

Annuaire des cours 2021.2022

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 : 24.08.2021

## LEGENDE

### INTITULÉ DU COURS

Enseignant responsable

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

N: Niveaux d'études

P: Exigences du cursus d'études

O: Objectif

C: Contenu

B: Bibliographie

I: Informations supplémentaires

### ABRÉVIATIONS

#### TYPE DE COURS

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

#### STATUT

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

#### SEMESTRE

P	Printemps
A	Automne

**ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SANTÉ**

Jérôme Barral

C	Fac/Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

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**

Philippe Arn, Cédric Bovey

PS	Obl	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'École, No 7, Berne, 1981  
 LEGUET J., Les actions motrices en gymnastique sportive, Collection Sport + Enseignement, Vigot  
 CFS, Manuel 7 : Education physique à l'école, gymnastique aux agrès ;Berne1981  
 CFS, Le manuel n°5 d'éducation physique, Berne,2000  
 Le manuel « Base Agrès » de Jeunesse et Sport, 2008  
 CARRASCO R., La gymnastique des 3 à 7 ans, Revue EPS,Paris, 2000  
 CARRASCO R., L'activité du débutant, programmes pédagogiques, éd. Vigot, Paris, 1977

## ANATOMIE: BASES ANATOMIQUES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

Hugues Cadas

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

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 1

Stéphane Diriwächter, Patric Guilbert

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

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

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

## ATHLÉTISME 2

Stéphane Diriwächter, Patric Guilbert

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			

PS	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			

N: 2p Ba

P: Athlétisme 1

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

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

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

## BADMINTON

Valentin Ray

PS	Opt	2	français	28
P	1.50			

N: 2p Ba

O: Ce cours a pour but de développer les compétences personnelles des étudiant.e.s afin de leur permettre de maîtriser les éléments techniques et tactiques du badminton et ainsi d'acquérir une meilleure compréhension du jeu.  
Ce cours cherche également à offrir aux futur.e.s enseignant.e.s une réflexion sur les différentes approches didactiques et conceptuelles des activités d'apprentissage.

C: Le cours propose une approche à la fois ludique, technique et didactique du badminton et l'entrée par et pour le jeu doit permettre de donner du sens aux apprentissages. Les situations proposées permettront non seulement aux étudiant.e.s de progresser techniquement et tactiquement, mais également de développer une réflexion autour des enjeux de l'enseignement du badminton.  
Les outils techniques seront travaillés dans un contexte nécessitant une intention tactique de l'étudiant.e et non pas une répétition décontextualisée et isolée du geste.

## BASKETBALL

Julie Le Bris, Alexandre Pidoux

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

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

## BIOLOGIE ÉVOLUTIVE ET COMPORTEMENTALE

Michel Chapuisat

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

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 (2012) Biologie (Pearson)  
Boyd & Silk (2015) L'aventure humaine, des molécules à la culture (DeBoeck)

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

## CAMP MULTIGLISSE

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			
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

## CORE TRAINING

Ursula Beate Braun

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

N: 2p Ba

P: -

- O: L'étudiant sera capable d'enseigner un cours de gym dos ou de gym posturale d'une durée de 15 minutes, avec au minimum 3 mouvements spécifiques pour renforcer le tronc et/ou mobiliser la colonne.  
L'objectif général est que l'étudiant saura construire et enseigner une heure de cours postural à une population variée / diverse (sportifs, non-sportifs, jeunes ou âgés)
- C: Le contenu du cours est basé sur un bref rappel d'anatomie ainsi que sur les principes de base pour une bonne posture. Ensuite l'histoire, les principes et les bénéfices de la méthode de Joseph H. Pilates serviront d'inspiration pour adapter quelques-uns de ses mouvements, pour les utiliser dans le but d'améliorer ladite posture. Les grands axes de ce cours sont: de la pratique pour pouvoir ressentir dans son propre corps les exercices et améliorer son équilibre musculaire, mais aussi d'être capable d'analyser des mouvements pour les utiliser correctement et de pouvoir les enseigner aux participants, selon l'objectif de ce cours.
- B: Fournie dans le support de cours

