

Fiche Maquette Master : STAPS Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive

1ère année de Master
2ème année de Master

Commune
 Commune

Parcours : Préparation Physique et Réathlétisation
 Parcours : Préparation Physique et Réathlétisation

| PMS1PPR - S1 M1 EOPS - Préparation | UE DISCIPLINAIRES | Nombre à choisir par l'étudiant ECTS (3 ou 6 obligatoire) | Intitulé des matières (Eléments constitutifs d'UE – ECUE) | Coeff. des ECUE | Heures CM | Heures TD | Heures TP | Capitalisable (O/N) | Mutualisée ? (précisez avec quelle formation) |
|---------------------------------------|--|---|--|--------------------|-----------|-----------|-----------|------------------------|--|
| | | | | | | | | | |
| PMUE100 | UE 1 Méthodologie de l'entraînement | 6 | | | | | | O | Non |
| PMEE100 | | | Mesure et recueil des données de l'entraînement | | 4 | 6 | | | |
| PMEE101 | | | Organisation, gestion et visualisation d'une base de données de l'entraînement | | 8 | 16 | | N | |
| PMEE102 | | | Informatique avancée et traitement de données 1 | | 4 | 12 | | N | |
| PMUE101 | UE2 Approches bioénergétique et neuropsychologique de la performance et de la blessure | 3 | | | | | | O | Non |
| -PMEE103 | | | Bioénergétique de la performance | | 8 | 2 | | N | Non |
| PMEE104 | | | Neurosciences | | 8 | 2 | | N | Non |
| PMEE105 | | | Déterminants psychologiques de la blessure chez le sportif | | 8 | 2 | | N | Non |
| PMUE102 | UE3 Préparation physique et planification de l'entraînement 1 | 6 | | | | | | O | Non |
| PMEE106 | | | Préparation physique : Force 1 | | 2 | 8 | | N | Non |
| PMEE107 | | | Préparation physique intégrée : sports collectifs | | 4 | 12 | | N | Non |
| PMEE108 | | | Quantification et planification de la charge d'entraînement | | 4 | 12 | | N | Non |
| PMEE109 | | | Apprentissage moteur | | 2 | 6 | | N | Non |
| PMUE103 | UE4 Méthodologie de la réathlétisation | 6 | | | | | | O | Non |
| PMEE110 | | | Bases théoriques et pratiques de la réathlétisation | | 10 | 14 | | N | Non |
| -PMEE111 | | | Anatomie fonctionnelle et traumatologie articulaire | | 5 | 20 | | N | Non |
| PMUE104 | UE5 Projet professionnel et de recherche | 9 | | | | | | O | Non |
| -PMEE112 | | | Préparation au Stage | | 4 | 16 | | N | Non |
| -PMEE113 | | | Anglais scientifique | | | 20 | | N | Non |

106,5

148

254,5

Fiche Maquette Master : STAPS Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive

1ère année de Master
2ème année de Master

Commune
 Commune

Parcours : Préparation Physique et Réathlétisation
 Parcours : Préparation Physique et Réathlétisation

| PMS2PPR - S2 M1 EOPS - Préparation physique réathlétisation | UE DISCIPLINAIRES | Nombre à choisir par l'étudiant | | Coeff. des ECUE | Heures CM | Heures TD | Heures TP | Capitalisable (O/N) | Mutualisée ? (précisez avec quelle formation) |
|---|--|---------------------------------|---|-----------------|-----------|-----------|-----------|---------------------|---|
| | Intitulé UE (précisez si obligatoire) / PARCOURS | ECTS (3 ou 6 obligatoire) | Intitulé des matières (Eléments constitutifs d'UE – ECUE) | | | | | | |
| PMUE200 | UE16 Outils d'évaluation et d'analyse des données de l'entraînement | 6 | | | | | | O | Non |
| PMEE200 | | | Méthodologie de l'évaluation | | 8 | 12 | | N | Non |
| PMEE201 | | | Statistiques | | 4 | 16 | | N | Non |
| PMEE202 | | | Evaluation et suivi du sportif : outils quantitatifs | | 2 | 8 | | N | Non |
| PMEE203 | | | Interprétation des données de l'entraînement | | 4 | 12 | | N | Non |
| PMUE201 | UE7 Approches physiologique, neurophysiologique et psychologique de la performance | 3 | | | | | | O | Non |
| PMEE204 | | | Physiologie cardiorespiratoire | | 4 | 6 | | N | Non |
| PMEE205 | | | Déterminants neuromusculaires de la performance | | 4 | 6 | | N | Non |
| PMEE206 | | | Déterminants psychologiques de la performance sportive | | 4 | 10 | | N | Non |
| PMUE202 | UE8 Préparation physique | 6 | | | | | | O | Non |
| PMEE207 | | | Préparation physique : Aérobic 1 | | 2 | 8 | | N | Non |
| PMEE208 | | | Prescription de la préparation physique dans le cadre de l'entraînement | | 8 | 12 | | N | Non |
| PMEE209 | | | Conduite de séance | | 2 | 6 | | N | Non |
| PMUE203 | UE9 Réathlétisation | 3 | | | | | | O | Non |
| PMEE210 | | | Conception et conduite de séance de réathlétisation | | 4 | 16 | | N | Non |
| PMEE211 | | | Prévention de la blessure | | 4 | 6 | | N | Non |
| PMUE204 | UE10 Projet professionnel et de recherche | 12 | | | | | | O | Partiellement |
| PMEE212 | | | Préparation au Stage | | 4 | 16 | | N | Non |
| PMEE212 | | | Ethique * | | 14 | 6 | | N | Master Activités Physiques Adaptées et Santé |

