

<http://www.univ-fcomte.fr>

Unité de Promotion, de Formation et de Recherche des Sports

Chemin de l'épithaphe
25030 Besançon cedex
France

<http://u-sports.univ-fcomte.fr>

Lieu de formation : Besançon, Dijon

Points ECTS : 120

Niveau de diplôme validé à la sortie :
Bac+5

Durée de la formation :

Volume horaire global : 850

Forme de l'enseignement : Hybride

Formation : Initiale, Continue, En alternance (Par apprentissage, contrat pro)

Contact : Aurélie VUILLEMIN

scolarite-master-eops@univ-fcomte.fr

03.81.66.61.40

INFORMATIONS

Maison des étudiants
36A avenue de l'Observatoire
25030 Besançon cedex

■ formation initiale

Orientation stage emploi
tél. 03 81 66 50 65
ose@univ-fcomte.fr

■ formation continue

tél. 03 81 66 61 21
form-cont@univ-fcomte.fr

■ Centre de Formation d'Apprentis de l'enseignement supérieur de Franche-Comté

<http://www.cfasup-fc.com>

Master STAPS : entraînement et optimisation de la performance sportive

Dénomination officielle : Master STAPS : entraînement et optimisation de la performance sportive

Domaine de formation : Sciences et techniques des activités physiques et sportives

■ Présentation

Le master STAPS EOPS parcours IES de Besançon forme des spécialistes de l'optimisation de la performance et de l'encadrement du sportif amateur comme professionnel (préparation physique et mentale, récupération, gestion de la fatigue, etc.). Le master EOPS de Besançon fournit des compétences de terrain solides, mais également des connaissances scientifiques pointues. A ceci s'ajoute des compétences de management et d'ingénierie. Concernant ce dernier point, le master EOPS de Besançon est particulièrement dédié à la maîtrise et au développement d'outils et de méthodes de mesure de la performance.

Le master est constitué des 2 années de formation, constituée chacune de 10 unités d'enseignement (5 par semestre). Les cours comme les stages se déroulent sur l'ensemble de l'année (septembre-mai). Les cours ont lieu une semaine sur deux, et se terminent à 16h. Les semaines banalisées servent au le travail personnel de l'étudiant, la réalisation des projets tuteurés et des stages. Les enseignements ont lieu à l'UPFR des Sports (31 chemin de l'Épithaphe), au Complexe d'Optimisation de la Performance Sportive (Rue Montarmot) et sur la plateforme de recherches biomédicales Exercice Performance Santé Innovation située au sein de l'UFR SMP (Hauts du Chazal).

Ce master peut s'effectuer en alternance (Contrat de Professionnalisation ou contrat d'apprentissage).

■ Objectifs

Le Titulaire d'un Master 2 STAPS Entraînement et Optimisation de la performance sportive dispose d'une triple compétence, scientifique, professionnelle et sportive lui permettant d'assurer la conception, le pilotage et l'expertise de programmes d'intervention. Il exerce des fonctions de responsable stratégique et opérationnel dans des organisations dont la vocation est l'optimisation de la performance motrice par les activités physiques et ou sportives dont il a en charge la responsabilité. Il développe les compétences professionnelles suivantes :

