienne Crettaz von Roten

TP	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

- C: Les Travaux pratiques, par une séance hebdomadaire de 2 heures, compléteront le cours en donnant une large place à l'analyse de données réelles. Ces derniers sont obligatoires.

## VOLLEYBALL I

Reto Ineichen

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

N: Propé Ba

O: Acquérir et stabiliser les fondamentaux techniques et tactiques de la discipline.

C: Tous les gestes techniques de base: la passe, la manchette, le service, l'attaque et le contre. Les systèmes du volleyball scolaire. (Avant tout 1-1 à 3-3).  
Comme méthode de travail nous pratiquerons une approche scolaire et ludique qui permet d'élaborer une unité fonctionnelle de coordination, d'améliorer les systèmes de perception et d'optimiser des systèmes de décision par la répétition et la variation.

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





## 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 : 29.08.2019

## 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	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

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>

**AGRÈS I**

Cédric Bovey

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			



PS	Opt	2	français	28
A	1.50			

N: 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'Ecole, 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

## AGRÈS II

Cédric Bovey

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.50			

N: 2p Ba

P: Bonne condition physique

- 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).  
 Enchaîner des exercices en gymnastique aux agrès  
 Être capable de démontrer de manière maîtrisée plusieurs exercices aux engins
- 
- C: Technique : matière Dames (D) et Messieurs (M) - matière des degrés de la scolarité obligatoire et post-obligatoire.  
 Familles de mouvements : rotation en avant en arrière - élaner, balancer - mouvement de bascule et renversement - appuis renversés et sauts.  
 Contenu d'examen : Enchaînement de 6 liaisons-clés à présenter au sol (DM), anneaux balançants (DM), barres parallèles hautes (M), barre fixe haute (M), barre fixe basse (D) barres asymétriques scolaires (D), 2 sauts au minitrampoline (DM). Un examen écrit.  
 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, terminologie spécifique à la discipline.
- 
- B: La gymnastique par le jeu: EFS Macolin, Brochure du manuel J+S, Form. 30.49.400f  
 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

## ANATOMIE: BASES ANATOMIQUES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

Hugues Cadas

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00/6.00			

N: Propé Ba, 2p Ba

C: Ce cours traite essentiellement de l'anatomie du système locomoteur, avec une introduction à la morphologie de la cellule, et un survol rapide du coeur, du poumon, du système digestif et du système nerveux. Seront abordés dans un premier temps des aspects généraux de la morphologie, et par la suite des régions comme la colonne vertébrale, le tronc et l'appareil locomoteur, en particulier les différentes articulations des membres avec quelques aspects morpho-fonctionnels des muscles. Les objectifs du cours sont: connaître les éléments de la cellule et les caractéristiques du tissu musculaire ainsi que des généralités anatomiques; reconnaître les os et les muscles et savoir leur fonctions; et enfin connaître l'anatomie fonctionnelle du coeur, des poumons, et du système nerveux. Quelques démonstrations seront données en salle de dissection.

B: Platzer, W., Atlas de poche d'anatomie, tome 1 : Appareil locomoteur. Flammarion, 2001.  
 Calais-Germain, B., Anatomie pour le mouvement, tomes 1 et 2, Ed. Desiris 1999  
 Marieb E.N., Anatomie et Physiologie Humaines, DeBoeck Université, 1999  
 CD-ROM : Anatomie de l'appareil locomoteur, 1-3, BioMedia, Montagnola, 2000

## ATHLÉTISME I

Stéphane Diriwächter, Patric Guilbert, Silvan Keller

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

N: Propé Ba

O: Connaître les fondamentaux de course, saut et lancer.  
Développer les formes élémentaires des disciplines athlétiques de base, en particulier l'endurance, la course de haies, le saut en hauteur et le lancer de javelot.  
Savoir démontrer et expliquer la technique de ces différents mouvements.  
Connaître les "dangers" de ce sport et savoir prendre les mesures de prévention contre les accidents.