* Ethique et intégrité scientifique pour le Master APAS

30

102

140

242

Fiche Maquette Master : STAPS Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive

1ère année de Master
2ème année de Master

Commune
 Commune

Parcours : Préparation Physique et Réathlétisation
 Parcours : Préparation Physique et Réathlétisation

PMS3PPR S3 M2 EOPS - Préparation physique réathlétisation

| UE DISCIPLINAIRES | Nombre à choisir par l'étudiant | | | | | | | |
|--|---------------------------------|--|-----------------|-----------|-----------|-----------|---------------------|---|
| Intitulé UE (précisez si obligatoire) / PARCOURS | ECTS (3 ou 6 obligatoire) | Intitulé des matières (Eléments constitutifs d'UE – ECUE) | Coeff. des ECUE | Heures CM | Heures TD | Heures TP | Capitalisable (O/N) | Mutualisée ? (précisez avec quelle formation) |
| PMUE300 | | UE11 Approches physiologique, biologique et biomécanique de l'entraînement | 3 | | | | O | Non |
| PMEE300 | | Bioénergétique de la performance | | 2 | 4 | | N | Non |
| PMEE301 | | Dietétique du sportif | | 4 | 6 | | N | Non |
| PMEE302 | | Plasticité musculaire | | 2 | 4 | | N | Non |
| PMEE303 | | Déterminants neurophysiologiques de la contraction musculaire | | 4 | 6 | | N | Non |
| PMEE304 | | Analyse du mouvement et biomécanique | | 8 | 12 | | N | Non |
| PMUE301 | | UE12 Approche psychologique de l'entraînement | 3 | | | | O | Non |
| PMEE305 | | Préparation psychologique à la performance | | 6 | 12 | | N | Non |
| PMEE306 | | Prise en charge de l'athlète blessé : études de cas psychologiques | | 4 | 8 | | N | Non |
| PMUE302 | | UE13 Préparation physique et planification de l'entraînement 2 | 6 | | | | O | Non |
| PMEE307 | | Préparation physique : Force 2 | | 2 | 4 | | N | Non |
| PMEE308 | | Préparation physique : Vitesse | | 2 | 8 | | N | Non |
| PMEE309 | | Profils Force-Vitesse-Puissance et Performance | | 4 | 20 | | N | Non |
| PMEE310 | | Outil d'évaluations de la charge d'entraînement | | 2 | 6 | | N | Non |
| PMEE311 | | Quantification et planification de la charge d'entraînement | | 2 | 4 | | N | Non |
| PMUE303 | | UE14 Méthodologie de la réathlétisation | 6 | | | | O | Non |
| PMEE312 | | Planification de la réathlétisation | | 6 | 24 | | N | Non |
| PMEE313 | | Plasticité tendineuse et ses limites | | 3 | 12 | | N | Non |
| PMEE314 | | Anatomie du geste sportif | | 2 | 8 | | N | Non |
| PMUE304 | | UE15 Projet professionnel et de recherche | 12 | | | | O | Non |
| PMEE315 | | Préparation au stage 3 - Pré-mémoire | | 2 | 8 | | N | Non |

82,5

146

228,5

Fiche Maquette Master : STAPS Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive

1ère année de Master
2ème année de Master

Commune
 Commune

Parcours : Préparation Physique et Réathlétisation
 Parcours : Préparation Physique et Réathlétisation

| UE DISCIPLINAIRES | Nombre à choisir par l'étudiant | | Coeff. des ECUE | Heures CM | Heures TD | Heures TP | Capitalisable (O/N) | Mutualisée ?(précisez avec quelle formation) |
|---|--|---|-----------------|-----------|-----------|-----------|---------------------|--|
| | ECTS (3 ou 6 obligatoire) | Intitulé des matières (Eléments constitutifs d'UE – ECUE) | | | | | | |
| PM54PPR S4 M2 EOPS - Préparation physique réathlétisation | | | | | | | | |
| PMUE400 | UE16 Outils d'évaluation et d'analyse des données de l'entraînement | 3 | | | | | O | Non |
| PMEE400 | | | | 2 | 8 | | N | Non |
| PMEE401 | | | | 4 | 16 | | N | Non |
| PMUE401 | UE17 Approches physiologiques et neuromusculaires de la performance | 3 | | | | | O | Non |
| PMEE402 | | | | 4 | 6 | | N | Non |
| PMEE403 | | | | 4 | 6 | | N | Non |
| PMEE404 | | | | 8 | 12 | | N | Non |
| PMEE405 | | | | 4 | 6 | | N | Non |
| PMUE402 | UE18 Préparations physique et psychologique | 3 | | | | | O | Non |
| PMEE406 | | | | 2 | 4 | | N | Non |
| PMEE407 | | | | 4 | 4 | | N | Non |
| PMEE408 | | | | 4 | 6 | | N | Non |
| PMEE409 | | | | 4 | 6 | | N | Non |
| PMEE410 | | | | 2 | 10 | | N | Non |
| PMUE403 | UE19 Méthodologie de la réathlétisation et de la prévention de la blessure | 3 | | | | | O | Non |
| PMEE411 | | | | 6 | 14 | | N | Non |
| PMEE412 | | | | 4 | 6 | | N | Non |
| PMEE413 | | | | 4 | 6 | | N | Non |
| PMEE414 | | | | 8 | 12 | | N | Non |
| PMUE415 | | | | 4 | 6 | | N | Non |
| PMUE404 | UE20 Projet professionnel et de recherche | 18 | | | | | O | |
| PMEE415 | | | | 2 | 8 | | N | Non |

105

136

241