



# LIVRET DE L'ALTERNANT·E

Master STAPS Entraînement et Optimisation de la  
Performance Sportive  
Parcours Préparation Physique et Réathlétisation

2024/2025

# SOMMAIRE

ÉDITO .....	03
L'EUR HEALTHY .....	04
LES MISSIONS DES INTERVENANTS .....	05
LA FORMATION .....	06
L'ORGANISATION .....	08
ENGAGEMENT ET ÉVALUATION .....	14
INFORMATIONS PRATIQUES .....	15
CONTACTS UTILES .....	16



# ÉDITO



*Tout au long de l'histoire, les problèmes de santé ont pris racine dans des écosystèmes complexes. Dans le but de développer une approche systémique de la santé, l'École Universitaire de Recherche Écosystèmes des Sciences de la Santé (EUR HEALTHY) vise à combiner les sciences du sport, les sciences de la santé et les sciences humaines et sociales, notamment la psychologie.*

*Membre du réseau des Écoles Universitaires de Recherche d'Université Côte d'Azur, l'EUR HEALTHY établit des relations étroites avec les milieux socio-économiques et territoriaux.*

*Fondée sur la recherche, elle vise à mener des expérimentations concrètes, et à porter des projets innovants et pragmatiques au service des citoyens, usagers et professionnels du système de santé, des entreprises et des territoires.*

**Rapahel ZORY**  
Directeur



## L'ÉCOLE UNIVERSITAIRE DE RECHERCHE ÉCOSYSTÈMES DES SCIENCES DE LA SANTÉ

L'EUR HEALTHY Ecosystèmes des Sciences de la Santé est l'une des 8 Graduate Schools d'Université Côte d'Azur qui compte actuellement plus de 550 étudiants. Elle propose une formation transdisciplinaire dans les domaines des sciences du sport, des sciences de la santé et des sciences humaines et sociales, en particulier la psychologie, et prépare des professionnels aux niveaux Master et Doctorat. L'école doctorale HEALTHY s'accompagne d'un cursus universitaire en Sciences du Sport regroupant 1 500 étudiants et débouchant sur des diplômes professionnels.

### L'EUR EN QUELQUES CHIFFRES

+ 2 200  
Étudiants

13  
Parcours de  
masters

87%  
Taux d'insertion  
professionnelle

85%  
Taux de  
réussite

5  
Formations  
en  
alternance

8  
Laboratoires  
de recherche  
BCL, COBTEK, LAMHESS, LAPCOS, LINE,  
MICORALIS, RETINES, UR2CA

# MISSIONS DES INTERVENANT·E·S



### RÔLE DES TUTEURS UNIVERSITAIRE

- Accompagnement pédagogique de l'alternant·e
- Valider le contenu des missions avec la ou le responsable de formation et les maîtres d'apprentissage/tuteurs entreprise
- Suivre l'alternant·e en formation et en entreprise
- Remplir le livret d'alternance
- Guider l'alternant·e vers les bons interlocuteurs



### L'ALTERNANT·E

#### LES DEVOIRS

- Respecter le règlement intérieur de l'entreprise et de l'établissement de formation
- Assiduité en formation et passer les examens
- Travailler pour son employeur en effectuant les tâches qui lui sont confiées
- Transmettre les justificatifs d'absences
- Répondre aux enquêtes de satisfaction et de suivi post-formation de FORMASUP PACA/ CFA Epure Méditerranée

#### LES DROITS

- Avoir un statut de salarié (période d'essai, protection sociale, congés payés)
- Disposer d'une carte d'étudiants
- Bénéficier d'un double suivi (tuteur Universitaire et Maître d'apprentissage/ tuteur entreprise)
- Être rémunéré



### RÔLE DES TUTEURS D'APPRENTISSAGE EN ENTREPRISE

- Signer le contrat d'alternance (apprentissage ou professionnalisation) en respectant les niveaux de rémunération
- Etablir un planning de réalisation des missions
- Accueillir l'alternant·e dans l'entreprise et dans le service auquel il ou elle est affecté·e
- Suivi de l'alternant·e pendant les périodes en entreprise et dans la réalisation des missions
- Évaluer l'alternant·e et remplir le livret d'apprentissage
- Participer aux réunions de maître d'apprentissage/tuteur à l'Université



