

MASTER SCIENCES ET TECHNIQUES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES (STAPS)

RÉSUMÉ DE LA FORMATION

Type de diplôme : Master

Domaine ministériel : Sciences et Techniques des Activités Physiques et sportives

PRÉSENTATION

[PLUS D'INFOS](#)



Le Master STAPS propose un parcours "Expert en préparation physique et mentale et optimisation de la performance".

Le titulaire d'un Master STAPS «Entraînement, Préparation Physique et Mentale et Optimisation de la Performance» est un professionnel qui, de par sa double formation autour de la préparation physique et de la préparation mentale, possède des connaissances concernant la physiologie du corps humain en mouvement et la psychologie humaine ainsi que sur les modalités d'intervention.

ORGANISATION DE LA FORMATION

- M1/M2 Parcours expert en préparation physique et mentale et optimisation de la performance

COMPOSANTE

Collège Sciences Sociales et Humanités (SSH)

LIEU(X) DE LA FORMATION

Tarbes

RESPONSABLE(S)

M1/M2 Parcours expert en préparation physique et mentale et optimisation de la performance

PRÉSENTATION

PLUS D'INFOS



L'objectif du master EPPMOP est de former des intervenants possédant une double compétence en préparation physique et mentale. La formation se propose en effet d'élargir les spécialisations habituelles en les combinant pour offrir des atouts supplémentaires à ses étudiants. Deux secteurs de professionnalisation peuvent être envisagés :

- Le secteur de l'optimisation de la performance (entraînement et du sport de haut niveau). L'objectif est de former des spécialistes de l'optimisation de la performance sportive. Les fédérations, centres de formation, clubs et pôles France ou Espoir constituent les organisations principales de ce domaine.

- Le secteur de la prévention qui intéresse les domaines de la santé, de la rééducation et de l'entretien du capital corporel. L'objectif est de former des professionnels susceptibles d'intervenir face à des populations non pathologiques diverses et de promouvoir l'activité physique dans une perspective de bien-être ou d'entretien corporel. Les structures concernées par ce secteur peuvent être les centres de thermalisme, les maisons de retraite, les centres de rééducation, les salles de remise en forme...

SAVOIR FAIRE ET COMPÉTENCES

Le titulaire d'un Master «Entraînement, Préparation Physique et Mentale et Optimisation de la Performance» est un professionnel

qui, de par sa double formation autour de la préparation physique et de la préparation mentale, possède des connaissances concernant la physiologie du corps humain en mouvement et la psychologie humaine ainsi que sur les modalités d'intervention.

Ces connaissances lui permettent notamment 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 :

1) dont la vocation est l'optimisation de la performance motrice par les activités physiques et ou sportives,

2) dont la vocation est de promouvoir l'activité physique dans une perspective de bien-être et de plaisir ou d'entretien corporel.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES

Dispositif d'aide :

Pour la plupart des UE dispensées dans le master, les documents distribués en cours et les diapositives des CM sont mis à disposition des étudiants par l'intermédiaire du Webcampus. Certaines UE intègrent de surcroît des documents complémentaires, des QCM de révision ou des liens vers des pages web pertinentes.

Dispositifs d'accueil, d'accompagnement, de soutien

Des dispositifs spécifiques sont également mis en œuvre pour rendre la formation accessible aux étudiants ayant des contraintes particulières (personnes en reprise d'étude, étudiants salariés et sportifs de haut niveau).

Le suivi est assuré par le responsable pédagogique de la formation concernée et le responsable « haut niveau » pour les étudiants dans obtenant ce statut (entretien de début d'année et suivi régulier en fonction des besoins).

TIC-TICE, pédagogie numérique

L'utilisation des ressources numériques de l'établissement (webcampus et e-learn) permet de mettre à disposition des étudiants un grand nombre de ressources (généralement l'ensemble des documents distribués ainsi que les diaporamas des cours). Cela favorise le suivi de la formation pour les

étudiants salariés. Les spécialités sont accessibles au titre de la formation continue de même qu'elles sont éligibles à une VAE.

Dans le cadre du double diplôme avec l'université de Saragosse le recours aux TICE est important : tout d'abord l'utilisation du Webcampus est un outil facilitant le suivi et l'accès des cours tout au long de l'année y compris en cas de mobilité ; son utilisation comme une interface d'échange pour les étudiants étrangers facilite également leur intégration. Par ailleurs la création d'un Tandem Linguistique sur la plate-forme e-learn permet l'existence d'un espace virtuel qui rend possible des échanges audio-vidéos en temps réel, en groupe ou individuellement. Cet outil est déjà utilisé dans le cadre des cours d'espagnol de Licence 3ème année afin de promouvoir les échanges et les rencontres entre étudiants et entre enseignants.