C: Courir longtemps / par-dessus des obstacles. Sauter haut / loin. Lancer un objet léger / lourd.  
Course d'endurance. Course de haies. Saut en hauteur dorsal et ventral. Initiation au saut en longueur et triple saut. Lancer du javelot. Lancer du poids (du lancer sans élan au pas changé).  
Méthode de travail: enseignement pratique par groupe de disciplines sur le terrain et en salle. Forme individuelle et par équipes.

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

## ATHLÉTISME II

Stéphane Diriwächter, Patric Guilbert, Silvan Keller

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			

N: 2p Ba

P: Athlétisme I

O: Perfectionner et affiner les disciplines athlétiques du premier cycle.  
Développer les formes élémentaires de la course d'endurance, course de haies, du saut en longueur et du lancer du poids.  
S'initier à des disciplines athlétiques plus complexes telles que la course de relais, le saut à la perche et les lancers en rotation.  
Savoir démontrer et expliquer la technique de ces différents mouvements.  
Connaître différents principes d'entraînement et les appliquer pour la recherche de la performance.

C: Course de sprint. Course de relais. Saut en longueur (en foulée - en extension - ciseau). Lancer du poids (O'Brien - Barychnikov). Initiation au saut à la perche. Initiation au lancer du disque et du marteau.  
Méthode de travail: enseignement pratique par groupe de disciplines sur le terrain et en salle. Forme individuelle et par équipes.

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

## BASKETBALL I

Alexandre Pidoux

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			

N: 2p Ba

O: Connaître et reproduire correctement les mouvements techniques. Appliquer les fondamentaux dans les formes jouées. Connaître les règles de jeu. Montrer des méthodes variées d'apprentissage. Approche de base des éléments de la tactique. Donner des méthodes d'apprentissage.

C: Apprentissage des fondamentaux du jeu: passer - tirer - dribbler - défendre. Progression tactique et technique du 1 contre 1 au 5 contre 5. Arbitrage - règles de jeu.  
Méthode de travail  
Application pratique de la théorie des apprentissages par différentes méthodologies.

B: Manuel du moniteur J+S, Basketball, EFS Macolin  
Règlement officiel de basketball et Manuel de l'arbitrage, 1994, FIBA

## BIOLOGIE ÉVOLUTIVE ET COMPORTEMENTALE

Michel Chapuisat

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

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 (2004) Biologie (DeBoeck)  
Boyd & Silk (2004) L'aventure humaine, des molécules à la culture (DeBoeck)

## CAMP MULTIGLISSE

Pierre Pfefferlé

CPS	Obl	français
P	1.50	
CPS	Obl	français
P	1.50	

N: Propé Ba

P: 3 cours théoriques préparatoires obligatoires 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, dérapé, virer et s'arrêter en maintenant son équilibre sur une piste rouge.

O: L'étudiantE devra acquérir des aptitudes motrices et des connaissances fondamentales concernant les sports de neige. Il sera capable de les transférer sur 3 engins de glisse.

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 obtenir des formes.

L'étudiantEs devra acquérir des comportements adaptés dans un milieu ouvert (sécurité passive et active), une attitude technique adaptée sur les deux engins (ski - snowboard) et une base suffisante utile à l'encadrement d'un groupe d'élèves.

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

Thierry Soder

CPS	Obl	français
P	1.50	

CPS	Obl	français		
P	1.50			

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

Pierre Meylan

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.50			

N: 2p Ba

O: a) développer les connaissances cartographiques et les compétences techniques en orientation dans le terrain.  
 b) développer les compétences pour planifier, organiser et gérer un enseignement de niveau scolaire.

C: Théorie  
 - Les mécanismes d'orientation.  
 - La représentation mentale d'après un plan  
 - Les différentes représentations du terrain ; du plan cadastral à la carte nationale.  
 Pratique - méthodologie  
 Entraînement technique  
 - La mémorisation d'un trajet (représentation mentale).  
 - L'estimation des distances : du terrain à la carte et réciproquement.  
 - Déplacement à l'aide de la boussole : recherche selon un azimut.  
 - Longer une courbe de niveau.  
 Préparation et organisation d'une activité, d'une course  
 - Choix du terrain, reconnaissance, réservation.  
 - Évaluation du temps de course selon 3 critères : niveau de difficulté ; distances (horizontale et dénivellation) ; le milieu (densité de végétation et obstacles).  
 - Choix du matériel.  
 - Organisation d'une compétition (scolaire).  
 Didactique  
 - L'évaluation du niveau : a) par questionnement b) par observation.  
 - Principes pour les consignes.