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

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

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

**EDUCATION DU MOUVEMENT 1**

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

- 
- C: Espace et formations :
1. Connaître et exercer les plans, les axes, les formations, les interactions, la collaboration, les déplacements, l'espace (ligne, carré, cercle, diagonale, colonne).
  2. Découvrir les portés dynamiques
- Mouvements, chorégraphie et expression :
1. Apprendre les pas de base et les varier
  2. Analyser des musiques et interpréter par le mouvement.
  3. Percevoir son corps ; maîtriser dans l'espace et isolation
  4. Créer une chorégraphie
  5. Expression corporelle : se libérer de sa tâche motrice pour réussir à transmettre une émotion au spectateur
- Analyser les mouvements :
1. Développer la compétence et la rigueur dans la prise d'information (auditive - visuelle - kinesthésique), dans le traitement de l'information. Passer du statut de pratiquant à celui d'observateur, d'analyste, de correcteur.
  2. Exercer, améliorer les capacités de coordination avec son propre corps, soit sans engin à mains.
  3. Développer la prévention de traumatismes musculaires et articulaires, en particulier lors des soulevés, des sauts (et des réceptions).
- 
- B: BONNERY A., CADOPI M., Apprentissage de la danse, Vigot, Paris, 1990  
 LAMOUR H., Pédagogie du rythme, EPS, 1985, Paris  
 REPOND R.-M. et coll., Eclairages théoriques, Berne, CFS, 1997
- 

## EDUCATION DU MOUVEMENT 2

Pierre Meylan

PS	Opt	2	français, russe	28
A	1.50			

N: 2p Ba

P: Education du mouvement 1

- 
- O: 1. Passer du statut de pratiquant à celui d'analyste et de correcteur en se basant sur différentes méthodes d'apprentissage et d'un modèle d'analyse des tâches.  
 2. Développer les qualités de coordination individuelles et collectives par la manipulation d'engins à mains (conventionnels ou non), les partenaires (porter), la jonglerie et la rythmique.
- 
- C: Habiletés de saisies :
1. Connaître et exercer toutes les familles de mouvements (lancer, recevoir, conduire, frapper, balancer, etc.)
  2. Perfectionner les compétences de base en jonglerie
- Musique et chorégraphie :
1. Choisir, analyser une musique
  2. Créer une chorégraphie en tenant compte des particularités de la musique et des spécificités des engins à mains sélectionnés
- Méthodes et modèles :
1. Expérimenter trois modèles d'enseignement et choisir l'un ou l'autre en fonction des caractéristiques des tâches à résoudre (socio - constructiviste, fractionnée, globale)
  2. S'approprier « l'algorithme de la prise de décision dans l'enseignement » de Hoffman dans la détection des difficultés.
- 
- B: BISCHOF M, Brochures 2 des manuels officiels 1 à 6, (1988 à paraître)  
 CADOPI M., BONERY A., Apprentissage de la danse, Joinville-Le-Pont, Ed. Actio, 1990  
 LEVIEUX F. + J.-P., Expression corporelles, Joinville-le-Pont, Ed. EPS  
 REPOND R.m. et coll., Eclairages théoriques, Berne, CFS, 1998  
 SCHMIDT, R.A., Apprentissage moteur et performance, Vigot, Paris 1993

**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'étudiant en escalade indoor pour une pratique personnelle mais aussi dans une perspective d'enseignement de la discipline. Le cours garantit un niveau de performance crédible pour l'enseignement.

