

CAPACITES DE FORCE

Dans le cadre de ses activités scientifiques, le laboratoire des sciences biologiques appliquées au sport (LaSBaS) de l'ES/STS de Dely Brahim organise le Mardi 26 janvier 2021, organise une journée scientifique en vidéo conférence avec la collaboration de la Fédération Algérienne de Cyclisme et de Magpharm.

Thème :

Capacités de force

L'un des principaux objectifs de la préparation physique est le développement de plusieurs qualités physiques de sorte que les progrès réalisés s'expriment dans le sport pratiqué pour produire de meilleures performances. Pour atteindre un niveau de performance visé, la préparation doit ainsi être spécifique au sport pratiqué. Cependant, le développement d'une qualité physique comme la force, est un facteur déterminant pour la performance. C'est

l'un des principaux problèmes de la planification de l'entraînement.

L'image de la force a de tout temps joui d'un prestige important dans les sociétés. La littérature rapporte que dès l'antiquité, les grecs et les indiens lui consacraient une fonction mythique et s'intéressent à son développement.

Cette situation s'est perpétuée à notre époque et dans l'entraînement sportif moderne, son importance s'est accentuée.

La force est une qualité essentielle pour de nombreuses disciplines sportives. Elle en est le facteur le plus déterminant pour la performance dans certaines d'entre elles. Justement et dans le cadre de cette journée scientifique, il est question de redéfinir l'approche à l'entraînement de la force musculaire à la lumière des progrès technologiques scientifiques et matériels en rappelant et précisant

- Place de la force dans la construction de condition physique ?
- Son optimisation ou maximisation en fonction des différents sports ?
- Ses formes de manifestation et classifications ?
- Ses facteurs biologiques déterminant le niveau de développement ?
 - Apports des nouvelles technologies Informatiques à l'entraînement de la force ?
- Apports des progrès matériels à l'entraînement de la force ?
- Apports des progrès médico-nutritifs à l'entraînement de la force ?
- Au-delà de son apport pédagogique et scientifique.
- Cette journée vise aussi à familiariser les participants aux technologies de la communication et d'enseignement en ligne

PROGRAMME

LE 26 JANVIER 2021

Modérateurs

Dr M. BOUFAROUA, Pr ZAKI

BOUNEMRI Salih

10h00 : Pr MIMOUNI Nabila :
Biological aspects of physical strength

10h15 : Dr IDDIR Idir : Les
Capacités de la force au cœur de
L'entraînement.

10h30: Dr CHAREF Boualem:
La force chez les enfants

10h45 : Dr TOUAMI Ali :
La force élément important de la
Performance

11h00 : أ.د. محمد عبد المالك

تدريب القوة في رياضة الدراجات
(من تحليل الحركة الى اختيار التمارين لتطوير القوة)
11h15 : مناقشة

11h130 : Dr MANSOURI Hakim
(Magpharm):
Supplément vitaminique et force
Musculaire: Lien étroit

11h30-12h00 : Débat

Président d'honneur :

Pr MAHOUR BACHA Mourad

Président de la journée scientifique

Dr IDDIR Idir

Comité scientifique

Président : Dr BENYELLES Abdellatif

Membres :

Pr N. Mimouni, Pr M. Abdelmalek, Pr S. Zaki,
Dr B.Charef, Dr I. Iddir, Dr A. Noubli, Dr M.A
Krideche, Dr M. Diaf, Pr S. Chabni, Dr S.
Assam, Pr B. K Meghit, Dr L. Laroui Dr A.
Mazouzi , Pr H. Dachri, Pr R. Boukherraz, Dr
O. Ould Ahmed, Pr M. Amrouche, Dr
M.Boufaroua

Comité d'organisation

Président : *Dr BOUFAROUA Mokhtar*

Dr L. Djemaa, Dr M. Sadouki M. Dr H. Rezig, Dr
L. Yahiaoui, M.M. Boughadou, A.Fateh , R.
Yaiche, M. Kerkar, T. Hafsi, K. Telaa, Dr N.
Habchi , Dr Edma Yagoubi. , Dr F. Meghlaoui,
Dr Bouchibane,

Commission information/communication

MM. HAMANI Mokhtar
BOUKABES Chafik

Responsable technique : M. BOUDAA
Amine

Contact

**Ecole Supérieure en Sciences
Et Technologie du Sport
Dely Ibrahim**

**Président du Comité
d'Organisation/**

Dr BOUFAROUA Mokhtar.

Secrétaire : Mme Houari Samira

Adresse : ES-STs, Cité

Olympique

Mohamed BOUDIAF, CDD

Ben aknoun, Algérie Poste.

Téléphone : (213) 023 25 82 05/
023 25 82 04

Mobile : 0551 044 578.

Site internet : www.essts.dz

Email : lasbas2015@gmail.com

 **Magpharm**

