



SCIENCES ET TECHNIQUES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

Master Mention STAPS : entraînement et optimisation de la performance sportive



Niveau d'étude
visé
BAC +5



ECTS
120 crédits



Durée
2 ans



Composante
Collège
Sciences
Sociales et
Humanités
(SSH)



Langue(s)
d'enseignement
Français

Parcours proposés

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

Présentation



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

Stages

Stage : Obligatoire

Stage à l'étranger : Facultatif

Admission

Conditions d'accès

1/ Vous souhaitez rester dans votre formation : il vous suffit de vous réinscrire en ligne en juillet sur le site web de l'UPPA

2/ Vous souhaitez suivre une nouvelle mention de Licence STAPS : vous devez candidater à la Licence 2 visée (validation du semestre 4 spécifique, sauf dérogation de la commission pédagogique. Seule exception, la L3 EM donne accès à la L3 ES et inversement) via [Apoflux UPPA](#)

- Si votre changement de mention est accepté, vous devez valider votre vœux sur Apoflux



- En cas de refus, vous pouvez vous réinscrire dans votre formation d'origine.

Vous effectuez votre réinscription en ligne en juillet sur le [site web de l'UPPA](#)

Ouverture des candidatures : 01/03/2022

Fermeture des candidatures : 01/06/2022

RÉINSCRIPTION, ORIENTATION ET RÉORIENTATION SELON VOTRE STATUT EN 2020-2021 détaillées dans le document ci-contre

Droits d'inscription et tarification

Consultez les [montants des droits d'inscription](#).

*L'établissement applique
une exonération partielle
des droits différenciés
pour tout étudiant extra
communautaire s'inscrivant
en master.*

Capacité d'accueil

Master 1 : 25

Infos pratiques

Lieu(x)

 Tarbes

Campus

 Tarbes



Programme

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

SEMESTRE 1

UE 1 - Évaluation des qualités physiques et analyse de données	8,5 crédits
UE 2 - Ingénierie de la préparation physique et développement des qualités physiques	4,5 crédits
UE 3 - Psychologie du sport et de l'activité physique	4 crédits
UE 4 - Préparation mentale et équilibre psychologique	5 crédits
UE 5 - Maîtrise des outils d'optimisation de la performance 1	2,5 crédits
UE 6 - Sophrologie 1	3 crédits
UE 7 - Anglais	2,5 crédits

SEMESTRE 2

UE 8 - Périodisation de l'entraînement	3 crédits
UE 9 - Méthodologie de la recherche	3 crédits
UE 10 - Techniques de la préparation mentale	2,5 crédits
UE 11 - Motricité et cognition	3 crédits
UE 12 - Ingénierie de la préparation mentale	2 crédits
UE 13 - Sophrologie 2	1,5 crédits
UE 14 - Informatique et statistiques 1	2,5 crédits
UE 15 - Projet tutoré stage en milieu professionnel	7 crédits
UE 16 - Gestion de séance et coordination de groupes	3 crédits
UE 17 - Anglais	2,5 crédits

SEMESTRE 3

UE 1 - Maîtrise des outils d'optimisation de la performance 2	2,5 crédits
UE 2 - Technique d'évaluation et d'intervention au service de la performance	3 crédits
UE 3 - Spécificités physiologiques des publics particuliers	5,5 crédits
UE 4 - Gestion de projet et création d'entreprise	4 crédits
UE 5 - Management de structures et d'équipes sportives	3 crédits
UE 6 - Endurance et métabolisme énergétique	3,5 crédits
UE 7 - Nutrition du sportif	2,5 crédits
UE 8 - Réathlétisation	3,5 crédits
UE 9 - Anglais	2,5 crédits



SEMESTRE 4

UE 10 - Informatique et statistiques	4 crédits
UE 11 - Quantification de l'activité physique et de la charge d'entraînement	3,5 crédits
UE 12 - Projet tutoré stage en milieu professionnel	8 crédits
UE 13 - Anglais	2,5 crédits
UE 14 - Projet tutoré, mémoire de recherche	12 crédits