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

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

**FONDAMENTAUX DU JEU 1**

Pascal Mornod

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

N: Propé Ba

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

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

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

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

B: Support de cours à télécharger

HOTZ A., Apprentissage psychomoteur, Vigot, 1985, Paris

BAYER C., L'enseignement des jeux sportifs et collectifs, Vigot, 1979

## FONDAMENTAUX DU JEU 2 - DU BASEBALL AU TCHOUKBALL

Robin Pellet

PS	Opt	2	français	28
P	1.50			

N: 2p Ba

P: Fondamentaux du jeu 1

## FONDAMENTAUX DU JEU 2 - RUGBY ET BASKETBALL

François Bertherat

PS	Opt	2	français	28
A	1.50			

N: 2p Ba

P: Fondamentaux du jeu 1

## FOOTBALL

Laurent Gasser

PS	Obl	2	français	28
A	1.50			

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

PS		2	français	28
A				
PS		2	français	28
A				
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, 2p Ba

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

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

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

## GYMNASTIQUE AUX AGRÈS 1

Philippe Arn, Cédric Bovey

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

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

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

## GYMNASTIQUE AUX AGRÈS 2

Philippe Arn, Cédric Bovey

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

N: 2p Ba

P: Gymnastique aux agrès 1

**GYMNASTIQUES DOUCES ET GESTION DU STRESS**

Sophie Egger Gachet

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

N: 2p Ba

O: Dans une perspective saine de l'activité physique, en articulant théorie - pratique, ce cours permet aux étudiants d'élargir leur champ d'expériences avec les exercices de 3 méthodes psycho-corporelles "références" en gestion du stress: HATHA YOGA, TECHNIQUES RESPIRATOIRES ET DE RELAXATION.

La pratique est entraînée comme moyen d'action pour cultiver de bonnes dispositions physiques et mentales, être fort émotionnellement, mieux se respecter soi-même, développer une conscience de soi lucide, stable et renforcer la confiance en soi.

C: En co-construction avec leurs savoirs-être, savoirs-faire, background, les étudiants identifient, comprennent agents stressseurs/ressources et différencient stress positif/négatif.

Ils exercent postures de Hatha yoga élémentaires, exercices respiratoires et de relaxation puis, dans un second temps, observent comment - pourquoi les exercices spécifiques impactent le stress perçu, les fréquences cardiaque et respiratoire.

B: Kabat-Zinn J. 1996, Où tu vas, tu es. Apprendre à méditer pour se libérer du stress et des tensions profondes. Paris, J'ai lu

Iyengar BKS. 2018, Yoga thérapeutique dossier spécial sportifs. Paris, la plage

Iyengar BKS. 2014, Initiation aux 23 postures classiques. Paris, Le courrier du livre

Djokovic N. 2014, Service gagnant. Pour une parfaite forme physique et mentale. Paris, R.Laffont

Csikszentmihalyi M. 2006, Vivre (Creativity). Paris, R.Laffont

Cyruunik B. Bouhours Ph. 2019, Sport et résilience. Paris, O.Jacob

Film : Loach K. 2009, Looking for Eric. England

Une bibliographie plus complète sera remise durant le cours.

**HANDBALL**

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			
PS	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: Attaque :  
 Aptitudes de base :-dribbler-passer/recevoir-technique de de#placement.  
 Tirer:-tir de base-tir en suspension-tirs spe#cifiques en fonction du poste (ailier, centre avant). De#bordement:-  
 feinte de base - un contre un  
 De#veloppement de contre-attaque simple.  
 Exercices de groupe en zone du 1/1 au 2/2, attaque dans l'intervalle.  
 Jeu du 3/3 au 6/6.  
 De#fense :  
 -contact de#fensif et de#placements du de#fenseur-collaboration en de#fense-technique de base du gardien.  
 Méthode de travail: acquisition par le jeu d'une aptitude générale à jouer avec le ballon. Elaboration de différentes intentions gestuelles à partir des capacités de coordination. Compréhension des intentions dans le jeu.

---

B:

```
<div class="page" title="Page 2">
```

```
<div class="layoutArea">
```

```
<div class="column">
```

Apprendre a# jouer au Handball, Baumgartner Ju#rg, Fe#de#ration suisse de handball (FSH). Education aux jeu,  
 Buholzer Otmar, Jeker Martin, FSH

Handball technique, pe#dagogie, entrain#nement, Noteboom Thierry Amphora.