### RÔLE DU SERVICE APPRENTISSAGE DE LA FORMATION ET DES RESPONSABLES DE FORMATION

- Contrôler l'assiduité des alternants en formation
- Contrôler le nombre de contrats signés pour respecter les quotas et envoyer la liste des alternants à FORMASUP PACA/ CFA Epure Méditerranée
- Donner à FORMASUP PACA/CFA Epure Méditerranée le calendrier de la formation
- Guider les alternants
- Établir des relations durables avec les entreprises
- Recruter les alternants en fonction de leur motivation et de leur dossier
- Viser le livret d'alternance



### RÔLE DE FORMASUP PACA/ CFA EPURE MÉDITERRANÉE

- Renseigner tous les acteurs de l'alternance sur les nouveautés grâce à une veille légale et un soutien juridique
- Enregistrer les contrats d'alternance, versement des indemnités, comptabilisation des alternants, suivi de l'insertion professionnelle et de la réussite aux examens
- Suivi quantitatif et qualitatif des formations
- Développement de la carte et de nouveaux projets

## MASTER STAPS

ENTRAÎNEMENT ET OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE SPORTIVE  
PARCOURS PRÉPARATION PHYSIQUE ET RÉATHLÉTISATION

**PAULINE GÉRUS**  
RESPONSABLE DU MASTER

« Avec toute l'équipe pédagogique, nous vous souhaitons la bienvenue dans le Master EOPS!  
Vous pourrez échanger avec des experts en sciences du sport, en préparation physique et en réathlétisation, et collaborer avec des professionnels du secteur pour enrichir vos compétences. Par le biais de stages, de projets pratiques et d'une approche scientifique appliquée, vous expérimenterez les réalités du métier et deviendrez, à votre tour, des spécialistes dans le domaine. »



### PRÉSENTATION GÉNÉRALE

- La formation valorise la démarche scientifique orientée vers la performance (méthodes et outils notamment) et s'appuie sur la combinaison d'enseignements théoriques et pratiques, dispensés par des professionnels et par des enseignants-chercheurs spécialistes et reconnus dans les domaines des sciences du sport, de la performance sportive de haut-niveau, de la prévention des blessures et de la réathlétisation.



### OBJECTIF DE LA FORMATION

- Le Master Entraînement et Optimisation de la performance Sportive d'Université Côte d'Azur vise à former des professionnels de l'entraînement sportif (préparation physique, planification, analyse de la performance sportive, etc.) et de la réathlétisation, ainsi que des chercheurs en sciences du sport.



### COMPÉTENCES ACQUISES

- Évaluer et analyser les déterminants de la performance sportive
- Concevoir des programmes d'entraînement, de préparation physique et de réathlétisation
- Piloter un projet sportif au sein d'une équipe pluridisciplinaire
- Construire et diriger un projet d'optimisation de la performance
- Utiliser la démarche scientifique pour optimiser la performance



### LES + DE LA FORMATION

- Le master de référence dans le domaine de la réathlétisation
- Une formation théorique (par la recherche) et pratique
- Un vaste réseau de clubs professionnels et de centres de réathlétisation
- Des stages en milieu professionnel
- Des enseignants experts et reconnus, issus du milieu professionnel de l'entraînement sportif et de la recherche dans le domaine de la performance



### MÉTIERS VISÉS

- Entraîneur sportif
- Préparateur physique
- Réathlétiseur
- Coach personnel
- Directeur technique sportif
- Directeur et cadre de structure privé à objectif sportif
- Directeur de pôle sportif
- Manageur sportif
- Ingénieur de recherche en sciences du Sport
- Consultant auprès d'organisations sportives ou d'athlètes
- Cadre dans un service Recherche et Développement (R&D) à caractère sportif

