Master Entraînement et optimisation de la performance sportive - Parcours : Physiologie de l'entraînement, l'optimisation de la performance sportive et de la nutrition

SCIENCES, TECHNOLOGIES, SANTÉ

Présentation

Ce Master est indifférencié, la valence « Professionnelle » ou « Recherche » du diplôme est déterminée par le choix des stages.

Intervenants :

Enseignants-chercheurs ou chercheurs intervenant dans leur domaine de compétence, notamment pour les enseignements scientifiques au cœur de la formation : Valentin Begel (MCF, URP 3625, Université Paris Cité), Florian Britto (MCF-HDR, INSERM U1016, Université Paris Cité), Pr. Christophe Chanoine (INSERM U1124, Université Paris Cité), Pr. Frédéric Charbonnier (INSERM U1124, Université Paris Cité), Pr. François Desgorces (URP 7329, Université de Reims), Pr. Gilles Dietrich (URP 3625, Université Paris Cité), Pr. Arnaud Ferry (INSERM UMRS 974, Université Paris Cité), Jérôme Koral (MCF, EA 7370, INSEP), Thierry Launay (MCF-HDR, INSERM U1016, Université Paris Cité), Christine Le Page (MCF, URP 3625, Université Paris Cité), Pr. Irène Margaritis (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail), Pr. Philippe Noirez (UMR-S1124, URP 7329, Université de Reims), Pr. Alexandra Roren (Service de Rééducation et de Réadaptation de l'Appareil Locomoteur et des Pathologies du Rachis, Université Paris Cité), Jean Slawinski (MCF-HDR, EA 7370, INSEP), Damien Vitiello (MCF-HDR, URP 3625, Université Paris Cité)...

Professionnels et autres personnels venant compléter l'équipe pédagogique, notamment: Julien Louis, Mario Danial, Robin Prevost, Philippe Renaud (Université Paris Cité)...

OBJECTIFS

-Amener les étudiants à avoir une bonne compréhension des facteurs limitant la performance physique et sportive chez l'homme, des réponses des grands systèmes physiologiques à l'exercice et des processus impliqués dans les adaptations à l'entraînement physique ou sportif.

-Amener les étudiants à avoir une bonne compréhension de la nutrition humaine en relation avec l'activité physique et sportive.

-Acquérir une bonne connaissance des techniques et savoir-faire dans le domaine de l'entraînement physique, de la préparation physique, de la nutrition appliquée à l'exercice, de la réhabilitation physique du sportif ;

-Prévenir les étudiants des risques liés à la pratique sportive (physiopathologie de l'effort, de la traumatologie du sport) et des méfaits du dopage ; ceci grâce à un large spectre de connaissances dans le domaine des sciences de la vie et de la santé et des mises en stages appropriées.

COMPÉTENCES VISÉES

-Le diplômé dispose d'une triple compétence, scientifique, technique et professionnelle, lui permettant d'assurer en tant que responsable stratégique et opérationnel, la conception,

Informations non contractuelles. Les formations sont proposées sous réserve d'accréditation ministrielle délivrée tous les 5 ans.
Dernière mise à jour le 05 février 2025

le pilotage et l'expertise de programmes d'entraînement physique et sportif, de re-athlétisation du sportif.

En effet, le diplômé acquiert des compétences en sciences de la vie dans les champs de l'entraînement sportif, du réentrainement sportif et de la préparation physique, en développant une expertise sur :

-Les facteurs biologiques, nutritionnels et environnementaux de la performance physique et sportive et le rôle bénéfique de l'activité physique chez le sujet sain et le sportif.

-Les techniques et savoir-faire dans les domaines de l'entraînement, du réentraînement sportif et de la préparation physique.

-Les contraintes de la démarche scientifique (méthodologie en termes de recherche d'informations, d'analyse critique de la littérature scientifique, de formulations d'hypothèses… et des techniques de valorisation et de vulgarisation des données scientifiques), les freins à la réintégration professionnelle des savoirs, et les caractéristiques de l'anglais scientifique et professionnel dans le domaine du sport et de l'activité physique ainsi que de la nutrition et de la santé.