Handball. La formation du joueur, Bayer Claude, Vigot

Handball a# l'e#cole, FSH. Document didactique PDF sur Moodle.unil <http://www.handallouest.net>. document didactiques

```
</div>
```

```
</div>
```

```
</div>
```

---

## HOCKEY SUR GLACE

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

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 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

- O: Les objectifs de cet enseignement sont annoncés au début de chaque partie du cours.
- C: Ce cours vise d'une part à identifier les principes de bases de l'organisation fonctionnelle de la préparation et de l'exécution du mouvement et d'autre part à s'approprier les différentes théories de l'apprentissage en général et moteur en particulier. Nous définirons et classerons les habiletés motrices et traiterons de la question de la mesure de la performance motrice et des apprentissages moteurs. Les notions de feedbacks, connaissance du résultat, programmation motrice, prise de décisions, connaissances implicite et explicite, etc. seront traitées en nous appuyant sur des travaux scientifiques et en nous référant à des situations sportives. Des notions en neurosciences du mouvement seront également dispensées.
- B: - Marin L. & Danion F. (2016). Neurosciences comportementales. Contrôle du mouvement et apprentissage moteur. Paris : Ellipses. Nouvelle Edition.  
 - Schmidt, R.A. (1993). Apprentissage Moteur et Performance. Paris : Vigot.

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

Nicolas Bancel

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

N: Propé Ba

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

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

**INTRODUCTION 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

C/S	Obl/Opt	4	français	56
A	6.00			

N: 2p Ba

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

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

C: Introduction : mouvement, axes, plan  
cinématique d'un point ponctuel  
mouvement uniformément accéléré ; dérivées ; intégrales mouvement d'un projectile  
mouvement circulaire uniforme et non uniforme  
cinématique angulaire  
forces (trainée , frottement, ...)  
dynamique linéaire: quantité de mouvement et sa conservation ; collisions ; impulsion  
dynamique angulaire : moment et couple de force, centre de masse  
moment d'inertie  
moment cinétique et sa conservation  
travail, énergie, puissance.

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

## INTRODUCTION À LA GESTION DU SPORT

Olivier Mutter

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

Maike Kruseman

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
A	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, 2p Ba

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

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

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

## INTRODUCTION À 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 chronologiques, théoriques et conceptuelles autour de la pédagogie du sport et de l'éducation physique. Il s'agira aussi de développer le sens critique des étudiant-e-s autour de certains préconçus relatifs à l'apprentissage et l'enseignement.

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 comprendre la transformation historique au fil du 20ème siècle.

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	Obl/Opt	2	français	28
P	1.50			

PS	Opt	2	français	28
P	1.50			

N: Propé Ba, 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/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

S	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

C	Obl/Opt	2	français	28
A	3.00			

N: 2p Ba

---

## MÉTHODOLOGIE DE LA RECHERCHE

Florence Carpentier

C	Obl	2	français	28
A	3.00			

N: 2p Ba

O: - s'initier à la recherche en sciences humaines et sociales, identifier les principales étapes et méthodes de la démarche scientifique en SHS  
 - savoir différencier discours commun et discours savant  
 - apprendre à juger la fiabilité des sources écrites et numériques  
 - savoir construire une bibliographie dans le cadre d'un travail universitaire

C: - Qu'est-ce que la recherche en SHS ? Petite introduction à l'épistémologie  
 - Les bibliographies  
 - La problématique  
 - Les principales méthodes en sociologie et en histoire  
 - La diffusion des connaissances  
 - Le financement de la recherche

B: Ferréol Gilles et Deubel Philippe, Méthodologie des sciences sociales, Paris, Armand Colin, 1993.  
 Guidère Mathieu, Méthodologie de la recherche. Paris, Ellipses, 2004.  
 Savarèse Eric, Méthodes des sciences sociales. Paris, Ellipses, 2006.  
 Soler Léna, Introduction à l'épistémologie. Paris, Ellipses, 2019 (3e édition)