- Le professionnel a pour vocation à partir d'une approche scientifique et culturelle d'analyser dans leur contexte :
 - L'activité des pratiquants dont il a la charge : sportifs de tout niveau (du non expert à l'expert) et de tout âge (de l'enfant aux seniors) valides ou handicapés.
 - L'activité des intervenants qu'il coordonne dans l'entraînement, la préparation physique et mentale, le coaching, ...
 - Les pratiques motrices telles que les disciplines sportives fédérales et les activités physiques et techniques support de la préparation physique et mentale
 - L'activité et l'organisation des autres pratiquants : adversaires, athlètes étrangers, ...
 - Dans un cadre réglementaire juridique, déontologique comptable et financier, il conçoit, organise, pilote, évalue, conseille et supervise :
 - Les types, les formes et les modalités de pratiques
 - Les programmes d'intervention (planification et programmation d'entraînement et de réentraînement)
 - Les équipes d'intervention (entraîneur, préparateurs physique et mental, médecin, kinésithérapeute, ...)
 - L'environnement de l'athlète
 - Il développe et optimise à partir de connaissances scientifiques, technologiques, managériales :
 - Les compétences des intervenants (programme d'entraînement, planification, séances, évaluation, détection, recrutement, coordination, motivation, cohésion, ...)
 - Les compétences des pratiquants se traduisant par une amélioration de la performance. Dans ce cadre, les pré requis du face à face pédagogique doivent être validés préalablement.
 - Il maîtrise et développe les outils d'évaluation de la performance nécessaires, au suivi des athlètes, à la planification de l'entraînement, à la gestion de carrière.
 - Il participe au développement d'une politique sportive en relation avec ses dirigeants élus ou professionnels, par la définition des orientations stratégiques et par la fixation des objectifs ;
 - Il synthétise les résultats de son action et de celles des intervenants. Il veille à l'atteinte des résultats par des procédures d'évaluation, de régulations et opère éventuellement des changements d'orientation;
 - Il définit les stratégies de communication relatives à la politique sportive et au projet de l'organisation à laquelle il appartient. Il conçoit des rassemblements, manifestations, événements, produits et services sportifs.
 - Il est capable de créer, développer et gérer une structure d'entraînement publique (pôle) ou privée (centre de formation, ...)
 - Il organise les évaluations du geste sportif, du sportif et du matériel sportif, il en synthétise les résultats pour les rendre exploitable par l'ensemble des membres du staff technique ou administratif (entraîneur, kinésithérapeute, médecin, coach, manager, dirigeant) et ou des partenaires (sponsor, presse, fabricants de matériel sportif, équipementiers etc...).

■ Compétences

Maîtrise des compétences en entraînement :

- Connaissances techniques et scientifiques de l'entraînement,
- Méthodologie de l'entraînement, planification et contrôle de programmes d'entraînement,
- Contrôle et évaluation des qualités physiques et mentales de l'athlète, tests de performance physique et mentale, (questionnaires, entretiens, échelles de perception,...),
- Instrumentation : évaluation du sportif (variables physiologiques et biomécaniques) et du geste sportif (vidéo, analyse cinétique et cinématique...)
- Suivi médical, traumatologie, nutrition, dopage,
- Didactique de l'entraînement, connaissances des méthodes.

Maîtrise des compétences managériales :

- Management et gestion des ressources humaines,
- Gestion comptable,
- Droit du sport (législation et réglementation étatique spécifique et générale, nationale et internationale) et règlements fédéraux (nationaux et internationaux),
- Méthodes et outils du marketing et de la communication,
- Modèle des organisations sportives et de leur gouvernance,
- Gestion des ressources humaines,
- Création d'entreprise, conception et développement de projets.

Maîtrise des compétences en ingénierie du sport :

- Connaissances techniques et scientifiques de l'entraînement,
- Conception des programmes et des méthodes d'entraînement spécifique
- Utilisation et développement des outils d'évaluation du geste sportif, des sportifs et des matériels sportifs
- Assistance scientifique et technique de l'entraînement
- Développement des outils et des méthodes de suivi de l'athlète et de prévention des effets pervers de l'entraînement

Maîtrise des compétences transversales :

Epistémologie, méthodologie de la recherche et statistiques appliquées

Langages : Anglais, vidéo et TIC

Compétences externalisées :

Stages et mémoires professionnels

■ Prérequis

Dossier [avec 1) copie du dossier universitaire du candidat (depuis la L1); 2) Dossier de 10 pages maximum (Police Calibri 11, interligne 1,5, marges 2,5 cm) présentant a) CV et lettre de motivation (2 pages); b) le projet professionnel du candidat (1 page); c) le lien entre le projet professionnel et le contenu de formation du master EOPS parcours IES et le lien avec le sport de haut niveau et Mention du fait que le candidat postule ou non dans d'autres masters et d'une expérience à l'international (échange ERASMUS, stage avec des équipes sportives à l'étranger etc) (1 page); d) les thèmes de travail (professionnel ou recherche) que l'étudiant souhaite développer dans le cadre de ses stages, avec précisions sur les structures d'accueil et les encadrants (1 page); e) le parcours sportif, les activités en matière d'entraînement, l'investissement dans une structure à vocation sportive (2 pages); f) Note de synthèse en 2 pages reprenant les précisions ci-dessus; g) Justificatifs des possibles formations complémentaires : brevets fédéraux, BP, DE, diplôme/formation concernant des outils utilisés dans le domaine de l'entraînement sportif (vidéo...), Diplôme Universitaire, score à des tests de langue étrangère en particulier l'anglais (score CECRL, TOEIC, DCL, BULATS, etc....) | entretien si nécessaire