Valorisation de la démarche qualité

Le master a intégré la démarche qualité de l'Université de Pau et des Pays de l'Adour depuis le début. Cela se traduit par une réunion annuelle du conseil de perfectionnement. Ce conseil comprend obligatoirement : le directeur du laboratoire, le directeur du département, les responsables du master, des représentants des enseignants et ou enseignants/chercheurs, des représentants des étudiants et des anciens étudiants, des professionnels du secteur.

Ce conseil se réunit pour analyser différents éléments tels que l'origine des étudiants, les taux de réussite, les taux de professionnalisation, le contenu des maquettes, et les évaluations de la formation des enseignements. Ils formulent ensuite une liste de points à améliorer ainsi qu'un plan d'action dont la mise en œuvre revient aux responsables de la formation au cours de l'année suivante.

Le suivi de cette démarche permet par ailleurs d'obtenir des fonds destinés à financer des actions spécifiques permettant d'améliorer la qualité de la formation.

Liens utiles :

<http://staps.univ-pau.fr/live/master-preparation-physique>

<https://www.facebook.com/Master-Expert-en-Pr%C3%A9paration-Physique-et-Mentale-596444513701012/timeline/>

CONTENU DE LA FORMATION

La formation est organisée avec une 1ère année plus générale et une 2ème année permettant une spécialisation progressive en fonction du secteur de professionnalisation choisi (i.e. prévention ou optimisation).

La spécialisation progressive en fonction du secteur de professionnalisation (prévention ou optimisation) s'effectue en M1 par le lieu de stage choisi ainsi que par les sujets de mémoire sur lesquels travaillent les étudiants (2 revues de littérature à réaliser, une en préparation physique et une en préparation mentale). En M2 des cours spécifiques prévention et optimisation sont proposés (1 UE spécifique par semestre) et comme en M1, le stage et le sujet de mémoire constituent également des vecteurs de spécialisation.

ORGANISATION DE LA FORMATION

Semestre 1

- *UE 1 : Sciences et techniques de l'intervention (Obligatoire)*
 - EC Sciences et techniques de l'intervention (pratiques d'entretien)
- *UE 2 : Posture, mouvement et activité neuromusculaire (Obligatoire)*
 - EC Posture, mouvement et activité neuromusculaire
- *UE 3 : Psychologie du sport et de l'activité physique : outils d'évaluation (Obligatoire)*
 - EC Psychologie du sport et de l'activité physique : outils d'évaluation
- *UE 4 : Méthodologie de la recherche et informatique (Obligatoire)*
 - EC Méthodologie de la recherche et informatique
- *UE 5 : Création d'entreprise et gestion de projet (Obligatoire)*
 - EC Création d'entreprise et gestion de projet

Semestre 2

- *UE 6 : Métabolisme énergétique : Application pratique en endurance (Obligatoire)*
 - EC Métabolisme énergétique - Application pratique en endurance

- UE 7 : *Processus neuromusculaires : Application pratique en haltérophilie (Obligatoire)*

· EC Processus neuromusculaires - Application en haltérophilie

- UE 8 : *Techniques de préparation mentale : approche théorique et pratique (Obligatoire)*

· EC Techniques de préparation mentale - approche théorique et pratique

- UE 9 : *Outils de communication : Anglais et méthodologie de l'écrit (Obligatoire)*

· EC Outils de communication - Anglais et méthodologie de l'écrit

- UE 10 : *Projet tutoré : stage en milieu professionnel (Obligatoire)*

· EC Projet tutoré - stage en milieu professionnel (stage 100 à 200h)

- UE 11 : *Projet tutoré, revue de littérature (Obligatoire)*

· EC Projet tutoré, revue de littérature

Semestre 3

- UE 12 : *Vieillesse et condition physique (Obligatoire)*

· EC Vieillesse et condition physique

- UE 13 : *Motricité et cognition (Obligatoire)*

· EC Motricité et cognition

- UE 14 : *Réathlétisation (Obligatoire)*

· EC Réathlétisation

- UE 15 : *Analyse du mouvement : outils et méthodes d'évaluation (Obligatoire)*

· EC Analyse du mouvement - outils et méthodes d'évaluation

- UE 16 : *Sophrologie (Obligatoire)*

· EC Sophrologie

- UE 17 : *Préparation physique (Obligatoire)*

· EC Préparation physique

- UE 18 : *Prévention et maintien de la santé par les APSA (Obligatoire)*

· EC Prévention et maintien de la santé par les APSA

Semestre 4

- UE 19 : *Préparation mentale et équilibre psychologique (Obligatoire)*

· EC Préparation mentale et équilibre psychologique

- UE 20 : *Méthodologie de la recherche (Obligatoire)*

· EC Méthodologie de la recherche

- UE 21 : *Nutrition (Obligatoire)*

- EC Nutrition
- *UE 22 : Projet tutoré : stage en milieu professionnel (Obligatoire)*
 - EC Projet tutoré - stage en milieu professionnel (stage 100 à 300h)
- *UE 23 : Projet tutoré : mémoire de recherche (Obligatoire)*
 - EC Projet tutoré - mémoire de recherche
- *UE 24 Périodisation de l'entraînement (Obligatoire)*
 - EC Périodisation de l'entraînement
- *UE 25 : Reconditionnement à l'effort (Obligatoire)*
 - EC Reconditionnement à l'effort

CONTRÔLE DES CONNAISSANCES

Chaque UE est évaluée en contrôle continu ou terminal.