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

## EDUCATION DU MOUVEMENT I

Pierre Meylan

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

N: Propé Ba

O: Ce cours fait suite au cours d'habiletés motrices de base et traite en particulier des habiletés de saisie (lancer, recevoir, attraper, etc).

C: Sur les activités posturales se construisent les activités cinétiques. Les deux catégories d'activités de transport et opérantes seront traitées: les topocinèses (dirigées vers certains buts) et les morphocinèses visant à produire un langage gestuel signifiant. Les thèmes sont traités par rapport au corps, à l'espace, au temps, à la relation avec l'environnement, à la symbolique. Les moyens utilisés pour les apprentissages sont en particulier la gymnastique avec engins à main, la rythmique.

B: BONNERY A., CADOPPI M., Apprentissage de la danse, Vigot, Paris, 1990  
 LAMOUR H., Pédagogie du rythme, EPS, 1985, Paris  
 REPOND R.-M. et coll., Eclairages théoriques, Berne, CFS, 1997

## ESCALADE

Raphaël Jobin

PS	Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Opt	2	français	28
P	1.50			

PS	Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Opt	2	français	28
P	1.50			

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. Dans ce cadre, l'étudiantE est formé d'un point de vue technique, sécuritaire et méthodologique.

C: Le cours se déroule de manière progressive en incluant la pratique du bloc, de l'escalade en moulinette et de l'escalade en tête. Les éléments de sécurité liés à l'escalade en moulinette sont approfondis en vue d'une pratique personnelle et de l'enseignement. L'escalade en tête se limite par contre à la pratique personnelle. Un accent est mis sur les aspects techniques de la gestuelle, en particulier en bloc. L'approche ludique, variée et différenciée est privilégiée. Le cours se penche aussi sur l'aspect émotionnel de la discipline, en particulier via l'escalade en moulinette et en tête. Enfin, les principes méthodologiques sont démontrés au fil du cours.

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

## FONDAMENTAUX DU JEU

Pascal Mornod

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

N: Propé Ba

O: Cours orienté sur les liaisons entre la théorie et la pratique à travers la transdisciplinarité sportive.  
Préparer les étudiants à l'apprentissage spécifique des jeux.  
Reconnaître la source d'un problème rencontré par un joueur.  
Connaître le processus et les niveaux d'apprentissage.

C: Grâce à une démarche originale, l'étudiant est capable de s'orienter dans la structure des niveaux d'apprentissage qui lui sont proposés et de les utiliser pour créer des situations pratiques d'enseignement ou d'entraînement indépendamment du sport collectif considéré (connaissance de la logique interne des sports collectifs). Dans cette démarche, il lui est également proposé de reconnaître ses propres préférences motrices pour être capable de mieux appréhender ses interactions avec les autres.  
Capacités de perception et de coordination.  
Sensation du corps en mouvement.  
Représentation mentale.  
Flexibilité d'action.  
Tests diagnostiques.



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

## FOOTBALL I

Laurent Gasser

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

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 I

Cédric Bovey

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

N: Propé 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'Ecole, 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

## HANDBALL I

Marc Verchère, Roger Weber

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			

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: Aptitude de base : dribbler - passer/réceptionner - technique du déplacement. Tirer : tir de base - tir en suspension - tirs spécifiques. Débordement - feinte. Défendre : technique de défense - le gardien. Elaboration de la contre-attaque de base. Arbitrage. Du 1/1 au 6/6.  
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 jeux, Buholzer Otmar, Jeker Martin, FSH  
Règles de jeux, FIH  
Handball technique, pédagogie, entraînement, Noteboom Thierry  
Amphora  
Handball "La formation du joueur", Bayer Claude, Vigot  
Handball à l'école, FSH  
<http://www.handballouest.net>

## HOCKEY SUR GLACE I

Daniel Jendly

PS	Opt	2	français	28
A	1.50			

PS	Opt	2	français	28
A	1.50			

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	2	français	28
A	3.00			

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 AUX ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES**

Michael Attias

C	Opt	2	français	28
A	3.00			

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 20ème 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 21ème 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.