■ Modalités particulières d'admission

Les formations (M1 et M2) disposent de capacités d'accueil limitées. Master 1 : l'admission est de fait pour les candidats diplômés d'une licence dans le domaine STAPS, dans la mesure où la capacité d'accueil n'est pas atteinte. Master 2 : les candidats doivent être titulaires d'un master 1 ou de tout titre admis en équivalence. Consultez la rubrique Demande d'admission et d'inscription sur le site de l'Université de Franche-Comté.

■ Formalités d'inscription

Master 1 et 2 : Candidature via une application sur le site de l'Université de Franche Comté. Les dossiers de candidature font l'objet d'un examen et d'un classement par une commission d'admission. Consultez la rubrique Demande d'admission et d'inscription sur le site de l'Université de Franche-Comté.

■ Internationalisation

L'Internationalisation est un des points forts du master STAPS EOPS. Cela passe par la maîtrise d'une langue étrangère, en particulier l'anglais. Les étudiants bénéficient de cours d'anglais ainsi que de cours en anglais. Nous allons augmenter le volume de cours en anglais, visant au moins un tiers de la formation, ce qui passe aussi par une utilisation plus large de la visio-conférence avec des collègues anglophones sur certains cours spécifiques. Les enseignants qui ne maîtrisent pas suffisamment l'anglais sont encouragés à utiliser des supports de cours en anglais. Les étudiants devront effectuer leur présentation de mémoire de master 2 (power point et présentation orale) en anglais. Des partenariats informels existent avec des universités partenaires d'enseignants chercheurs et l'accueil d'étudiant ou l'envoi d'étudiant dans ces universités hors des programmes conventionnels ERASMUS sont encouragés (pour effectuer un stage par exemple).

■ Mobilité des étudiants

La mobilité étudiante est encouragée dans le cadre du programmes ERASMUS mais aussi pour des actions spécifiques hors de ce cadre. sur le dernier plan de formation, au moins un étudiant par an a effectué/effectue son M1 ou M2 à l'étranger. De plus l'UFC a mis en place un dispositif d'accueil d'étudiants latino-américains lusophones, hispanophones et francophones (Haïti) depuis 2010, pour lequel la Région Franche-Comté et la Ville de Besançon sont partenaires, Ce programme de bourse Victor Hugo rencontre actuellement un franc succès et permet d'accueillir régulièrement des étudiants sélectionnés, souhaitant réaliser un Doctorat.

■ Métiers

G1204 - Éducation en activités sportives

K1802 - Développement local
M1205 - Direction administrative et financière
M1503 - Management des ressources humaines
M1703 - Management et gestion de produit
M1705 - Marketing

Les types d'emploi accessibles :

- Entraîneur-manager
 - Conseiller technique national
 - Cadre technique sportif
 - Conseiller d'animation sportive
 - Préparateur physique
 - Préparateur mental
 - Coach sportif
 - Responsable, directeur de centre de formation de joueurs professionnels
 - Directeur de centre de préparation physique
 - Directeur de pôle (France ou espoir)
 - Directeur Sportif de club
 - Sélectionneur, responsable du recrutement
 - Manager général de club, d'organisations sportives
 - Directeur d'établissement sportif
 - Directeur de projet à objet sportif
 - Responsable développement de structures sportives
 - Responsable des ressources humaines d'une structure sportive (club professionnel, ...)
 - Consultant auprès d'organisations sportives et d'athlètes (coaching, management et organisation, marketing et communication)
 - Formateur de cadres (fédération, creps, établissements nationaux, établissements privés)
 - Directeur et cadres sportifs des services des sports des collectivités locales et territoriales
 - Conseiller technique de fabricant de matériel ou d'équipements sportifs
 - Conseiller technique commercial en matériel ou d'équipements sportifs
-
-