# L'ORGANISATION

## MAQUETTE D'ENSEIGNEMENTS

### 1ER SEMESTRE

UE 1	Méthodologie de la recherche et et gestion de projet
UE 2	Approches bioénergétique et neuropsychologique de la performance et de la blessure
UE 3	Préparation physique et planification de l'entraînement 1
UE 4	Méthodologie de la réathlétisation
UE 5	Projet professionnel et de recherche

### 2ÈME SEMESTRE

UE 1	Outils d'évaluation et d'analyse des données de l'entraînement
UE 2	Approches physiologique, neurophysiologique et psychologique de la performance
UE 3	Préparation physique
UE 4	Réathlétisation
UE 5	Projet professionnel et de recherche

# L'ORGANISATION



## MAQUETTE D'ENSEIGNEMENTS

### 3ÈME SEMESTRE

UE 1	Approches physiologique, biologique et biomécanique de l'entraînement
UE 2	Approche psychologique de l'entraînement
UE 3	Préparation physique et planification de l'entraînement 2
UE 4	Méthodologie de la réathlétisation
UE 5	Maîtriser les outils de diagnostic territorial pour développer un projet sportif

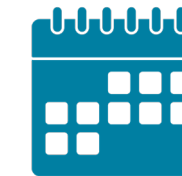
### 4ÈME SEMESTRE

UE 1	Projet professionnel et de recherche
UE 2	Outils d'évaluation et d'analyse des données de l'entraînement
UE 3	Approches physiologiques et neuromusculaires de la performance



