



## MASTER STAPS - Mention Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive Parcours Performance Motrice Humaine

Fort d'expériences acquises notamment en Licence STAPS (ES) et dans le milieu de l'entraînement sportif, l'étudiant en master EOPS - PMH développera des compétences: **scientifique** – **professionnelle** – en **analyse de la motricité humaine**, nécessaires pour acquérir une expertise en conception, pilotage, et évaluation de programmes d'entraînement et d'optimisation de la performance sportive.

### COMPÉTENCES SCIENTIFIQUES en SCIENCES BIOLOGIQUES

- **Maitriser les grands concepts théoriques en sciences biologiques** permettant d'expliquer le fonctionnement des systèmes **physiologiques, des neurosciences ainsi que les principes de l'analyse de la motricité humaine**
- **Etre capable de transférer ces connaissances** à un public non-expert dans le contexte du milieu professionnel choisi
- **Etre capable d'utiliser ces connaissances** pour agir de **manière éthique, déontologique et responsable** lors des interventions face à différents types de publics

### COMPÉTENCES en INGENIERIE DE L'ENTRAINEMENT

- **Maitriser chacune des phases du projet sportif d'entraînement:** conception, diagnostic, et planification, mise en œuvre, adaptation et régulation du projet
- **Maitriser chacune des composantes du projet :** technique (analyse du mouvement humain, analyse technico-tactique de l'activité, élaboration de programmes d'entraînement), technologiques (outils d'analyse de la motricité, notamment à partir des objets connectés, évaluation des capacités physiques, physiologiques et psychologiques pour l'élaboration de planification d'entraînement/réathlétisation), réglementaires, éthiques.

### COMPÉTENCES en analyse de LA MOTRICITÉ HUMAINE

- Disposer d'une **connaissance experte** des caractéristiques des contextes d'intervention **en entraînement sportif**, des outils d'évaluation **et de suivi biologique (physiologique, cognitif, mécanique)** pour différents types de publics et pratiquants (sportifs compétiteurs à sédentaires, blessés en reprise mais également enfant, adolescent, adultes des deux sexes)
- **Comprendre et analyser les indices physiologiques et moteurs** qui caractérisent l'état, le changement d'état et la performance d'un individu.
- **S'approprier les méthodes d'analyse** permettant de percevoir des fluctuations de cet état des individus: fatigue, pathologie ou liées à des stimuli de types émotionnel ou environnemental

### COMPÉTENCES OUTILS ET METHODES

- Statistiques/Informatique :** Maîtriser le traitement statistique (logiciel R) afin d'interpréter les résultats d'études effectuées à grande échelle; être capable de réaliser un traitement informatique des données
- Anglais :** Maîtrise de l'anglais, langue de référence dans le domaine **de l'entraînement et des sciences biologiques**
- Conduite de projet :** acquisition de méthodes de travail en gestion de projet
- Analyse :** être capable de rédiger et de commenter des comptes rendus d'expérimentation ainsi que de proposer des perspectives
- Veille :** Assurer une veille scientifique en relation avec le domaine d'étude



# MASTER STAPS - Mention Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive

## Parcours Performance Motrice Humaine

### LES +++ DE LA FORMATION

- ☆ **Une formation:**
  - ☆ **principalement orientée sur un approfondissement des connaissances de la motricité humaine** afin de **répondre aux demandes des professionnels sportifs notamment à haut niveau de performance,**
  - ☆ **complétée** par un développement des compétences en **gestion de projets collectifs ou /et individuels**
- ☆ **Des enseignements théoriques associés**
  - ☆ **à des mises en situation grâce à un fonctionnement des étudiants en mode projet**
  - ☆ adossés à l'utilisation d'une **plateforme expérimentale** (salles TP physiologie et analyse du mouvement)
  - ☆ à des **expérimentations** (tests de terrain en situation écologique), à l'aide d'objets connectés et de systèmes embarqués
- ☆ **Présentation des travaux** de Master devant des professionnels lors du **Congrès des Etudiants Master de Bordeaux**
- ☆ **Stages longs** en M1 (5 semaines) et M2 (minimum 5 mois)

### Métiers ROME :

G1204 : Éducation en activités sportives  
K1103 : Développement personnel et bien-être de la personne

### Métiers ou fonctions issus d'un autre référentiel :

Chargé d'études R&D (Référentiel : APEC )  
Enseignant APA-Santé (Référentiel : RNCP )  
Entraîneur sportif (Référentiel : RNCP )  
Préparateur physique nutritionnel ou mental (Référentiel : RNCP )  
Ingénieur APA-Santé (Référentiel : RNCP )  
Ingénieur R&D (Référentiel : APEC )

### CONDITIONS D'ADMISSION

L'accès au Master 1 est ouvert aux candidats titulaires du diplôme national de licence ou après validation d'un diplôme du domaine correspondant.

**Licence conseillée :** Licence - Mention STAPS ([spé. Prof. Entraînement Sportif](#))

**L'admission dans cette formation soumise à capacité d'accueil,** se fait sur examen de dossier du candidat.

### SE FORMER TOUT AU LONG DE LA VIE

Vous souhaitez vous reconvertir ou actualiser vos savoirs et savoir-faire ?  
Vous voulez compléter ou faire reconnaître vos acquis et compétences ?  
Vous désirez dynamiser votre évolution de carrière avec l'obtention d'un diplôme ?

Notre projet est d'accompagner vos collaborateurs ?  
Quels que soient votre situation et votre âge, l'équipe de la formation continue du Collège Sciences de l'homme vous accompagne dans l'élaboration de votre projet de .

#### Modalités pédagogiques

› Formation en présentiel

#### Durée

› Année 1 : XX heures (dont XX d'enseignement, XX de stages) › Année 2 : XX heures (dont XX d'enseignement, XX de stages)

#### Tarifification

› Année 1: XX › Année 2 : XX

### CONTACTS

Pour toutes demandes d'informations (formation et modalités d'inscription) :  
[sarah.vavasori@u-bordeaux.fr](mailto:sarah.vavasori@u-bordeaux.fr) ou [https://www.u-bordeaux.fr/formation/PRMA\\_80/staps-entrainement-et-optimisation-de-la-performance-sportive](https://www.u-bordeaux.fr/formation/PRMA_80/staps-entrainement-et-optimisation-de-la-performance-sportive)

Dossiers de formation continue : [formation.continuesh@u-bordeaux.fr](mailto:formation.continuesh@u-bordeaux.fr)