

MASTER 1 EOPS - PRÉPARATION PHYSIQUE, PRÉPARATION MENTALE ET ENTRAÎNEMENT DANS LE SPORT DE HAUT-NIVEAU

RESP. PÉDA. : Fabrice
DOSSEVILLE

Intitulé des enseignements

CM

TD

TP

ECTS

SEMESTRE 1

BBC 1 – Prép. physique	Biomécanique du geste sportif	10	10		3
	Physiologie de l'exercice	12	20		4
	Bilan des capacités physiques, niv. 1	12	12		3
	Méthodes de développement des capacités physiques, niv. 1	12	12		3
	Quantification des charges de travail et planification, niv. 1	12			3
	Pratique supervisée en préparation physique, musculation et stretching			28	3
BCC 2 – Prép. mentale	Approche psychologique de la performance	10	12		3
BCC 3 - Entraînement	Communication and sport counseling (anglais)	8			2
BBC4-Management	Environnement du sport professionnel et performance	12			3
	Méthodologie de la recherche (Français et Anglais)	2	10		3
SEMESTRE 2					
BCC 1 – Prép physique	Bilan des capacités physiques, niv. 2	10	12		2
	Méthodes de développement des capacités physiques, niv. 2	20	12		3
	Quantification des charges de travail et planification, niv. 2	10			2
	Pratique supervisée en préparation physique, musculation et stretching			24	2
BCC 2 – Prép mentale	Bilan des qualités mentales, niv. 1 (Français et Anglais)	10	10		2
	Ingénierie de la préparation mentale, niv. 1	10	15		2
	Éthique, VSS, sécurité des pratiquants		10		2
BCC 3 - Entraînement	Accompagnement scientifique de la performance - Sport Scientist	8	8		2
	Perception-Action 1	10			1
	Vidéo, apprentissage et transformation des conduites motrices	10			2
BBC4-Management	Organisation du sport HN et carrières sportives	10			2
BBC5 - Mise en situation professionnelle	Stage et rapport de stage (min. 308 h)		10		8

MASTER 2 EOPS - PRÉPARATION PHYSIQUE, PRÉPARATION MENTALE ET ENTRAÎNEMENT DANS LE SPORT DE HAUT-NIVEAU

RESP. PÉDA. : Fabrice
DOSSEVILLE

Intitulé des enseignements

CM

TD

TP

ECTS

SEMESTRE 3

BCC 1 – Prép physique	Pratique supervisée en préparation physique, musculation et stretching			28	2
	Prophylaxie et réathlétisation	12	16		4
	Bases de la nutrition de l'athlète	12	12		4
BCC 2 – Prép mentale	Perception-Action 2	10			3
	Emotion and stress (Français et Anglais)	10			3
BCC 3 - Entraînement	Analyse vidéo pour la formation et la performance	12	20		4
	Performance, conditions extrêmes et chronobiologie	12	10		3
BBC4-Management	Design and management of sports projects (Français et Anglais)	8	8		3
	Conception de projet sportif et prévision budgétaire	8	8		2
	Méthodologie de la recherche		10		2

SEMESTRE 4

BCC 1 – Prép physique	Adaptation de la nutrition à la performance sportive	10	10		2
	Pratique supervisée en préparation physique, musculation et stretching			28	3
BCC 2 – Prép mentale	Bilan des qualités mentales, niv. 2 (Français et Anglais)	10	8		2
	Ingénierie de la préparation mentale, niv. 2	12	16		3
BCC 3 - Entraînement	Santé du sportif - Lutte contre le dopage et les addictions	8	8		2
BBC4-Management	Techniques de Rédaction de Notes de Synthèse dans le cadre de la FPT	8	12		2
	Gestion des ressources humaines et droit du travail	15	16		2
	Gestion de structures sportives professionnelles et de HN (Français et Anglais)	12	6		2
	Gestion des structures et développement durable	10			2
BBC5 - Mise en situation professionnelle	Stage et mémoire (min. 462 h)		8		10