

**L3 ESPM-S5**  
**FPS517BM : Equilibre et posture**

Responsable de l'ECUE : Laurence MOUCHNINO

Intervenants : Laurence MOUCHNINO et Serge MESURE (Marseille)

**Nature et volume du cours** (renseignez le nombre d'heures ou de semaines de stage relatifs à l'enseignement)

Cours magistral	Travaux dirigés	Travaux Pratiques	Travail Personnel Etudiant	Stage
14 h	12 h	h	30 h	semaines

**Objectifs de l'enseignement** (précisez en quelques lignes les notions abordées, les connaissances et/ou compétences visées par l'enseignement)

Décrire la locomotion en définissant son organisation spatio-temporelle, cinématique et dynamique intra et inter-segmentaire. Seront abordés les patrons de marche, d'initiation de la marche et de course  
Comprendre la régulation du patron locomoteur sous l'éclairage des neurosciences et de la biomécanique.  
L'acquisition des connaissances synthétisées ci-dessus seront utilisées dans le cadre de mini-projets développés en travaux dirigés. Cela aura pour but de faire le lien entre les données dites fondamentales et l'application de ces savoirs sur des analyses et des interprétations pratiques associées à des comportements et/ou des situations spécifiques.

**Mots-clés**

Posture - stratégies motrices - Equilibre du corps – interaction avec le milieu (air, eau, sol) – représentation du corps dans l'espace- Analyse descriptive

**Positionnement du cours dans le diplôme.** Contextualisez ce cours par rapport aux cours du même champ dans les années antérieures et/ou ultérieures du diplôme

Ce cours fait partie de l'unité 1 « connaissances scientifiques pluridisciplinaires de la motricité) du parcours ESPM. Il s'inscrit dans la continuité des enseignements fondamentaux dispensés dans les unités 3 et 4 du semestre 3.

**Modalités d'évaluation envisagées :**

Ecrit en Contrôle final et un contrôle continu durant les TD

**Plan de cours :**

1. L'organisation posturale et ses principes en applications thérapeutiques

Définition et caractéristiques

Particularités pathologiques

Atteintes neurologiques

Atteintes sensorielles

Atteintes motrices

2. L'équilibre & la posture : au service de quoi ?

2.1. la performance sportive (saut à ski, triathlon, judo/danse...),

2.2. des activités de loisir (Hoverboard, Segway...),

2.3. des activités quotidiennes (port du cartable, se lever d'une chaise...)

3. Quels sont les modes de contrôle ?

Les théories qui s'affrontent

Au niveau de l'application TD il sera demandé aux étudiants la mise en application de l'ensemble de ces concepts dans la réalisation d'un travail d'identification et d'analyse du mouvement en situation concrète.

**Bibliographie indicative** 2016 Prescription des activités physiques, F. Depiesse elsevier Masson

2012 Analyse du mouvement humain par la biomécanique Paul Allard  
2017 Biomécanique fonctionnelle Michel Dufour, Karine Langlois, Michel Pillu, Santiago  
Del Valle Acedo elsevier Masson