## INTRODUCTION À L'APPRENTISSAGE ET AU CONTRÔLE MOTEUR

Jérôme Barral

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

N: Propé Ba

## INTRODUCTION À L'HISTOIRE DE L'EP ET DES INSTITUTIONS SPORTIVES SUISSES

Nicolas Bancel, Grégory Quin

C	Obl/Opt	4	français	56
A	6.00			

N: Propé Ba

O: Ce cours s'intéresse d'une part à l'histoire des activités physiques, d'autre part à l'analyse des institutions sportives suisses.

C: Pour ce qui concerne l'histoire des activités physiques, cette partie a pour objectif de donner les principaux éléments de connaissances en histoire de l'Education physique et du sport, depuis l'émergence des activités physiques dans la Grèce antique jusqu'à l'apparition de la gymnastique rationnelle en Allemagne. Nous aborderons donc les périodes essentielles de l'histoire des activités physiques et du sport, afin que les bases historiques (périodisation, champs principaux de ces activités) soient connues. Nous montrerons, à travers ce cours, comment les activités physiques, loin d'être un champ isolé de l'histoire, entrent constamment en résonance avec les réalités sociales, éducatives et culturelles des sociétés concernées. Nous tenterons enfin de faire percevoir aux étudiants que les APS sont également des acteurs de pleine légitimité des transformations historiques. Les étudiants seront donc amenés à voir différemment l'histoire du sport, à constituer les APS en objet d'investigation heuristique, ouvert sur les autres recherches historiques.

Pour la partie consacrée aux Institutions sportives suisses, elle a comme objectif de faire comprendre le fonctionnement de la politique publique sportive de la Confédération, des Cantons et des Communes, ainsi que la gouvernance 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.

**INTRODUCTION À L'HISTOIRE DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DU SPORT**

Nicolas Bancel

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

N: Propé Ba

**INTRODUCTION À L'ÉCONOMIE DU SPORT**

Markus Lang

C	Opt	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

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

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

**INTRODUCTION À LA BIOMÉCANIQUE DU SPORT**

Fabio Borrani, Nicolas Place

C/S	Obl/Opt	4	français	56
A	6.00			

N: 2p Ba

P: 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

Emmanuel Bayle

C	Opt	2	français	28
A	3.00			

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 LA NUTRITION

Bengt Kayser, Philippe Schneiter, Luc Tappy

C	Opt	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

P: Cours de physiologie.

- O: Ce cours permet de se familiariser avec différents concepts traitant de la nutrition humaine qui intéressent aussi bien les sportifs de haut niveau que les sportifs amateurs.
- C: Dans sa première partie, ce cours démarre par l'étude du système digestif et de ses différents organes. Ensuite, les thèmes traitant du métabolisme énergétique, de la dépense d'énergie, des besoins en macro- et micronutriments et de l'importance de l'eau seront abordés. La deuxième partie sera plus concrètement axée sur la place de la nutrition dans le quotidien du sportif et l'importance des divers nutriments dans le cadre d'une activité sportive. Enfin, des notions comme l'importance d'une hydratation adéquate, la composition corporelle et les compléments alimentaires seront passées en revue.

**INTRODUCTION À LA PHILOSOPHIE ET À L'ÉTHIQUE DU SPORT**

Bengt Kayser

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

**INTRODUCTION À LA PSYCHOLOGIE DU SPORT**

Roberta Antonini Philippe

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

N: Propé Ba

**INTRODUCTION À LA PÉDAGOGIE DU MOUVEMENT ET AUX INSTITUTIONS SPORTIVES SUISSES**

Grégory Quin

C	Obl/Opt	2	français	56
A P	6.00			

N: Propé Ba

**INTRODUCTION À LA PÉDAGOGIE DU MOUVEMENT ET SES INSTITUTIONS**

Grégory Quin

C	Obl	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

O: Ce cours ambitionne de donner aux étudiants en sciences du sport un certain nombre de bases théoriques, conceptuelles et plus pratiques autour de la pédagogie du sport et de l'éducation physique.