Parcours Master Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive

Lieu de formation : Besançon

Forme de l'enseignement : Hybride

Formation : Initiale, Continue, En alternance (Par apprentissage, contrat pro)

■ Objectifs

Le Titulaire d'un Master 2 STAPS Entraînement et Optimisation de la performance sportive dispose d'une triple compétence, scientifique, professionnelle et sportive lui permettant d'assurer la conception, le pilotage et l'expertise de programmes d'intervention. Il exerce des fonctions de responsable stratégique et opérationnel dans des organisations dont la vocation est l'optimisation de la performance motrice par les activités physiques et ou sportives dont il a en charge la responsabilité. Il développe les compétences professionnelles suivantes :

- Le professionnel a pour vocation à partir d'une approche scientifique et culturelle d'analyser dans leur contexte :
 - L'activité des pratiquants dont il a la charge : sportifs de tout niveau (du non expert à l'expert) et de tout âge (de l'enfant aux seniors) valides ou handicapés.
 - L'activité des intervenants qu'il coordonne dans l'entraînement, la préparation physique et mentale, le coaching, ...
 - Les pratiques motrices telles que les disciplines sportives fédérales et les activités physiques et techniques support de la préparation physique et mentale
 - L'activité et l'organisation des autres pratiquants : adversaires, athlètes étrangers, ...
 - Dans un cadre réglementaire juridique, déontologique comptable et financier, il conçoit, organise, pilote, évalue, conseille et supervise :
 - Les types, les formes et les modalités de pratiques
 - Les programmes d'intervention (planification et programmation d'entraînement et de réentraînement)
 - Les équipes d'intervention (entraîneur, préparateurs physique et mental, médecin, kinésithérapeute, ...)
 - L'environnement de l'athlète
 - Il développe et optimise à partir de connaissances scientifiques, technologiques, managériales :
 - Les compétences des intervenants (programme d'entraînement, planification, séances, évaluation, détection, recrutement, coordination, motivation, cohésion, ...)
 - Les compétences des pratiquants se traduisant par une amélioration de la performance. Dans ce cadre, les pré requis du face à face pédagogique doivent être validés préalablement.
 - Il maîtrise et développe les outils d'évaluation de la performance nécessaires, au suivi des athlètes, à la planification de l'entraînement, à la gestion de carrière.
 - Il participe au développement d'une politique sportive en relation avec ses dirigeants élus ou professionnels, par la définition des orientations stratégiques et par la fixation des objectifs ;
 - Il synthétise les résultats de son action et de celles des intervenants. Il veille à l'atteinte des résultats par des procédures d'évaluation, de régulations et opère éventuellement des changements d'orientation;
 - Il définit les stratégies de communication relatives à la politique sportive et au projet de l'organisation à laquelle il appartient. Il conçoit des rassemblements, manifestations, événements, produits et services sportifs.
 - Il est capable de créer, développer et gérer une structure d'entraînement publique (pôle) ou privée (centre de formation, ...)
 - Il organise les évaluations du geste sportif, du sportif et du matériel sportif, il en synthétise les résultats pour les rendre exploitable par l'ensemble des membres du staff technique ou administratif (entraîneur, kinésithérapeute, médecin, coach, manager, dirigeant) et ou des partenaires (sponsor, presse, fabricants de matériel sportif, équipementiers etc...).

■ Compétences

1/ Compétences en entraînement

- Comprendre et utiliser les connaissances techniques et scientifiques de l'entraînement,
- Comprendre et utiliser la méthodologie de l'entraînement
- Planifier et contrôler les programmes d'entraînement,
- Contrôler et évaluer les qualités physiques et mentales de l'athlète, tests de performance physique et mentale, (questionnaires, entretiens, échelles de perception,...),
- Evaluer le sportif (variables physiologiques et biomécaniques) et le geste sportif (vidéo, analyse cinétique et cinématique...)
- Effectuer un suivi médical, traumatologique, nutritionnel
- Comprendre et utiliser la didactique de l'entraînement, les connaissances des méthodes.