Programme

STAGE

Stage : Obligatoire

Durée du stage : 100h minimum en M1 et 200h minimum en M2

Stages et projets tutorés :
Au sein d'un laboratoire de recherche labellisé ou d'une structure professionnelle reconnue dans le domaine.

Admission

Étudiants issus de Licence STAPS Entraînement sportif avec de très solides connaissances en sciences de la vie et de la santé, Licence Science du Vivant et de la Santé avec un intérêt et expérience marqués dans le domaine de l'activité physique et sportive ou de la nutrition. Professionnels titulaires de formations bac+3 ans, montrant un intérêt et une expérience certains dans le domaine de l'activité physique et sportive ou de la nutrition.

La formation est destinée à des étudiants désireux de consacrer une part importante aux aspects cellulaires et moléculaires de la physiologie de l'exercice, de l'entraînement, musculaire et de la nutrition afin de pouvoir en comprendre les mécanismes.

Droits de scolarité :
Toute inscription à un diplôme national implique le paiement des droits de scolarités fixés annuellement par le ministère, et des frais de formation continue selon le profil. Retrouver tous les tarifs spécifiques au public en formation continue en cliquant ici

Date de début de candidature : 1 mars 2022

Date de fin de candidature : 15 avr. 2022

Et après ?

POURSUITES D'ÉTUDES

Doctorat

TAUX DE RÉUSSITE

62,5 %

Taux de réussite sur l'année de diplomation 2020-2021 (nombre d'admis par rapport au nombre d'inscrits administratifs)

DÉBOUCHÉS PROFESSIONNELS

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Informations non contractuelles. Les formations sont proposées sous réserve d'accréditation ministrielle délivrée tous les 5 ans.
Dernière mise à jour le 05 février 2025

Les débouchés possibles sont les suivants :

- Encadrement du sport et de la remise en forme ;

- Entraineur sportif (voir remarque 1).

- Préparateur physique;

- Coaching personnalisé en free-lance (micro-entreprise) dans le domaine de la préparation à la performance ou la remise en forme, par l'exercice et la nutrition.

- Analyste de la performance;

- Encadrement de la réathlétisation

- Éducateur physique dans le domaine de la santé, pour les sujets sains n'ayant pas de deficit fonctionnel marqué ;

-Evaluateur de la condition physique au sein d'une équipe pluridisciplinaire dans le domaine de la santé;

-Formateur de cadres du sport et des métiers de la forme;

-Chargés de Recherche et Développement dans l'industrie agro-alimentaire pour produits en direction du monde du sport;

- « Ingénieur » chargé de la vieille technologique et du conseil dans le domaine de l'entraînement physique et de la nutrition ;

- Carrière universitaire d'enseignant-chercheur ou de chercheur.

Remarque 1: Le diplôme de master EOPS, à lui seul, ne permet pas d'exercer en tant qu'éducateur sportif et d'obtenir la carte professionnelle (voir: https://eaps.sports.gouv.fr/). Pour cela, la licence STAPS ou un diplôme "sportif" (non délivré par le Ministère de l'Enseignement Supérieur), par exemple, est nécessaire.

Remarque 2: Le diplôme de master EOPS, à lui seul, ne permet pas d'exercer en tant que diététicien. Pour cela, un BTS diététique ou BUT Diététique et Nutrition, par exemple, est nécessaire.

Contacts

Responsable du diplôme

Arnaud Ferry
arnaud.ferry@u-paris.fr

En bref

Composante(s)

UFR STAPS

Niveau d'études visé

BAC +5 (niveau 7)

ECTS

120

Modalité(s) de formation

- Formation initiale
- Formation continue

Validation des Acquis de l'Expérience

Oui

Langue(s) des enseignements

- Français

Lieu de formation

Site Lacretelle

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation

Informations non contractuelles. Les formations sont proposées sous réserve d'accréditation ministrielle délivrée tous les 5 ans.
Dernière mise à jour le 05 février 2025