Le cours est centré autour du futur métier des "maîtres d'éducation physique et sportive", mais de par les définitions et les analyses proposés, il doit également alimenter la formation de l'ensemble des futurs professionnels de la sphère sportive.

C: Le cours se structure autour de différents mots-clés (système scolaire, pédagogie, programme, enseignement, enseignant, élève), dont il s'agira de voir tour à tour la définition, le fonctionnement, le contenu et l'utilité sociale). Du point de vue géographique et thématique, le cours procèdera du local au global, en cherchant autant des exemples dans le système scolaire vaudois que des clés de lecture dans les dynamiques plus internationales de la pédagogie du mouvement.



**MOUVEMENT ET MUSIQUE**

Violaine Murugan

PS	Opt	2	français	28
P	1.50			

N: 2p Ba

P: Enseignement destiné aux étudiants en 2ème partie de bachelor et ayant suivi les cours "Habilités motrices de base" et "Education de mouvement 1".

O: De l'idée à l'action, de l'écoute au mouvement, le but de ce cours est de pouvoir analyser un extrait musical en vue d'obtenir une combinaison harmonieuse entre la musique et le mouvement. Stimuler la créativité en vue de l'épanouissement des capacités physiques et d'expression par la danse. Etre capable de créer et de monter une chorégraphie et de la présenter aisément devant un public.

C: Ecoute de la musique, analyse et interprétation.  
Coordination, mémorisation, imagination et création.  
Maîtrise de son corps dans l'espace et dans un rythme donné.  
Apprentissage des bases de différents styles de danse.

B: REPOND R.M. et coll., Eclairages théoriques. Berne, CFS, 1998  
GREDER F., HARDER C., MARKMANN M., Musique et mouvement, OFSPO, 2003  
MURUGAN V., Le développement de la danse en tant que sport, le cas des danses sportives, ISSUL, 2011

**MÉTHODES D'ENTRAÎNEMENT DE L'ENDURANCE**

Davide Malatesta

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

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 serviront aux étudiants pour faire le lien entre les connaissances théoriques et l'entraînement physique sur le terrain avec les athlètes.

La partie théorique sera associée à des séminaires sur le terrain qui représenteront une mise en pratique des contenus du cours théorique.

- LE SEMINAIRE lié au cours de « Méthodes d'entraînement de l'endurance » (3 crédits ECTS) est obligatoire pour les étudiants de la majeure en Sciences du Sport.

Horaire :

Mardi de 10h à 12h - Lieu : salle de sport SOS 1 (centre)

Jeudi 10h - 12h - Lieu : salle de sport SOS 1 (centre)

Vendredi 10h - 12h - Lieu : salle de sport SOS 2 (est)

- B: Billat V., « Physiologie et méthodologie de l'entraînement - De la théorie à la pratique » - De Boek Université, 2003.  
 Cerretelli P., « Traité de physiologie de l'exercice et du sport », Editions Masson, 2002.  
 Hawley J. & Burke L., « Peak Performance » - Allen & Unwin, 1998.  
 Noakes T.D., « Lore of Running » - Human Kinetics Publishers, 2003.  
 La plupart des sources citées dans le cours sont des travaux scientifiques publiés dans des revues scientifiques indexées.

## MÉTHODES D'ENTRAÎNEMENT DE L'ENDURANCE

Davide Malatesta

S	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

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

Nicolas Place

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

N: 2p Ba

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

Nicolas Place

S	Opt	2	français	28
A	3.00			

N: 2p Ba

## NATATION I

Jean-Luc Cattin

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

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 II

Jean-Luc Cattin

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.50			

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

## PATINAGE I

Paul Sonderegger

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl/Opt	2	français	28
A	1.50			

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**

Fabio Borrani

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

N: 2p Ba

P: Avoir suivi un cours de "physiologie humaine"

O: Ce cours a pour but de présenter la structure et le fonctionnement des principaux systèmes physiologiques mis en jeu lors de la réalisation d'un effort physique. Ainsi, l'étudiant saisira les bases fondamentales pour comprendre la physiologie de l'homme en activité physique.

C: Chaque chapitre décrit et explique les conséquences de l'exercice physique sur les grandes fonctions de l'organisme :

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

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 VO<sub>2</sub>max. Calorimétrie indirecte : quotient respiratoire, dépense énergétique.