2/ Compétences managériales :

- Manager et gérer les ressources humaines,
- Gérer la comptabilité,
- Gérer le droit du sport (législation et réglementation étatique spécifique et générale, nationale et internationale) et règlements fédéraux (nationaux et internationaux),
- Gérer les méthodes et les outils du marketing et de la communication,
- Gérer les ressources humaines,
- Créer une entreprise, concevoir et développer des projets.

3/ Compétences en ingénierie du sport :

- Concevoir des programmes et des méthodes d'entraînement spécifique
- Utiliser et développer des outils d'évaluation du geste sportif, des sportifs et des matériels sportifs
- Développer des outils et des méthodes de suivre l'athlète et prévenir les effets pervers de l'entraînement

4/ Compétences transversales :

- Comprendre et utiliser la méthodologie de la recherche et statistiques appliquées
- Communiquer en anglais
- Comprendre et utiliser la vidéo et les TIC

■ Prérequis

Dossier [avec 1) copie du dossier universitaire du candidat (depuis la L1); 2) Dossier de 10 pages maximum (Police Calibri 11, interligne 1,5, marges 2,5 cm) présentant a) CV et lettre de motivation (2 pages); b) le projet professionnel du candidat (1 page); c) le lien entre le projet professionnel et le contenu de formation du master EOPS parcours IES et le lien avec le sport de haut niveau et Mention du fait que le candidat postule ou non dans d'autres masters et d'une expérience à l'international (échange ERASMUS, stage avec des équipes sportives à l'étranger etc) (1 page); d) les thèmes de travail (professionnel ou recherche) que l'étudiant souhaite développer dans le cadre de ses stages, avec précisions sur les structures d'accueil et les encadrants (1 page); e) le parcours sportif, les activités en matière d'entraînement, l'investissement dans une structure à vocation sportive (2 pages); f) Note de synthèse en 2 pages reprenant les précisions ci-dessus; g) Justificatifs des possibles formations complémentaires : brevets fédéraux, BP, DE, diplôme/formation concernant des outils utilisés dans le domaine de l'entraînement sportif (vidéo...), Diplôme Universitaire, score à des tests de langue étrangère en particulier l'anglais (score CECRL, TOEIC, DCL, BULATS, etc....) | entretien si nécessaire

■ Modalités particulières d'admission

Les formations (M1 et M2) disposent de capacités d'accueil limitées. Master 1 : l'admission est de fait pour les candidats diplômés d'une licence dans le domaine STAPS, dans la mesure où la capacité d'accueil n'est pas atteinte. Master 2 : les candidats doivent être titulaires d'un master 1 ou de tout titre admis en équivalence. Consultez la rubrique Demande d'admission et d'inscription sur le site de l'Université de Franche-Comté.

■ Formalités d'inscription

Master 1 et 2 : Candidature via une application sur le site de l'Université de Franche Comté. Les dossiers de candidature font l'objet d'un examen et d'un classement par une commission d'admission. Consultez la rubrique Demande d'admission et d'inscription sur le site de l'Université de Franche-Comté.

■ Internationalisation

L'Internationalisation est un des points forts du master STAPS EOPS. Cela passe par la maîtrise d'une langue étrangère, en particulier l'anglais. Les étudiants bénéficient de cours d'anglais ainsi que de cours en anglais. Nous allons augmenter le volume de cours en anglais, visant au moins un tiers de la formation, ce qui passe aussi par une utilisation plus large de la visio-conférence avec des collègues anglophones sur certains cours spécifiques. Les enseignants qui ne maîtrisent pas suffisamment l'anglais sont encouragés à utiliser des supports de cours en anglais. Les étudiants devront effectuer leur présentation de mémoire de master 2 (power point et présentation orale) en anglais. Des partenariats informels existent avec des universités partenaires d'enseignants chercheurs et l'accueil d'étudiant ou l'envoi d'étudiant dans ces universités hors des programmes conventionnels ERASMUS sont encouragés (pour effectuer un stage par exemple).