# L'ORGANISATION

# L'ORGANISATION

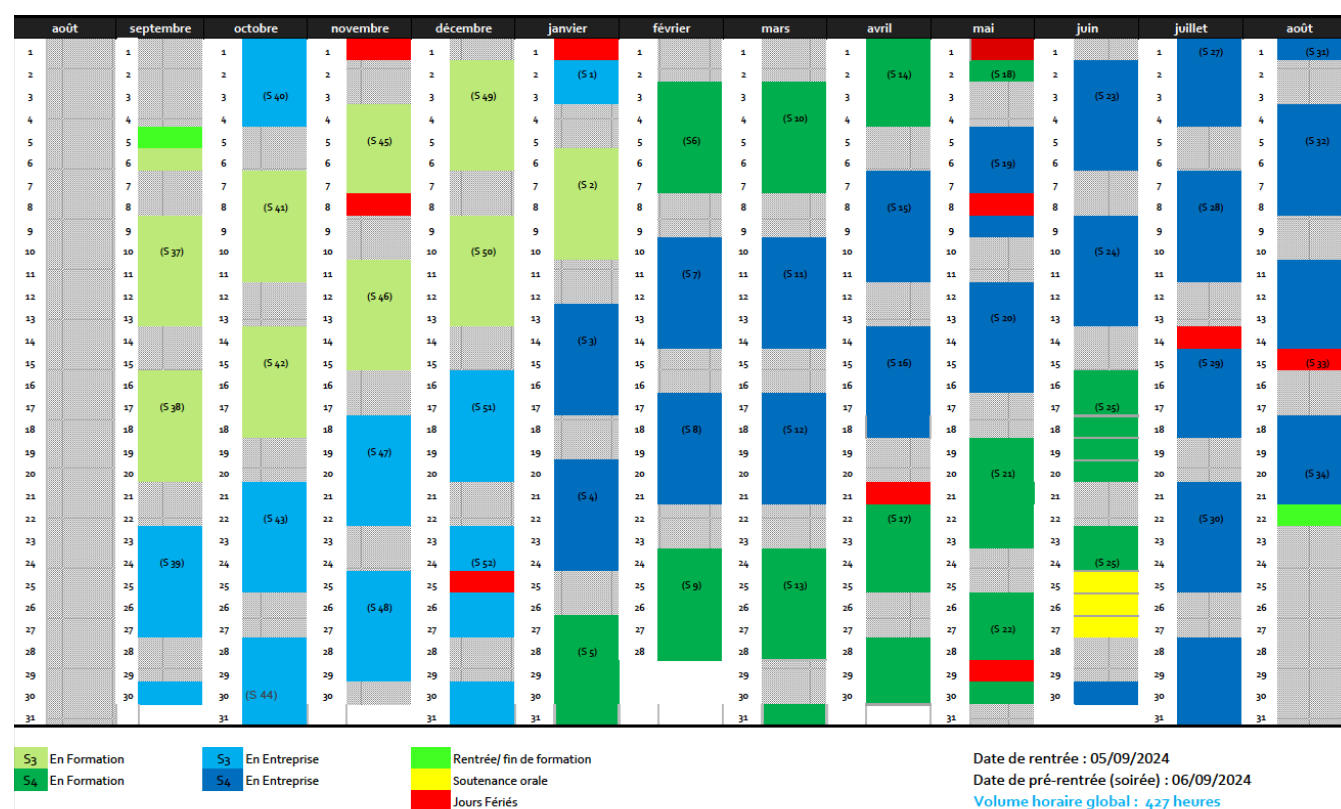


CALENDRIER PRÉVISIONNEL  
DU 05/09/2024 AU 22/08/2025

MASTER 1  
2024-25

CALENDRIER PRÉVISIONNEL  
DU 26/08/2024 AU 25/08/2025

MASTER 2  
2024-25



# L'ORGANISATION

## CALENDRIER PRÉVISIONNEL DU 25/08/2025 AU 28/08/2026

## MASTER 2 2025-26

	août	septembre	octobre	novembre	décembre	janvier	février	mars	avril	mai	juin	juillet	août
V 01	L 01 (S 36)	M 01	S 01	L 01 (S 49)	J 01	D 01	D 01	M 01	V 01	L 01 (S 23)	M 01	S 01	
S 02	M 02	J 02	D 02	M 02	V 02 (S 6)	L 02 (S 10)	J 02	S 02	M 02	M 02	J 02	D 02	
D 03	M 03	V 03	L 03 (S 45)	M 03	S 03	M 03	M 03	V 03	D 03	M 03	V 03	L 03 (S 32)	
L 04	V 04	S 04	M 04	J 04	D 04	M 04	M 04	S 04	L 04 (S 39)	J 04	S 04	M 04	
M 05	D 05	M 05	V 05 (S 2)	L 05	V 05	J 05	D 05	M 05	M 05	V 05	D 05	M 05	
M 06	S 06	L 06 (S 41)	J 06	S 06	M 06	V 06	V 06	L 06 (S 14)	M 06	S 06	L 06 (S 28)	J 06	
J 07	D 07	M 07	V 07	M 07	S 07	M 07	M 07	S 07	D 07	M 07	D 07	V 07	
V 08	L 08 (S 37)	M 08	S 08	L 08 (S 50)	J 08	D 08	D 08	M 08	V 08	L 08 (S 24)	M 08	S 08	
S 09	M 09	J 09	D 09	M 09	V 09	L 09 (S 7)	L 09 (S 11)	J 09	S 09	M 09	J 09	D 09	
D 10	M 10	V 10	L 10 (S 46)	M 10	S 10	M 10	M 10	V 10	D 10	M 10	V 10	L 10 (S 33)	
L 11	J 11	S 11	M 11	J 11	D 11	M 11	M 11	S 11	L 11 (S 20)	J 11	S 11	M 11	
M 12	V 12	D 12	M 12	V 12	L 12 (S 3)	J 12	J 12	V 12	M 12	V 12	D 12	M 12	
M 13	S 13	L 13 (S 42)	J 13	S 13	M 13	V 13	V 13	L 13 (S 16)	M 13	S 13	L 13 (S 29)	J 13	
J 14	D 14	M 14	V 14	D 14	M 14	S 14	S 14	J 14	D 14	M 14	V 14	S 14	
V 15	L 15 (S 38)	M 15	S 15	L 15 (S 51)	J 15	D 15	M 15	V 15	L 15 (S 25)	M 15	S 15	S 15	
S 16	M 16	J 16	D 16	M 16	V 16	L 16 (S 8)	L 16 (S 12)	J 16	S 16	M 16	J 16	D 16	
D 17	M 17	V 17	L 17 (S 47)	M 17	S 17	M 17	M 17	V 17	D 17	M 17	V 17	L 17 (S 34)	
L 18	J 18	S 18	M 18	J 18	D 18	M 18	M 18	S 18	L 18 (S 21)	J 18	S 18	M 18	
M 19	V 19	D 19	M 19	V 19	L 19 (S 4)	J 19	J 19	V 19	M 19	V 19	D 19	M 19	
M 20	S 20	L 20 (S 43)	J 20	S 20	M 20	V 20	V 20	L 20 (S 17)	M 20	S 20	L 20 (S 30)	J 20	
J 21	D 21	M 21	V 21	D 21	M 21	S 21	S 21	M 21	D 21	M 21	V 21	S 21	
V 22	L 22 (S 39)	M 22	S 22	L 22 (S 52)	J 22	D 22	D 22	V 22	L 22	M 22	S 22	S 22	
S 23	M 23	J 23	D 23	M 23	V 23	L 23 (S 9)	L 23 (S 13)	J 23	S 23	M 23 (S 26)	J 23	D 23	
D 24	M 24	V 24	L 24 (S 48)	M 24	S 24	M 24	M 24	V 24	D 24	M 24	V 24	L 24 (S 35)	
L 25	(S 35)	J 25	S 25	M 25	V 25	D 25	M 25	S 25	L 25 (S 19)	J 25	S 25	M 25	
M 26	V 26	D 26	M 26	V 26	L 26 (S 5)	J 26	J 26	V 26	M 26	V 26	D 26	M 26	
M 27	S 27	L 27 (S 44)	J 27	S 27	M 27	V 27	V 27	L 27 (S 18)	M 27	S 27	L 27 (S 31)	J 27	
J 28	D 28	M 28	V 28	D 28	M 28	S 28	S 28	M 28	D 28	M 28	V 28	S 28	
V 29	L 29 (S 40)	M 29	S 29	L 29 (S 1)	J 29	D 29	D 29	V 29	L 29 (S 27)	M 29	S 29	S 29	
S 30	M 30	J 30	D 30	M 30	V 30	L 30 (S 14)	L 30	S 30	M 30	J 30	D 30	M 30	
D 31	V 31	S 31		M 31	S 31		M 31	D 31	D 31	V 31	L 31		