Une évaluation qualitative du stage est effectuée à l'issu de celui-ci par le tuteur professionnel ainsi que par le stagiaire. Cela sera fait en ligne, sur la plateforme de l'ODE, en utilisant les questionnaires construits par le BAIP dans le cadre de la charte qualité. Une évaluation plus académique sanctionnée par une note est effectuée par un jury d'enseignants du master sur la base d'un rapport de stage suivi d'une soutenance (avec présence possible du tuteur professionnel).

Les jurys d'examen se réunissent après chaque session, sur convocation du directeur du département. Ils se composent des enseignants titulaires du département intervenant dans la formation concernée. Un semestre est validé si la moyenne obtenue est supérieure à 10. Une année est validée lorsque la moyenne des deux semestres la composant est supérieure à 10. La validation du master et l'obtention du diplôme nécessite la validation des deux années.

CONDITIONS D'ACCÈS

Modalités d'admission et d'inscription

depuis la [loi n° 2016-1828 du 23 décembre 2016](#), le master est un cursus de 4 semestres, sans sélection intermédiaire, conduisant au diplôme national de master. Cette loi introduit un recrutement des étudiants à l'entrée en première année du master (sur dossier ou concours). Chaque mention ou parcours fixe une capacité d'accueil, les modalités du recrutement ainsi que le calendrier de la campagne de candidature.

Capacité d'accueil	Date d'ouverture de la campagne de recrutement	Date de clôture de la campagne de recrutement
25	06/04/2020	12/06/2020

<https://apoflux.univ-pau.fr/etudiant/>

Pour les étudiants en reprise d'études (interruption supérieure à 2 ans et/ou personnes de plus de 28 ans et/ou salariés et/ou demandeurs d'emploi) : contacter le service de la [Formation continue \(For.Co\)](#) pour confirmer votre statut étudiant en formation continue.

« **Composition du comité de recrutement en master 1EPPM :**

Thierry Paillard (Responsable de la mention)

Frédéric Noé (Responsable du parcours)

Philippe Passelergue (Responsable d'année 1)

Julien Bois (Responsable double diplôme)

Léna Lhuisset (Enseignant de la formation)

Date du comité de recrutement : à venir

PRÉ-REQUIS NÉCESSAIRES

Le Master EPPMOP est destiné à des étudiants titulaires d'une licence STAPS (en général licence Entraînement Sportif ou APA, mais cela n'est pas restrictif).

Les étudiants doivent être fortement investis dans le monde de l'entraînement sportif ou de l'activité physique adaptée.

POURSUITE D'ÉTUDES

La poursuite en doctorat est possible au sein du Laboratoire Mouvement, Equilibre, Performance et Santé du département STAPS ou dans tout autre laboratoire d'accueil. Celle-ci est généralement conditionnée à l'obtention d'un financement spécifique ce qui limite le nombre d'étudiants concernés (en moyenne un étudiant par promotion).

INSERTION PROFESSIONNELLE

Métiers, secteurs d'activité

Les débouchés peuvent s'envisager dans deux secteurs professionnels bien distincts :

- un secteur en lien avec la problématique de la remise en forme et de l'entretien de la santé (orientation « prévention » du master) : postes de responsables des activités physiques dans les structures de type paramédical (soins de suite et réadaptation, maisons de retraite, centre de rééducation fonctionnelles, maison de l'enfance et de l'obésité, centres de thermalisme ou de remise en forme).

- un secteur en lien avec la problématique de l'optimisation de la performance et du sport de haut niveau (orientation « optimisation » du master) : préparateur physique ou mental, responsable de formation/ technique, entraîneur au sein des clubs, des comités sportifs, des centres de formation ou des pôles.

Résultats des enquêtes sur le devenir des diplômés

Un suivi de l'insertion professionnel est systématiquement effectué par le biais de l'ODE de l'UPPA. Les taux de réponse aux enquêtes sont globalement satisfaisants : 80 à 100%.

Le taux d'insertion professionnel est extrêmement satisfaisant. La dernière enquête réalisée par l'Observatoire Des Étudiants (ODE) de l'Université de Pau et des Pays de l'Adour (UPPA) **en 2016** sur le devenir de la **promotion 2013**, 30 mois après l'obtention du master, fait état d'un **taux d'actifs** en emploi de **100%**.

COMPOSANTE

Collège Sciences Sociales et Humanités (SSH)

LIEU(X) DE LA FORMATION

Tarbes

RESPONSABLE(S)