


UE Mécanismes physiologiques d'altération/ d'amélioration de la motricité

 ECTS
3 crédits

 Crédits ECTS
Echange
3.0

 Composante
UFR STAPS
(sciences et
techniques
des activités
physiques et
sportives)

- > **Langue(s) d'enseignement:** Français
- > **Méthodes d'enseignement:** En présence
- > **Forme d'enseignement :** Cours magistral
- > **Ouvert aux étudiants en échange:** Oui
- > **Catégorie d'enseignement pour les étudiants en échange:** Cours général
- > **Crédits ECTS Echange:** 3.0
- > **Code d'export Apogée:** BAX9SCMP
- > **Temps de travail personnel pour l'étudiant:** 20

Présentation

Description

Des interventions sur des sujets précis permettent d'éclairer les mécanismes d'action impliqués dans l'altération ou l'amélioration de la performance motrice à différentes échelles : organisme entier, muscle, cellule musculaire.

Quelques exemples de thèmes abordés :
Contraintes thermiques et performance
Métabolisme hydrominéral et performance
Stress oxydant et performance
L'inflammation
Environnements hypoxiques et exercice

Les suppléments nutritionnelles

Heures d'enseignement

UE Mécanismes physiologiques d'altération/d'amélioration de la motricité - CM CM 20h

Pré-requis recommandés

Il est nécessaire de maîtriser les notions de bioénergétique de la contraction musculaire, l'organisation des voies métaboliques, les mécanismes de l'adaptation cardio-respiratoire à l'exercice, l'ultra structure musculaire.

Période : Semestre 9

Évaluation initiale / Session principale - Épreuves

Libellé	Nature de l'enseignement	Type d'évaluation	Nature de l'épreuve	Durée (en minutes)	Nombre d'épreuves	Coefficient de l'épreuve	Remarques
	UE	CT	Écrit - devoir surveillé	120	1	100%	

Seconde chance / Session de rattrapage - Épreuves

Libellé	Nature de l'enseignement	Type d'évaluation	Nature de l'épreuve	Durée (en minutes)	Nombre d'épreuves	Coefficient de l'épreuve	Remarques
	UE	CT	Écrit - devoir surveillé	120	1	100%	

Compétences visées

Comprendre comment l'exercice, qui est un stress, agit sur l'organisme, soit en terme d'altération de la performance, soit en terme d'amélioration de la performance. L'étudiant doit être capable d'intégrer ces connaissances dans une problématique d'amélioration de la performance ou de la santé par l'exercice, quel que soit son milieu d'intervention (recherche fondamentale ou appliquée).

L'accent est mis sur la compréhension des mécanismes d'action impliqués dans les effets positifs ou négatifs de l'exercice.

L'étudiant doit pouvoir intégrer les résultats de travaux scientifiques portant sur ces aspects dans sa réflexion sur la résolution du problème auquel il est confronté.

Bibliographie

Sera donnée en cours

Infos pratiques

Contacts

Responsable pédagogique
Hervé Dubouchaud

Lieu(x) ville

› Grenoble

Campus

› Grenoble - Domaine universitaire