



Master 2^{ème} année

SEMESTRE 3

UE9 Compétences génériques transversales et pré-professionnelles

- Anglais scientifique : savoir présenter (2 ECTS)
- Insertion professionnelle (2 ECTS)
- Communiquer : savoir présenter, expliquer, argumenter et convaincre (2 ECTS)

UE10 Compétences disciplinaires « Gestion et management de projet »

- Évaluation de programmes et de projets (2 ECTS)
- Management et gestion de projet : mise en œuvre (2 ECTS)

UE11 Compétences spécialisées « Expertise du champ professionnel spécifique »

- Réalisation, interprétation et utilisation des évaluations de la condition physique en laboratoire (4 ECTS)
- Méthode d'entraînement du haut niveau : évolutions et actualités (4 ECTS)
- Conduites alimentaires et sport de haut niveau (4 ECTS)
- Activité de l'entraîneur (4 ECTS)
- Réathlétisation (4 ECTS)

SEMESTRE 4

UE12 Stage de 300h (30 ECTS)

CONDITIONS D'ADMISSION

L'accès en Master 1 EOPS-PPE s'effectue sur dossier de demande d'admission pour tout titulaire d'une Licence STAPS entraînement sportif en formation initiale ou continue.

L'accès en Master 2 EOPS-PPE est ouvert au titulaire du Master 1^{ère} année EOPS et/ou un autre Master STAPS associé au domaine de la performance sportive et de l'entraînement.

informations inscriptions

Secrétariat STAPS Master/ 01 48 38 88 72 / sec2-staps@univ-paris13.fr

POUR PLUS D'INFORMATIONS

- Vie étudiante, frais d'inscription, ... : www.univ-paris13.fr

CONTACTS ET ACCÈS

Responsable de la formation : Nicolas VOITURON

Secrétariat pédagogique :

Secrétariat STAPS Master / 01 48 38 88 72 / sec2-staps@univ-paris13.fr

Orientation - Insertion professionnelle :

VOIE (Valorisation, Orientation et Insertion professionnelle de l'Étudiant)
Campus de Villeteuse (Entrée ouest, sous les amphis 5, 6, 7) : 01 49 40 40 11
Campus de Bobigny (Bât. de l'Illustration, RDC, salle 18) : 01 48 38 88 38
www.univ-paris13.fr/orientation

Formation continue (FC) – Alternance (A) – Validation des acquis (VA) : CeDIP

(Centre du Développement et de l'Ingénierie de la Professionnalisation)
www.univ-paris13.fr/clarifier-son-projet-etre-accompagne
Bureau A103 RdC Bâtiment Lettres et Communication – Campus de Villeteuse
01 49 40 37 64 - acc-cfc@univ-paris13.fr (FC - A) / 01 49 40 37 04 - svap-cfc@univ-paris13.fr (VA)

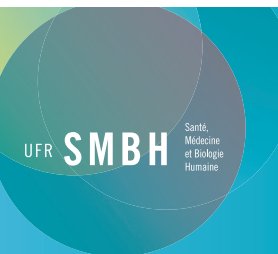
U.F.R. Santé Médecine Biologie Humaine - Léonard de Vinci

VENIR À PARIS 13 : CAMPUS DE BOBIGNY / 1, rue de Chablis - 93017 Bobigny Cedex
Voiture, à partir de Paris : Porte de la Villette > Route du Bourget (N2) jusqu'au fort d'Aubervilliers
Puis D27 (à droite) direction « Faculté de médecine ».
Coordonnées GPS - Latitude : 48.9148297 - Longitude : 2.4177062999999634

Transports en commun :

Depuis Paris

- Métro Ligne 5 jusqu'au terminus Bobigny-Pablo Picasso puis Tramway 1 direction St-Denis jusqu'à l'arrêt Hôpital Avicenne.
- Métro Ligne 7 direction La Courneuve-8 mai 1945 jusqu'à l'arrêt Fort d'Aubervilliers puis Bus 134 ou Bus 234, arrêt Les Courtillères.
- Métro Ligne 7 jusqu'au terminus La Courneuve-8 mai 1945 puis Tramway 1 direction Bobigny-Pablo Picasso jusqu'à l'arrêt Hôpital Avicenne.



UNIVERSITÉ PARIS 13

MASTER ENTRAÎNEMENT ET OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE SPORTIVE (EOPS)

Physiologie de la Performance et Entraînement (PPE)

FORMATION
INITIALE ET
CONTINUE

Étudier
à UP13

www.univ-paris13.fr/smbh

#UP13

U-PC
Université Sorbonne
Paris Cité
CAMPUS
CONDORCET
Paris-Aubervilliers

OBJECTIFS

La spécificité du parcours PPE est de proposer une formation dans des domaines de compétences complémentaires allant de la préparation physique, à la réathlétisation.

A l'issue du Master, le diplômé disposera de compétences scientifique, professionnelle et sportive, comme présentées dans la fiche RNCP.

- Acquérir les compétences inscrites dans les fiches RNCP
 - Accéder aux fondamentaux de la recherche
- Construire un livret de compétences visant la spécialisation et l'expertise professionnelle dans le champ de la pratique physique et sportive.