B: Anatomie et physiologie humaines, Marieb, de Boeck univ.

Biochimie des activités physiques, Poortmans & Boisseau, de Boeck univ.

La préparation physique, Le Gallais & Millet, Masson

**PHYSIOLOGIE DE L'EXERCICE ET NUTRITION**

Fabio Borrani, Bengt Kayser

C	Obl/Opt	4	français	56
A	6.00			

N: 2p Ba

**PHYSIOLOGIE HUMAINE**

Philippe Schneiter

C	Fac/Obl/Opt	2	français	56
A P	6.00			

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

**PHYSIOLOGIE HUMAINE**

Philippe Schneiter

TP	Obl		français	
P				

N: Propé Ba

O: Illustrer pratiquement des notions vues aux cours et mettre en évidence un certain nombre de concepts de physiologie.

C: Trois travaux pratiques de 90 minutes qui permettent de voir 1) le rendement de l'exercice et la notion de VO<sub>2</sub> max, 2) les volumes pulmonaires et le test de Tiffeneau et 3) les réflexes, le temps de réaction et l'électromyographie.

**PLONGEON I**

Catherine Maliev

PS	Opt	2	français	28
A	1.50			
PS	Opt	2	français	28
P	1.50			

PS	Opt	2	français	28
P	1.50			
PS	Opt	2	français	28
A	1.50			

N: 2p Ba

P: Être 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 plongeurs à un niveau permettant une démonstration à des élèves. Bases méthodologiques d'apprentissage.

## PSYCHOLOGIE DE L'APPRENTISSAGE EN SPORT

Denis Hauw

C/S	Obl/Opt	4	français	56
P	6.00			

N: 2p Ba

## PSYCHOLOGIE DU SPORT ET DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE

Denis Hauw

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

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).

**PSYCHOLOGIE SOCIALE ET SPORT**

Ophélie Dysli-Jeanneret

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

C: Cet enseignement s'oriente sur les aspects sociaux en lien avec la psychologie du sport. Différents thèmes seront traités, tels que les relations interpersonnelles, le leadership, le climat motivationnel ainsi que les processus sociaux et cognitif présents dans le sport, sous leur angle théorique et/ou appliqué.

**SHEM CM SPORT SCOLAIRE**

V A C A T

CPS	Obl		français	
P	1.50			

N: 2p Ba

**SCIENCES HISTORIQUES ET SPORT**

Patrick Clastres

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

N: 2p Ba

O: Ce cours vise à éclairer les grands enjeux diplomatiques, politiques, économiques, sociaux et culturels du sport contemporain, de 1914 à nos jours :

- les nationalismes sportifs depuis la Grande Guerre européenne
- les usages politiques du sport par les démocraties et les dictatures de l'entre-deux-guerres
- la Guerre froide sportive d'Helsinki 1952 à Los Angeles 1984
- le sport comme tribune pour les Suds et pour les peuples opprimés
- la révolution économique et médiatique du sport depuis les années 1960-1970
- les nouvelles cultures sportives depuis les années 1980



- C: Le cours sera organisé autour de sept « moments » olympiques et de six processus différents de « mondialisation sportive ». Chaque cours devra être précédé de la lecture des articles scientifiques mis à disposition sur Moodle.
- 1- 1- D'Athènes 1896 à Paris 1914 : une tradition inventée
  - 2- Paris 1924 : un Occident olympique
  - 3- Berlin 1936 : des jeux nazis
  - 4- Helsinki 1952 : une métaphore de la Guerre froide
  - 5- Mexico 1968 : la tribune des minorités
  - 6- Séoul 1988 : la mondialisation olympique
  - 7- Pédagogies corporelles et pratiques de pleine nature
  - 8- Elites cosmopolites et distinction par le sport : chasse et escrime ; équitation et cricket ; golf et tennis ; yachting et sports mécaniques...
  - 9- Des sports sous la pression des chronomètres : athlétisme, natation, cyclisme
  - 10- La pluralité des footbals dans le monde
  - 11- La diffusion de la culture et du modèle sportif américain à l'échelle planétaire : sports US et statistiques, show et team, ligues fermées, dopage...
  - 12- Diversité, diffusion et résistance des sports de combat : luttes, boxes, arts martiaux
  - 13- Londres 2012 : l'apogée du libéralisme olympique