**NATATION 1**

Jean-Luc Cattin

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

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			

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

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 I

Raphaël Faiss

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

Raphaël Faiss, Maaïke Kruseman

C	Obl/Opt	2	français	56
A P	6.00			

N: 2p Ba

P: Avoir suivi un cours de physiologie humaine

---

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

---

C: 1er semestre Physiologie  
 Chaque chapitre décrit et explique les conséquences de l'exercice physique sur les grandes fonctions de l'organisme :

Système musculaire  
 Rappel anatomique et physiologique (structure et morphologie musculaire, contraction, relation force- longueur et force-vitesse, distribution des fibres musculaires, Plasticité musculaire. Le devenir de l'oxygène musculaire : mitochondrie, chaîne respiratoire. Limitations centrales et périphériques de VO<sub>2</sub>max. Calorimétrie indirecte : quotient respiratoire, dépense énergétique.

Système respiratoire  
 Ventilation (Mécanisme de la ventilation, muscles respiratoires, la compliance thoraco-pulmonaire, volumes et capacités respiratoires, relation ventilation perfusion, cinétique de la ventilation, régulation de la ventilation, seuils ventilatoires, etc.)  
 Diffusion dans le sang (Différentes pressions partielles, loi d'Henry, loi de Dalton, relation ventilation/ perfusion, limitations des échanges gazeux à l'exercice, Hypoxémie, asthme d'effort, etc.)

Système cardiovasculaire  
 Rappel physiologique et anatomique du système cardio-vasculaire (les vaisseaux sanguins, le sang , le coeur)  
 Transport de l'oxygène (érythrocytes, transport et échange de l'oxygène et du gaz carbonique)  
 Le débit cardiaque (déterminants du débit cardiaque, volume d'éjection systolique, fréquence cardiaque, loi de Laplace, loi de Franck-Starling, adaptations à l'exercice et à l'entraînement, la pression artérielle, contrôle de la résistance périphérique, etc.)  
 Diffusion musculaire (l'oxygénation tissulaire, les échanges gazeux musculaires, adaptation à l'exercice, adaptation à l'entraînement), approche convective vs. approche diffusive  
 Production énergétique  
 Aliments et nutriments  
 Transformation et utilisation des aliments dans l'organisme  
 Mise en oeuvre des filières énergétiques et métabolisme  
 Énergétique de l'effort propre au sport

2è semestre Nutrition  
 A l'issue de ce cours les étudiant-e-s seront capables de :

1. Appliquer les principes de l'alimentation saine et d'hydratation permettant de couvrir les besoins nutritionnels pour un individu adulte sédentaire, actif ou sportif.
2. Identifier des situations à risque : carences nutritionnelles ; apports excessifs ; troubles du comportement alimentaire.
3. Intégrer les connaissances acquises dans le domaine de la digestion, des macro- et micronutriments, ainsi que de l'épidémiologie nutritionnelle pour déployer une analyse critique de la littérature spécifique au domaine de la nutrition sportive (grand public et scientifique), afin de véhiculer des notions scientifiquement correctes.
4. Esquisser les spécificités nutritionnelles associées au type de sport.
5. Collaborer efficacement avec des diététicien-ne-s le cas échéant.

Ce cours ne prodigue PAS:  
 -Les compétences pour développer des plans alimentaires spécifiques (en lien avec un plan d'entraînement ou une perte de poids par exemple).  
 -Les compétences permettant d'accompagner des changements de comportement alimentaire.  
 -Les compétences pour identifier et traiter des pathologies liées à l'alimentation (obésité, TCA, dyslipidémies, etc.).

---

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

**PHYSIOLOGIE HUMAINE**

Maxime Pellegrin

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

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

**PLONGEON**

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.

**PRÉPARATION PHYSIQUE 1**

Stéphane Maeder

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

N: 2p Ba

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

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

**PSYCHOLOGIE DE L'APPRENTISSAGE EN SPORT**

Denis Hauw

C/S	Obl/Opt	4	français	56
A	6.00			

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 élites. Pour chacun de ces niveaux sont également envisagées les conséquences pratiques en termes d'intervention (entraînement ou enseignement).

