

Article : LA MOTRICITE ATHLETIQUE

Référence : DSEE0074

Connaître les ressources physiologiques et les principes biomécaniques des techniques athlétiques.

Comprendre l'importance des fondamentaux athlétiques pour la pratique des sports terrestres.

Intervenir dans le cadre de la préparation physique des joueurs de sports collectifs, de raquette et de bien d'autres sports.



Description

Les techniques gestuelles propres aux courses, aux sauts et aux lancers n'appartiennent pas aux seuls athlètes. Parce qu'elles permettent une optimisation de la motricité humaine, de nombreuses disciplines sportives se les



approprient en les adaptant au contexte de performance qui est le leur. Cette culture motrice partagée, érigée en objet socioculturel, ne peut être transmise qu'à la condition d'en connaître la substance technologique et didactique.

Telle est la finalité de cet ouvrage?: extraire la quintessence des disciplines de l'athlétisme pour déterminer des méthodes, des principes et des séances d'entraînement spécifiques aux autres sports.

Date parution : mars 2019

Auteur : Frédéric AUBERT

Editeur : Editions EPS