S3 En Formation    S3 En Entreprise    ■ Rentrée/ Fin de formation  
S4 En Formation    S4 En Entreprise    ■ Soutenance orale  
■ Jours Fériés

Date de rentrée : 25/08/2024  
 Date de pré-rentrée (soirée) : 05/09/2024  
 Volume horaire global : 407 heures

# L'ORGANISATION

## L'ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

### Master 1

- Barili Remi, UniCa
- Blain Grégory, UniCa
- Blain Alexandre, Extérieur
- Bontemps Bastien, UniCa
- Charles Pierre, UniCa
- Chorin Frédéric, CHU Nice
- Clément-Guillot Clément, UniCa
- Colson Serge, UniCa
- Corcelle Baptiste, UniCa
- Corrion Karine, UniCa
- D'arripe-longueville Fabienne, UniCa
- Debras Yoan, Extérieur - Sharks Antibes
- Gerus Pauline, UniCa
- Giacomo Jean-Patrick, Extérieur - HumanKinetics
- Goda Jennifer, UniCa
- Hernandez Éric, Extérieur - BFS
- Leblanc Arthur, Extérieur - OGC Nice
- Lefauchaux Fabien, Extérieur - BFS
- Lemineur Clément, UniCa
- Long Thierry, UniCa
- Piponnier Enzo, UniCa
- Vaulerin Jérôme, Extérieur - World Monaco
- Vitetta Olivia, UniCa
- Zory Raphael, UniCa