COMPÉTENCES VISÉES

- **Evaluer et mesurer les capacités physiques de l'athlète et les effets de l'entraînement**
- **Concevoir et conduire de manière autonome des programmes d'entraînement et de préparation physique pour le sportifs de haut niveau** en vue de l'optimisation de la performance et tout en préservant l'intégrité physique de l'athlète (Gestion et évaluation de la charge d'entraînement et de la récupération, prévention des blessure et du surentrainement, prévention et lutte contre le dopage)
- **Concevoir et mettre en œuvre les principales techniques dans le domaine de la préparation physique**
- **Identifier les pathologies du sportif et la méthodologie du réentraînement**
- **Accompagner le projet de performance d'un groupe ou d'un individu**
- **Savoir communiquer avec le sportif, son environnement et les différents interlocuteurs du domaine**
- **Concevoir un projet** (pilotage, coordination d'équipe, mise en œuvre et gestion)
- **Rechercher, identifier, sélectionner et analyser diverses informations** avec un esprit critique en vue de leur utilisation
- **Savoir expliquer, argumenter et convaincre**
- **Communiquer et transmettre par oral et par écrit, de façon claire et non-ambiguë.**

À l'issue de la formation, les étudiants doivent être capables d'initier, de concevoir, de gérer et d'évaluer des programmes d'éducation physique adaptés à différents publics dans le champ de leur spécialité.

La mention Entraînement et Optimisation de la Performance (EOPS), parcours - Physiologie de la Performance et Entraînement, aborde l'entraînement et la performance sportive avec une approche biologique et physiologique. Les objectifs sont de former des cadres de l'entraînement sportif et de développer leurs connaissances dans les fondements scientifiques de la performance. Au-delà des compétences qui figurent sur la fiche RNCP l'étudiant devra maîtriser tous les aspects de la préparation physique et nutritionnelle et devra savoir les adapter au public hétérogène que constituent les pratiquants sportifs. Il devra savoir évaluer la condition physique, maîtriser les aspects de la préparation physique des athlètes et de la réathlétisation.

POURSUITE D'ÉTUDES / INSERTION PROFESSIONNELLE (MÉTIERS VISÉS)

🎓 **Poursuite d'études**

- Doctorat

🎓 **Insertion professionnelle**

- Carrière dans la recherche académique
- Cadre formateur, entraîneur sportif, préparateur physique dans le milieu du sport individuel ou collectif et de l'entraînement de haut niveau
- Directeur technique sportif
- Directeur et cadre de structure privé à objectif sportif
- Directeur de pôle sportif
- Responsable d'activités de formation au sein de structures privées spécialisées dans les métiers de la forme (club fitness, coaching, milieu associatif)
- Responsable de sport au sein des entreprises.

ORGANISATION DE LA FORMATION

La formation comprend 520h de cours et 450h de stage.

Elle se déroule sur 4 semestres et 2 ans.

Afin d'améliorer la formation, chaque année au 1er et 2nd semestre, une évaluation des enseignements sera mise en place. Un conseil de perfectionnement, formé de membres de l'équipe pédagogique, d'étudiant-e-s représentant chaque année du parcours et de membres extérieurs provenant du monde professionnel, sera également mis en place.

Elle comprend 12 UEs dont les cours sont soit mutualisés avec d'autres parcours de la mention ou spécifiques au parcours.

Le dernier semestre est entièrement consacré au stage.

La durée du stage est de 150h en M1 (8 ECTS) et 300h en M2 (30 ECTS). En M2, le stage sera réalisé en laboratoire, entreprise, club sportif, etc.. et déterminera la valence recherche ou professionnelle du diplôme.

Les stagiaires seront encadré-e-s et évalué-e-s par leur tuteur-trice de stage, suivi-e-s obligatoirement par un-e référent-e universitaire qui fera le lien entre l'équipe universitaire et les professionnel-e-s. Le stage fera l'objet d'un mémoire écrit et d'une soutenance orale devant un jury composé de membres de l'équipe pédagogique.



🎓 **Master 1^{ère} année**

SEMESTRE 1

UE1 Compétences génériques transversales et pré-professionnelles

- Anglais scientifique : comprendre et s'exprimer (2 ECTS)
- Aide à la construction d'un parcours professionnel (2 ECTS)
- Connaissance des secteurs d'interventions (2 ECTS)

UE2 Compétences spécialisées « Méthodologie de la recherche »

- Statistiques : méthodologie et outils pratiques (2 ECTS)
- Recherche et analyse critique de l'information scientifique (2 ECTS)
- Construction d'une argumentation et problématisation (2 ECTS)

UE3 Compétences disciplinaires « Gestion et management de projet »

- Analyse des politiques du sport (2 ECTS)
- Analyse du cadre législatif et juridique (2 ECTS)
- Conception de protocole, management et gestion de projet de promotion, sportif, associatif ou événementiel (2 ECTS)

UE4 Compétences spécialisées « Connaissances et analyses scientifique et technique du champ professionnel spécifique »

- Adaptations physiologiques à l'exercice (3 ECTS)
- Adaptation métabolique à l'effort (3 ECTS)
- Analyse qualitative des outils de l'évaluation (3 ECTS)
- Amélioration de la performance de haut niveau (3 ECTS)

SEMESTRE 2

UE5 Compétences génériques transversales et pré-professionnelles

- Audiovisuel et outils de communication (2 ECTS)
- La rédaction du mémoire (2 ECTS)

UE6 Compétences spécialisées « Méthodologie de la recherche »

- Recherche action et développement (2 ECTS)
- Statistiques : traiter et analyser ses données selon ses objectifs (2 ECTS)
- Synthétiser et rédiger de l'information scientifique (2 ECTS)

UE7 Compétences spécialisées « Connaissances et analyses scientifique et technique du champ professionnel spécifique »

- Comportement mécanique des tissus biologiques (3 ECTS)
- Aide à la performance : substrat énergétiques et ergogènes (3 ECTS)
- Préparation mentale (3 ECTS)
- Gestion et évaluation de la charge d'entraînement et de la récupération (3 ECTS)

UE8 Stage de 150h (8 ECTS)