## SHEM CM SPORT SCOLAIRE

Macolin O F S P O

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 : luttas, 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, Lucie Hémeury

C/S	Obl/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.  
 - DEFANCE 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

- 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, Swissnsnowsport, 2010  
 Manuel: Best Practice Nordic, swiss-ski, 2020

**SOCIOLOGIE DU SPORT**

Fabien Ohl, Lucie Schoch

C/S	Obl/Opt	4	français	56
P	6.00			

N: 2p Ba

**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  
- 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**

Fabien Ohl, Lucie Schoch

C/S	Obl	4	français	56
P	3.00			

N: 2p Ba

P: Aucun pré-requis même s'il est recommandé d'avoir suivi le cours "sciences sociales et sport".

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 : LE PENSER EN PRATIQUANT, LE PRATIQUER EN PENSANT

Olivier Bauer

S	Opt	2	français	28
P	3.00			

N: 2p Ba

## SPORTS DE COMBAT

Jonathan Meyer

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

N: 2p Ba

O: Le cours sports de combat vise à l'acquisition de connaissances techniques dans le domaine des sports de combat, d'éléments pédagogiques et des exercices inhérents à leur enseignement, ainsi qu'un bagage personnel d'auto-défense.

Parallèlement à ces connaissances, l'analyse du vécu de la pratique apportera quelques clés de lecture à l'incessant dialogue opérant entre l'attitude ou la gestuelle d'une personne et le mental ou le "psychisme" qui l'habite.

C: Il s'agit de découvrir différentes facettes des "sports de combat" comme les principes d'actions, les projections et les chutes qui les accompagnent, les frappes, les immobilisations au sol, les clés articulaires ou encore les étranglements, présentes dans l'auto-défense et le Judo.

**SPORTS DE NEIGE ET MÉTHODOLOGIE**

Isabelle Liardet, 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 multiglisser. Avoir suivi le cours théorique préparatoire obligatoire.

O: L'étudiantE devra appliquer et adapter les comportements, les savoir-faire techniques et les connaissances acquises lors des cours " multiglisser " et " sports de neige et 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	
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. Pfeifferlé; 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 étudiant-e-s 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, QQplot,...)  
 - Principales méthodes de statistique inférentielle (estimation, tests d'hypothèses paramétriques et non-paramétriques, corrélation, régression linéaire,...).  
 Les étudiant-e-s s'initieront au logiciel statistique JAMOVI.

## 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 JAMOVI sera présenté et utilisé pour certains exercices.  
 Ces travaux pratiques sont obligatoires.

**STATISTIQUE**

Fabienne Crettaz von Roten

C/S	Obl	4	français	56
P	6.00			

N: 2p Ba

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

C: Le cours abordera les sujets suivants:

- Eléments de statistique descriptive (description et représentation de données, données manquantes et aberrantes,...)
  - Eléments de probabilités (variable aléatoire, distributions discrètes et continues, QQplot,...)
  - Principales méthodes de statistique inférentielle vues: estimation, tests d'hypothèses paramétriques et non-paramétriques (test d'indépendance, t-test, test de Mann-Whitney, etc), corrélation, régression linéaire,...).
- Le cours sera complété par un séminaire hebdomadaire. Les étudiant-e-s appliqueront la matière vue au cours lors d'exercices et s'initieront au logiciel statistique JAMOVI. Le séminaire fait intégralement partie du cours-séminaire.

**THÉORIES ET MÉTHODOLOGIE DES APS 1**

Grégory Quin

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

N: 2p Ba

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

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

**THÉORIES ET MÉTHODOLOGIE DES APS 2**

Grégory Quin

PS	Obl	2	français	28
P	1.50			

PS		2	français	28
P				

N: 2p Ba

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

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

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

Vincent Gremeaux

C	Obl/Opt	2	français	28
P	3.00			

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 adulte.

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

## UNIHOCKEY

Laurent Killias

PS	Opt	2	français	
A	1.50			

PS	Opt	2	français	28
P	1.50			

N: 2p Ba



**VOLLEYBALL**

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

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