

## > Admission

- > Le nombre de places étant limité, l'accès au Master se fait sur dossier, et l'admission en Master 1 est soumise à candidature en ligne
- > Dates limites de dépôt de candidature et inscription

### > Pré-requis :

#### Diplôme ouvert à la Formation initiale

- > Niveau Licence pour le M1
- > Niveau Master 1 pour le M2

#### Diplôme ouvert à la Formation continue

- > Contacter le service de la formation continue pour toute information et obtenir les tarifs
  - > [fcrc@univ-cotedazur.fr](mailto:fcrc@univ-cotedazur.fr)
  - > Site Web FC



## > Poursuite d'études

- > Doctorat en Sciences du Mouvement Humain, et Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives

## > Public cible

- > Licence 3 EOPS

## > Perspectives d'emploi

Codes ROME : G1204 «Éducation e en activités spotives» et L1401 «Sportif professionnel».

- ✔ 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

## > Taux de réussite, de satisfaction et d'insertion

- > Contacter la-le responsable de formation via son email
- > Le taux d'insertion professionnelle est consultable sur le site de l'Observatoire de la Vie Étudiante (OVE)

## > Adossement à la recherche

Laboratoire LAMHESS



## > Accessibilité de la formation

Accessibilité handicap



## > Plus d'informations



MAJ - Mai 2022

# Master STAPS

## ENTRAÎNEMENT ET OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE SPORTIVE



Pauline GÉRUS  
Responsable de formation

[Pauline.GERUS@univ-cotedazur.fr](mailto:Pauline.GERUS@univ-cotedazur.fr)



Campus STAPS, Sciences du Sport  
Service Scolarité

[eur-healthy.scolarite-STAPS@univ-cotedazur.fr](mailto:eur-healthy.scolarite-STAPS@univ-cotedazur.fr)  
261, boulevard du Mercantour - 06205 Nice

### > Présentation

#### › Objectifs 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. 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.

Vidéo



### > Organisation de la formation

#### ▶ MASTER 1

##### Semestre 1

5 UE
UE 1 - MÉTHODOLOGIE DE LA RECHERCHE 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

##### Semestre 2

5 UE
UE 6 - OUTILS D'ÉVALUATION ET D'ANALYSE DES DONNÉES DE L'ENTRAÎNEMENT UE 7 - APPROCHES PHYSIOLOGIQUE, NEUROPHYSIOLOGIQUE ET PSYCHOLOGIQUE DE LA PERFORMANCE UE 8 - PRÉPARATION PHYSIQUE UE 9 - RÉATHLÉTISATION UE 10 - PROJET PROFESSIONNEL ET DE RECHERCHE

#### ▶ MASTER 2

##### Semestre 3

5 UE
UE 11 - APPROCHES PHYSIOLOGIQUE, BIOLOGIQUE ET BIOMÉCANIQUE DE L'ENTRAÎNEMENT UE 12 - APPROCHE PSYCHOLOGIQUE DE L'ENTRAÎNEMENT UE 13 - PRÉPARATION PHYSIQUE ET PLANIFICATION DE L'ENTRAÎNEMENT 2 UE 14 - MÉTHODOLOGIE DE LA RÉATHLÉTISATION UE 15 - PROJET PROFESSIONNEL ET DE RECHERCHE

##### Semestre 4

5 UE
UE 16 - OUTILS D'ÉVALUATION ET D'ANALYSE DES DONNÉES DE L'ENTRAÎNEMENT UE 17 - APPROCHES PHYSIOLOGIQUES ET NEUROMUSCULAIRES DE LA PERFORMANCE UE 18 - PRÉPARATIONS PHYSIQUE ET PSYCHOLOGIQUE UE 19 - MÉTHODOLOGIE DE LA RÉATHLÉTISATION ET DE LA PRÉVENTION DE LA BLESSURE UE 20 - PROJET PROFESSIONNEL ET DE RECHERCHE

- › Formation dispensée en français
- › Possibilité de valider un ou des blocs de compétences : NON
- › Modalités de Contrôle des Connaissances



### > Alternance

Ce master se prépare en alternance dans le cadre d'un contrat d'apprentissage ou d'un contrat de professionnalisation.

- › Sur 1 an ou 2 ans selon l'année d'inscription (M1 ou M2)
- › Sur le rythme de 2 semaines à l'université et 2 semaines en entreprise
- › La formation est rémunérée en apprentissage
- › Elle permet l'acquisition d'une expérience professionnelle valorisable sur son CV
- › Les compétences théoriques sont acquises sur l'ensemble des semestres (966 heures)
- › Les compétences pratiques sont apportées par un stage obligatoire d'une durée minimale de 12 semaines en semestre 4, entre janvier et mai

INFORMATIONS sur [eur-healthy.alternance@univ-cotedazur.com](mailto:eur-healthy.alternance@univ-cotedazur.com)

Rythme alternance :  
2 semaines à l'université  
2 semaines en entreprise

### > Les plus 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

### > Compétences acquises

- + Evaluer 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

DURÉE DE LA FORMATION

966 heures  
+ stage obligatoire de 350h

CAPACITÉ D'ACCUEIL

30 étudiants

TARIF

243 euros

ÉQUIVALENCE

BAC<sup>+5</sup>