### Master 2


- Blain Grégory, UniCa
- Blain Alexandre, Extérieur
- Bougault Valérie, UniCa
- Charles Pierre, UniCa
- Colson Serge, UniCa
- Corcelle Baptiste, UniCa
- Corrion Karine, UniCa
- D'arripe-longueville Fabienne, UniCa
- De Bressy-Lemaire Virginie, Extérieur - Psychologue
- Debras Yoan, Extérieur - Sharks Antibes
- Gerus Pauline, UniCa
- Giacomo Jean-Patrick, Extérieur - HumanKinetics
- Guillaumet Yannick, Extérieur - Kiné-Ostéopathe
- Hernandez Éric, Extérieur - BFS
- Hug François, UniCa
- Ladune Raphaëlle, UniCa
- Massiera Bernard, UniCa
- Mériaux Stéphanie, UniCa
- Piponnier Enzo, UniCa
- Roffino Sandrine, UniCa
- Vaulerin Jérôme, Extérieur - World Monaco
- Zory Raphael, UniCa

# ENGAGEMENT ET ÉVALUATION

## CHARTRE D'ENGAGEMENT DE L'ALTERNANCE

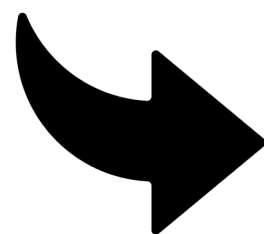
En tant qu'alternant-e, je m'engage pendant les périodes de formation à l'Université à :

- ✓ Suivre de manière assidue les enseignements du Master
- ✓ Réaliser le travail personnel et collectif demandé par les enseignants
- ✓ Participer activement aux travaux de groupe
- ✓ Assister aux conférences organisées par le Master ou l'Université
- ✓ Adopter un comportement professionnel dans mes relations avec les enseignants et dans le cadre de l'entreprise
- ✓ Répondre dans les délais impartis aux sollicitations de l'administration
- ✓ Justifier toutes mes absences (arrêt de travail) : prévenir les enseignants concernés, l'administration et mon entreprise de mon absence par e-mail et/ou courrier
- ✓ Être ponctuel aussi bien en entreprise qu'en cours, prévenir de mon retard les enseignants concernés et l'administration par e-mail

 Nous attirons votre attention sur le fait que tout redoublement du M1 entraîne la rupture du contrat d'apprentissage (plus suffisamment d'heures de formation facturable/ UE capitalisables)

## ÉVALUATION DE LA FORMATION - ÉTUDIANT

Cher-e étudiant-e,  
Pour la qualité et l'amélioration de votre formation, nous vous invitons à répondre à cette enquête en ligne !



# INFORMATIONS PRATIQUES

## LES AIDES POUR L'ALTERNANT-E

### LOGEMENT

- MOBILI JEUNE
- L'AVANCE LOCAPASS
- DISPOSITIF VISALE
- LES AIDES DE LA CAF
- LES LOGEMENTS DU CROUS
- LES FOYERS DE JEUNES TRAVAILLEURS
- AIDE À LA RECHERCHE DE LOGEMENT

### TRANSPORT

- PERMIS EN PROMO À - DE 300€
- AIDE AU PERMIS DE CONDUIRE
- LE PASS ZOU
- LA CARTE JEUNE DE LA RTM
- PARTICIPATION DE L'EMPLOYEUR AUX FRAIS DE TRANSPORT



RETROUVEZ TOUTES LES AIDES AU LOGEMENT ET AUX TRANSPORTS SUR LE SITE [WWW.FORMASUP-MED.COM](http://WWW.FORMASUP-MED.COM)

### HANDICAP

- L'ALTERNANCE AVEC UN HANDICAP, C'EST POSSIBLE ! +D'INFOS SUR LE SITE [WWW.FORMASUP-MED.COM](http://WWW.FORMASUP-MED.COM)



### LE BAPU

- LE BAPU PROPOSE DES CONSULTATIONS INDIVIDUELLES ET DES PSYCHOTHÉRAPIES AVEC DES PSYCHIATRES ET DES PSYCHOLOGUES PRISES EN CHARGE INTÉGRALEMENT PAR LES ORGANISMES DE SÉCURITÉ SOCIALE, SANS AVANCE DE FRAIS.



