

5.00 crédits	30.0 h	Q1
--------------	--------	----

Enseignants	Valet Maxime ;
Langue d'enseignement	Français
Lieu du cours	Louvain-la-Neuve
Thèmes abordés	Etude de certains mécanismes physiologiques impliquées dans l'effet protecteur de l'exercice physique, analyse de la littérature scientifique en ce qui concerne les études épidémiologiques menées dans le secteur. Etude de certaines pathologies ou de conditions (les maladies cardiovasculaires, l'hypertension, l'obésité, le diabète, l'ostéoporose, ...) sous l'optique d'une pratique régulière d'une activité physique et sportive par les personnes concernées.
Acquis d'apprentissage	<p>A la fin de cette unité d'enseignement, l'étudiant est capable de :</p> <p>Au terme de cette activité d'apprentissage, l'étudiant comprendra l'utilité des activités physiques et sportives dans le cadre d'une prévention primaire. Il connaîtra les mécanismes qui engendrent un effet protecteur vis-à-vis de certaines maladies et possèdera les connaissances théoriques nécessaires pour justifier et optimiser ses interventions. Il sera en outre capable de cerner les applications thérapeutiques de la pratique d'une activité physique ou sportive par les personnes présentant certaines maladies chroniques ou des déficiences sensori-motrices ou physiologiques (prévention secondaire et tertiaire). Il saura évaluer la pertinence de l'utilisation d'une activité physique ou sportive dans une perspective de ré-entraînement à l'effort (recommandations et contre-indications, effets immédiats de la pratique, effets de l'entraînement à plus long terme, recommandations pour la programmation d'activités).</p> <p>1</p>
Modes d'évaluation des acquis des étudiants	<ul style="list-style-type: none"> - Examen écrit sous forme de questions à choix multiple se composant de questions à 5 options de réponse. Un point est attribué à chaque réponse correcte et aucun point n'est attribué en cas d'absence de réponse ou de réponse incorrecte. Un facteur correctif pour l'effet chance est appliqué pour obtenir la note attribuée pour l'examen écrit (80% de la note finale). - Travail de groupe sur base d'un cas clinique et d'un ou plusieurs articles de référence (20% de la note finale).
Méthodes d'enseignement	Cours magistraux (présentiels et/ou distanciels) avec participation active des étudiants Classe inversée Auto-apprentissage sur base de cas cliniques et d'articles ou ouvrages de référence - travail de groupe
Contenu	Activité physique, exercice, sports...: définitions, mesures et classification Activité physique et santé: épidémiologie, bénéfices et risques, recommandations, mécanismes, indications et contre-indications, la prescription d'exercice, populations spécifiques (grossesse, enfants et adolescents, personnes âgées) Place de l'activité physique dans la prévention primaire, secondaire et tertiaire de certaines maladies.
Ressources en ligne	Toutes les informations utiles, les consignes, les slides des présentations et les articles de référence sont sur Moodle.
Autres infos	Encadrement : Titulaire(s) Ce cours s'appuie sur les connaissances de base en physiologie cellulaire, physiologie des systèmes, en physiologie et biochimie de l'exercice, et en pathologie générale. Ce cours est réservé aux étudiants FSM. Son accès est possible aux autres étudiants UCLouvain sur base d'un dossier à remettre au coordinateur du cours.
Faculté ou entité en charge:	FSM

Programmes / formations proposant cette unité d'enseignement (UE)				
Intitulé du programme	Sigle	Crédits	Prérequis	Acquis d'apprentissage
Master [60] en kinésithérapie et réadaptation	KINE2M1	3		
Master [120] en sciences de la motricité, orientation éducation physique	EDPH2M	3		