## SCIENCES HISTORIQUES ET SPORT

Nicolas Bancel, Patrick Clastres

S	Obl	2	français	28
A	3.00			

N: 2p Ba

- O: Complémentaire du cours "Sciences historiques et sport", ce séminaire vise à éclairer les grands enjeux diplomatiques, politiques, économiques, sociaux et culturels du sport contemporain, de 1914 à nos jours :
- les nationalismes sportifs depuis la Grande Guerre européenne
  - les usages politiques du sport par les démocraties et les dictatures de l'entre-deux-guerres
  - la Guerre froide sportive d'Helsinki 1952 à Los Angeles 1984
  - le sport comme tribune pour les Suds et pour les peuples opprimés
  - la révolution économique et médiatique du sport depuis les années 1960-1970
  - les nouvelles cultures sportives depuis les années 1980.
- C: Les séances du séminaire, comme le dossier à rendre, seront l'occasion de faire des études de cas qui porteront sur un événement sportif ou bien sur un sport et sa diffusion internationale.
- Une première séance sera consacrée à la méthodologie générale et au plagiat. Les six séances suivantes concerneront :
- 1- 1- D'Athènes 1896 à Paris 1914 : une tradition inventée
  - 2- Paris 1924 : un Occident olympique
  - 3- Berlin 1936 : des jeux nazis
  - 4- Helsinki 1952 : une métaphore de la Guerre froide
  - 5- Mexico 1968 : la tribune des minorités
  - 6- Séoul 1988 : la mondialisation olympique
- Les six dernières auront trait à des processus de diffusion sportive :
- 1- Scoutismes et pionniers
  - 2- Chasses sportives
  - 3- Chronométrage sportif et diplomatie suisse
  - 4- Genres du football et discours journalistiques
  - 5- NBA et YMCA
  - 6- Le judo entre Japon et Occident

**SCIENCES HISTORIQUES ET SPORT**

Nicolas Bancel, Patrick Clastres

C/S	Fac/Opt	4	français	56
A	6.00			

N: 2p Ba

**SCIENCES SOCIALES ET SPORT**

Fabien Ohl

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

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	1.50/2.00			

CPS	Opt		français	
P	1.50			

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 - Lecture du Manuel 4: Sport de neige en Suisse. Volume 4 : ski de fond, Swisssnowsport, 2010

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, Swisssnowsport, 2010

## SOCIOLOGIE DU SPORT

Fabien Ohl, Lucie Schoch

C/S	Obl/Opt	4	français	56
A	6.00			

N: 2p Ba

## SOCIOLOGIE DU SPORT : APPROCHES THÉMATIQUES

Fabien Ohl

C	Obl	2	français	28
A	3.00			

N: 2p Ba

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: Il s'agit de partir de l'observation des faits de la culture sportive pour leur donner du sens. C'est pourquoi le 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 à partir d'une approche de la transformation des modes de socialisation et des effets de la socialisation sur l'engagement ou les arrêts de pratique. Il traite également les liens entre sport et identités, du genre dans le sport, de l'exclusion et de la déviance, de la violence dans le sport, des liens entre sport et médias, de la question du risque dans le sport et des relations entre sport et santé.

Un séminaire dans lequel les étudiants sont amenés à travailler sur des thématiques est associé au cours. L'idée est que les étudiants soient plus actifs, réalisent des travaux personnels, s'expriment à l'oral et réfléchissent à leurs propres pratiques.

- B: - COAKLEY J., DUNING E, Handbook of Sports Studies, London, SAGE, 2000  
 - DEFANCE J., Sociologie du sport, Paris, La Découverte, 1995  
 - DURET P., Sociologie du sport, Paris, Armand Colin, 2002  
 - OHL F., Sociologie du sport. Perspectives internationales et mondialisation, Paris, PUF, 2006  
 Remarque : les bibliographies spécifiques à chaque thématique traitée seront données en cours

## SOCIOLOGIE DU SPORT : APPROCHES THÉMATIQUES

Fabien Ohl, Lucie Schoch

S	Obl	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

P: Le cours "Sociologie du sport: approches thématiques" est un prérequis au séminaire.