■ Mobilité des étudiants


La mobilité étudiante est encouragée dans le cadre du programmes ERASMUS mais aussi pour des actions spécifiques hors de ce cadre. sur le dernier plan de formation, au moins un étudiant par an a effectué/effectue son M1 ou M2 à l'étranger. De plus l'UFC a mis en place un dispositif d'accueil d'étudiants latino-américains lusophones, hispanophones et francophones (Haïti) depuis 2010, pour lequel la Région Franche-Comté et la Ville de Besançon sont partenaires, Ce programme de bourse Victor Hugo rencontre actuellement un franc succès et permet d'accueillir régulièrement des étudiants sélectionnés, souhaitant réaliser un Doctorat.

■ Métiers

- Entraîneur sportif.- Préparateur physique, nutritionnel ou mental.- Coach personnel (mental, physique).- Directeur technique sportif.- Directeur et cadre de structure privée à objectif sportif (évaluation de la performance).- Manager sportif.- Consultant auprès d'organisations sportives ou d'athlètes.- Directeur de pôle sportif.

Contact : Virginie MAIRE

 virginie.maire@univ-fcomte.fr

 03.81.66.61.40

Semestre 07

	Type	ECTS	h CM	h TD	h TP
UE71 Gestion et développement des structures sportives	Obligatoire	8	30	30	
EC1 Encadrement professionnel de l'athlète	Obligatoire	4	10	10	
EC2 Développement des structures et activités sportives	Obligatoire	4	20	20	
UE72 Contrôle et évaluation de l'athlète	Obligatoire	8	30	10	20
EC1 Aspects cardiorespiratoires et bioénergétiques	Obligatoire	4	15	5	10
EC2 Aspects neuromusculaires	Obligatoire	4	15	5	10
UE73 Langages et TICE	Obligatoire	4		12	20
EC1 Anglais	Obligatoire	2		12	
EC2 TICE	Obligatoire	2			20
UE74 Projet tuteuré	Obligatoire	4			36
UE75 Méthodologie de la recherche et veille scientifique	Obligatoire	6	20	20	
EC1 Statistiques appliquées et analyse des données	Obligatoire	3	10	10	
EC2 Connaissance de la recherche et rédaction scientifique	Obligatoire	3	10	10	

Semestre 08

	Type	ECTS	h CM	h TD	h TP
UE81 Management d'un club sportif	Obligatoire	8	30	30	6
UE82 Suivi de l'athlète de haut niveau	Obligatoire	6	24	24	
EC1 - Suivi médical, traumatologie, nutrition, dopage	Obligatoire	3	12	12	
EC2 - Accompagnement mental de l'athlète de haut niveau	Obligatoire	3	12	12	
UE83 Développement des compétences pratiques de l'entraîneur	Obligatoire	4	12		36
UE84 Sciences de l'intervention dans l'entraînement	Obligatoire	4	6	6	48
UE85 Stage professionnel	Obligatoire	8			12

Semestre 09

	Type	ECTS	h CM	h TD	h TP
UE91 Méthodologie de l'entraînement	Obligatoire	8	24	24	
UE92 Parcours IES : Innovation dans l'ingénierie sportive	Obligatoire	8	20	20	
UE93 L'excellence scientifique	Obligatoire	4	22	22	
UE94 Parcours IES Ingénierie et technologie	Obligatoire	6	20	20	
UE95 Projet tuteuré	Obligatoire	4			36

Semestre 10

	Type	ECTS	h CM	h TD	h TP
UE101 Planification de l'entraînement, les données pratiques	Obligatoire	6	20	20	
EC1 La planification de l'entraînement et des compétitions	Obligatoire	3	10	10	
EC2 Coaching et performance mentale	Obligatoire	3	10	10	
UE102 Evaluation instrumentation et contrôle et suivi des facteurs de la performance	Obligatoire	4	18	20	
UE103 : Evaluer et concevoir l'entraînement	Obligatoire	4	8	14	22
UE104 : Evaluation qualitative et quantitative de la performance	Obligatoire	6	8	16	22
UE105 Stage professionnel ou recherche	Obligatoire	10			12