Proposition de programme PPEI – L3 ES semaine 20 et 21

|  |  |
| --- | --- |
| Zakaria Labsy | zakaria.labsy@universite-paris-saclay.fr |

Alexandre Marchadour alexandre.marchadour@gmail.com>;

"Maîtrise des nouvelles technologies, méthodologie de l’entraînement et

optimisation de la performance sportive".

**Le but de l’enseignement**

Cet enseignement a pour but de sensibiliser les étudiants à l’adaptation aux nouveaux métiers de la performance sportive et aux nouvelles méthodologies de l’entraînement avec l’aide d’outils de nouvelles technologies sur le terrain et en laboratoire.

* Les étudiants manipuleront et découvriront des outils d’analyse et d’observation liés à l’optimisation de la performance et à la prophylaxie (c'est-à-dire le suivi et l'intervention).

Il s’agit de savoir :

* Faire du monitoring (le suivi assisté de l’athlète), diriger, gérer et fournir les services scientifiques et sportifs pour le développement des performances des individus ou d’une équipe au sein d’une institution sportive professionnelle (par exemple, la charge de travail, GPS et surveillance de la fréquence cardiaque),
* Orienter le développement et les résultats vers la performance.
* Assurer la liaison quotidienne en équipe en ce qui concerne la préparation physique nécessaires pour réduire le risque de blessure et le maintien de la haute performance.

Cet enseignement se propose donc d’aborder les principales recommandations communes à l'usage des entraîneurs, du personnel scientifique et médical du sport et d'autres professionnels

**PPEI - Programme proposé**

**Alexandre Marchadour et Z. Labsy**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Lundi  15/05/2023 | Mardi  16/05/2023 | Mercredi  17/05/2023 | Jeudi  18/05/2023 | Vendredi  19/05/2023 |
| 10 – 12h | Non disponible | Salle de cours  bât ?? C005 | Non disponible | Dispo entre 11 et 13h  Saclay stade | Saclay Stade |
| 14 – 17 h | Non disponible | Saclay stade | Non disponible | Saclay Stade | Saclay Stade |
|  |  |  |  |  |  |
|  | Lundi  22/05/2023 | Mardi  23/05/2023 | Mercredi  24/05/2023 | 25-mai | Vendredi  27/05/2023 |
| 10 – 12h | Non disponible | Salle de cours  bât ?? C005 | Non disponible | Dispo entre 11 et 13h  Saclay stade | Non disponible |
| 14 – 17h | Non disponible | Gymnase  bât 225 B ? | Non disponible | Gymnase  225 C ? | Non disponible |