O: Le séminaire "Sociologie du sport: approches thématiques" a pour objectif d'illustrer et de discuter les connaissances théoriques apportées par le cours auquel il se rattache.

C: Le séminaire reprend les 6 thématiques abordées en cours : la socialisation, le corps, le genre, les médias, l'intégration, la violence/le risque.  
 Par la réalisation de divers travaux (en séminaire et en dehors) les étudiants apprennent à lire et synthétiser un article scientifique; à récolter et analyser des données sociologiques (initiation à la recherche en sciences sociales); à participer à des débats, etc.

- B: - COAKLEY J., DUNING E, Handbook of Sports Studies, London, SAGE, 2000  
 - DEFANCE J., Sociologie du sport, Paris, La Découverte, 1995  
 - DURET P., Sociologie du sport, Paris, Armand Colin, 2002  
 - OHL F., Sociologie du sport. Perspectives internationales et mondialisation, Paris, PUF, 2006

## SPORT ET SANTÉ

V A C A T

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

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 avancé.

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. A l'autre extrémité, le 3ème âge et les problèmes liés à la sénescence seront aussi enseignés. De même, on traitera de 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 déviations du sport à outrance (surentraînement et dopage)

**SPORTS DE COMBAT**

Théophile Emmanouilidis

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
P	1.50			
PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

N: 2p Ba

O: Comprendre les arts martiaux et les appliquer dans un contexte d'auto-défense.

C: Principes et techniques de base des arts martiaux japonais:

- déplacements, chutes, saisies, coups, ...

- travail au sol et debout

Etiquette et comportement.

**SPORTS DE NEIGE ET MÉTHODOLOGIE**

Isabelle Liardet, Pierre Pfefferlé

CPS	Obl		français	
P	1.50			
CPS	Obl		français	
P	1.50			

N: 2p Ba

P: Avoir suivi et n'avoir aucune note éliminatoire au camp multiglisse. 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 " multiglisse " et " sports de neige et leur périphérie " 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 45 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

Pierre Pfefferlé

CPS	Obl	français	
P	1.50		
CPS	Obl	français	
P	1.50		
CPS	Obl	français	
P	1.50		
CPS	Obl	français	
P	1.50		

N: 2p Ba

P: "Sports de neige 1"

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	Obl	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

O: Ce cours - ne requérant aucune connaissance préalable - cherche à offrir une compréhension des concepts et méthodes statistiques auxquels les étudiantEs seront vraisemblablement confrontés lors de leurs études ou de 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, test de Kolmogorov-Smirnov,...)
- Principales méthodes de statistique inférentielle (estimation, tests d'hypothèses paramétriques et non-paramétriques, analyse de variance, taille de l'effet, régression linéaire,...)

## STATISTIQUE

Fabienne Crettaz von Roten

TP	Obl	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

C: Les Travaux pratiques, par une séance hebdomadaire de 2 heures, compléteront le cours en donnant une large place à l'analyse et l'interprétation de données réelles. Le logiciel statistique R sera présenté et utilisé pour certains exercices.

Ces travaux pratiques sont obligatoires.

## TRAUMATISMES ET PATHOLOGIES LIÉES AU SPORT - SPORT ET SANTÉ

Vincent Gremeaux

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

## VOLLEYBALL I

Reto Ineichen

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

N: Propé Ba

O: Acquérir et stabiliser les fondamentaux techniques et tactiques de la discipline.

- 
- C: Tous les gestes techniques de base: la passe, la manchette, le service, l'attaque et le contre. Les systèmes du volleyball scolaire. (Avant tout 1-1 à 3-3).  
Comme méthode de travail nous pratiquerons une approche scolaire et ludique qui permet d'élaborer une unité fonctionnelle de coordination, d'améliorer les systèmes de perception et d'optimiser des systèmes de décision par la répétition et la variation.
- 
- B: Manuel du moniteur J+S, EFS, Macolin  
Manuel de coach I et II de la F.I.V.B.  
Règlement FIVB