

Volleyball

Infos pratiques

- > ECTS : 3.0
- > Nombre d'heures : 36.0
- > Langue(s) d'enseignement : Français
- > Niveau d'étude : BAC +3
- > Période de l'année : Enseignement cinquième semestre
- > Méthodes d'enseignement : En présence
- > Forme d'enseignement : Travaux dirigés
- > Ouvert aux étudiants en échange : Oui
- > Composante : Sciences et techniques des activités physiques et sportives
- > Code ELP : 4S5LES21
- > En savoir plus : UFR STAPS <https://ufr-staps.parisnanterre.fr/>

Présentation

Le cours aborde le niveau 3 d'enseignement de spécialité volley-ball : Spécialisation BeachVB, Prise en mains spécifique de séances. Analyse vidéo de championnats.

Objectifs

Amener les étudiants à découvrir et connaître les attendus de la prise en main d'équipes compétitives de VB.

Évaluation

Pratique : 50%. Dont 25% dans l'animation de séances et 25% dans la pratique du VB.

Théorie : 50%.

Pré-requis nécessaires

BAC +2 (ou équivalent)

Une connaissance du champ disciplinaire des sports collectifs et de l'animation pédagogique à visée d'entraînement.

Compétences visées

Pratique : Echauffement Bootcamp. Circuit de Préparation physique. Spécialisation en Beach-volley.

Théorie :

1. Echauffement bootcamp
2. La formation du jeune joueur fédéral. Aspects physiques, techniques et mentaux.

Bibliographie

La préparation physique en volley-ball. Ed Amphora.2022

Ressources pédagogiques

cours en ligne