

4.6 Mastère professionnel en Entraînement et préparation physique

Mastère professionnel en Entraînement et préparation physique						
UMA	Etablissement	Licence		Les emplois de référence	REF	Taux d'insertion sur le marché d'emplois
		Master	X			
Domaine de formation	INEPS	Doctorat		Éducateur sportif	REC/UMA/16106	Lien observatoire
		Ingénieur				
Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives		DNDV				

Semestre1

Unité d'enseignement	Type de l'UE (Fondamentale / transversale / optionnelle)	Elément constitutif d'UE(ECUE)	Volume des heures de formationprésentielles (14 semaines)				Nombre des Crédits accordés		Coefficients		Modalité D'évaluation	
			Cours	TD	TP	Autres	ECUE	UE	ECUE	EU	CC	Contrôle terminal
UEmp1.1 : Connaissances générales	Fondamentale	Physiologie de l'exercice : - Bioénergétique de l'exercice. - Les adaptations physiologiques à l'exercice (cardio-respiratoires, métaboliques et endocriniennes).	85					6		1		+
		Biomécanique : Analyse du mouvement - Analyse cinétique et cinématique du mouvement : Aspect théorique et pratique - Mesures anthropométrique et biométrique - Méthodes de mesure de la compositioncorporelle										+
		Sciences humaines et sport : - Cohésion, communication et gestion des groupes. - Evaluation des performances mentales.										+
UEmp1.2 : Planification et didactique de l'entraînement	Fondamentale	Planification, périodisation et programmation de l'entraînement	50					6		1		+
		Didactique de l'entraînement										+
UEmp1.3 : Evaluation et entraînement	Fondamentale	Evaluation et entraînement de l'endurance et de la force: -Evaluation et entraînement de l'endurance. -Evaluation et entraînement de la force	50					7		1		+

		Evaluation et entraînement de la souplesse, la vitesse, la coordination et la répétition de sprints: -Evaluation et entraînement de la souplesse, la vitesse, la coordination et la proprioception. -Evaluation et entraînement de l'agilité et la répétition de sprints.										+
UEmp1.4 : Réathlétisation et rééducation (2 ECUE au choix)	Optionnelle	Rééducation et kinésithérapie des blessés.	60					5		1		+
		Traumatologie du sport										
		Réathlétisation : - Réathlétisation des blessés. - Le massage : * Thalassothérapie * Phytothérapie										
UEmp1.5 : Outils, langage et méthodes	Transversale	Méthodologie et statistiques - Statistique descriptive et inférentielle - Recherche et analyse bibliographique.	60					6		1	+	
		Anglais scientifique									+	
TOTAL			305 Heures				30 Crédits					

Semestre2

Unité d'enseignement	Type de l'UE (Fondamentale / transversale / optionnelle)	Elément constitutif d'UE(ECUE)	Volume des heures de formationprésentielles (14 semaines)				Nombre des Crédits accordés		Coefficients		Modalité D'évaluation	
			Cours	TD	TP	Autres	ECUE	UE	ECUE	EU	CC	Contrôle terminal
UEmp2.1 : Connaissances approfondies	Fondamentale	Physiologie de l'exercice: - Adaptation physiologiques en fonction de l'âge et du sexe. - Physiologie de l'exercice chez l'enfant et l'adolescent.	70					6		1		+
		Sciences humaines et sport : - Préparation mentale : Motivation, concentration et techniques										+
UEmp2.2: Planification et évaluation	Fondamentale	Planification de l'entraînement: - Spécificité temporelle de l'entraînement. - Fatigue, surentraînement et affûtage. - Le contrôle de la charge d'entraînement	80					7		1		+
		Evaluation et entraînement chez l'enfant et l'adolescent: - Evaluation des qualités physiques chez l'enfant et l'adolescent - Entraînement des qualités physiques chez l'enfant et l'adolescent.										+
UEmp2.3 :		Nutrition du sportif: - Nutrition spécifique pour l'entraînement et la compétition - Nutrition spécifique pour la récupération										+

Nutrition et récupération	Fondamentale	Récupération: - Techniques et méthodes de la récupération. - Hygiène de vie du sportif de haut niveau.	60					6		1		+	
Uemp2.4 : Supplémentation et déshydratation (2 ECUE au choix)	Optionnelle	Compléments alimentaires	50					5		1		+	
		Dopage											
Uemp2.5 : Outils, langage et méthodes	Transversale	Statistiques : - Statistique descriptive appliquée et Excel (figures, stat sur Excel, etc).	50					6		1		+	
		Méthodologie et informatique : - Informatique (Power Point, Excelet Word) - Exploitation des résultats des tests.									+		
		Anglais scientifique									+		
		Vidéo et traitement de l'image									+		
TOTAL			310 Heures					30 Crédits					

Semestre3

Unité d'enseignement	Type de l'UE (Fondamentale / transversale / optionnelle)	Elément constitutif d'UE(ECUE)	Volume des heures de formationprésentielle (14 semaines)				Nombre des Crédits accordés		Coefficients		Modalité D'évaluation	
			Cours	TD	TP	Autres	ECUE	UE	ECUE	EU	CC	Contrôle terminal
Uemp3.1 : Connaissances approfondies	Fondamentale	Physiologie appliquée: - Ramadan et performance sportive. - Adaptation à l'environnement (altitude,hyperbarie, ambiance chaude..) - Chronobiologie de l'exercice (sommeil, et privation de sommeil).	60					6				+
		Neurosciences: -Apprentissage neuropsychologique du mouvement -Coordination du mouvement										+
UEmp32 : Planification, évaluationet entraînement	Fondamentale	Planification de l'entraînement : -Exemple pratique en sports collectifs. -Exemple pratique en sports individuels.	60					6				+
		Evaluation et entraînement : - Evaluation physique et réponses physiologiques au cours des tests delaboratoire. - Exploitation des données des tests delaboratoire pour l'entraînement										+
UEmp33 :		Exigences physiques et physiologiquesen sports collectifs										+

Exigences physiques et physiologiques	Fondamentale	Exigences physiques et physiologiques en sports individuels	40					4				+
UEmp34 : Activités physiques adaptées (2 ECUE au choix)	Optionnelle	Activité physique et diabète	40					4				+
		Activité physique et obésité										
		Activité physique et handicap										
UEmp3.5 : Outils, langage et méthodes	Fondamentale	- Méthodologie et statistiques: Elaboration d'un rapport de stage	40					4			+	+
		- Statistique inférentielle appliquée. Vidéo et analyses des compétitions										
UEmp3.6 : Stage et mémoire	Fondamentale	Stage de préparation	112					6			+	+
TOTAL			352 Heures					30 Crédits				

Semestre4

Unité d'enseignement	Type de l'UE (Fondamentale / transversale / optionnelle)	Elément constitutif d'UE(ECUE)	Volume des heures de formation présentesielles (14 semaines)				Nombre des Crédits accordés		Coefficients		Modalité D'évaluation	
			Cours	TD	TP	Autres	ECUE)	UE	ECUE	EU	CC	Contrôle terminal
Stage dans des clubssportifs	Fondamentale	Stage de M2 (280 h) est obligatoire et doit se faire dans un club sportif afin de préparer le mémoire de mastère professionnel.	200					15		1	+	+
Mémoire et soutenance	Fondamentale	Mémoire et soutenance	100					15				
TOTAL			300 Heures					30 Crédits				