### LES SOINS ET L'AIDE SOCIALE À UNIVERSITÉ CÔTE D'AZUR

- LE CENTRE DE SANTÉ UNIVERSITAIRE (CSU) PROPOSE DES CONSULTATIONS AVEC DES MÉDECINS ET DES PSYCHOLOGUES AU PÔLE UNIVERSITAIRE DE SAINT JEAN D'ANGELY, SANS AVANCE DE FRAIS, ET SUR RENDEZ-VOUS EN APPELANT LE SECRÉTARIAT AU 04 89 15 14 61. LA PRISE DE RDV EST ÉGALEMENT POSSIBLE SUR DOCTOLIB EN TAPANT : «CENTRE DE SANTÉ UNIVERSITAIRE-UNIVERSITÉ CÔTE D'AZUR»



- AUTRES SERVICES D'UNICA : CONSEILLÈRE D'ORIENTATION, ASSISTANTE SOCIALE, CELLULE VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES, LA MISSION HANDICAP



### RÉGION SUD

- AIDES SPÉCIFIQUES DE LA RÉGION SUD SUR [WWW.MAREGIONSUD.FR](http://WWW.MAREGIONSUD.FR)





# CONTACTS UTILES

## TOUS LES CONTACTS POUR L'ALTERNANT·E

### UNIVERSITÉ COTE D'AZUR

EUR RATTACHÉE : ÉCOLE UNIVERSITAIRE DE RECHERCHE  
ÉCOSYSTÈMES DES SCIENCES DE LA SANTÉ

ADRESSE : CAMPUS PLAINE DU VAR SITE STAPS  
261 BD DU MERCANTOUR - 06205 NICE

TÉLÉPHONE : 04 89 15 39 01

### RÉFÉRENT RELATION ENTREPRISE

AMEL HOUNOUNOU  
EMAIL : [EUR-HEALTHY.ALTERNANCE@UNIV-COTEDAZUR.FR](mailto:EUR-HEALTHY.ALTERNANCE@UNIV-COTEDAZUR.FR)  
TÉLÉPHONE : 06 21 61 61 72

### RESPONSABLE(S) DE LA FORMATION

PAULINE GERUS  
EMAIL : [PAULINE.GERUS@UNIV-COTEDAZUR.FR](mailto:PAULINE.GERUS@UNIV-COTEDAZUR.FR)  
ENZO PIPONNIER  
EMAIL : [ENZO.PIPONNIER@UNIV-COTEDAZUR.FR](mailto:ENZO.PIPONNIER@UNIV-COTEDAZUR.FR)

### RÉFÉRENTE SCOLARITÉ

ISABELLE BOUILLET  
EMAIL : [ISABELLE.BOUILLET@UNIV-COTEDAZUR.FR](mailto:ISABELLE.BOUILLET@UNIV-COTEDAZUR.FR)  
TÉLÉPHONE : 04 89 15 39 12

### FORMASUP PACA

ADRESSE : 26 RUE SAINTE BARBE  
CS 20387 - 13205 MARSEILLE CEDEX 01  
EMAIL : [CONTACT@CFA-EPURE.COM](mailto:CONTACT@CFA-EPURE.COM)  
TÉLÉPHONE : 04 91 14 04 50

## ÉCOLE UNIVERSITAIRE DE RECHERCHE ÉCOSYSTÈMES DES SCIENCES DE LA SANTÉ

STAPS CAMPUS PLAINE DU VAR  
261, BD DU MERCANTOUR  
06205 NICE  
04 89 15 39 01

### L'ACTUALITÉ DE L'EUR HEALTHY



UNIVERSITÉ CÔTE D'AZUR | ÉCOLE UNIVERSITAIRE DE RECHERCHE  
ÉCOSYSTÈMES DES SCIENCES DE LA SANTÉ