

### Domaine

Sciences, Technologie, Santé

### Modalités de formation

Formation initiale  
Formation continue  
En alternance

### Effectifs

Capacité d'accueil : 20 étudiants

### Lieu(x) de formation

UFR des Sciences et Techniques des  
Activités Physiques et Sportives

### Contact

Naouel El Alaouini  
03 22 82 72 02  
[naouel.el.alaouini@u-picardie.fr](mailto:naouel.el.alaouini@u-picardie.fr)

### Candidature

<https://www.u-picardie.fr/formation/candidater-s-inscrire/>

### Formation continue

Contact :  
03 22 80 81 39  
[sfcu@u-picardie.fr](mailto:sfcu@u-picardie.fr)

Demander une étude personnalisée de  
financement : <https://www.u-picardie.fr/sfcu/node/financement>

En savoir plus sur la Formation  
continue : <https://www.u-picardie.fr/sfcu/>

# MASTER STAPS ENTRAÎNEMENT ET OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE SPORTIVE RÉATHLÉTISATION, RÉCUPÉRATION, PRÉVENTION DE LA BLESSURE ET ACTIVITÉS PHYSIQUES POUR TOUS (M2)

## Les plus de cette formation

Le parcours EOPS « Réathlétisation, récupération, prévention de la blessure et activités physiques pour tous » a pour objectif de former des cadres à la conception, au développement et au pilotage de programmes d'entraînement dans les domaines du sport santé bien-être, des sports pour tous, de la reprise d'activités physiques, et du sport performance pour la personne valide ou en situation d'handicap. Cette formation à visée d'intégration professionnelle dans le monde sportif et/ou de la santé, s'appuie sur des activités de recherche appliquée au terrain et sur des interventions de professionnels de structures sportives, sanitaires, sociales et/ou éducatives. Les cours sont regroupés en modules de 2 ou 3 jours par semaine, avec un aménagement de formation pour les étudiants sportifs de haut-niveau, salariés et/ou en situation de handicap.

## Compétences

- Être capable de prendre en charge tout public à viser d'amélioration de la performance
- Être capable de proposer et prendre en charge des programmes de réathlétisation et de prévention de la blessure
- Savoir concevoir et mener des programmes d'intervention personnalisés
- Manipuler des outils d'évaluation des qualités physiques sur le terrain et en laboratoire

## Conditions d'accès

Licences STAPS mention Entraînement sportif ou Activités Physiques Adaptées et Éducation & Motricité sous condition ; brevet d'État d'éducateur sportif deuxième degré, diplôme de guide de haute montagne, diplôme d'État supérieur de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport spécialité " performance sportive "

## Après la formation

### Poursuite d'études

Doctorat STAPS ou en sciences fondamentales appliquées

Concours des professorats de Sport (ministère des Sports) ou d'Éducation Physique et Sportive (ministère de l'Éducation Nationale) ou de la fonction publique territoriale (ETAPS, CAPS, CPT-APS)

Examen final du diplôme d'État supérieur de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport avec dispense partielle de la formation (décret du Conseil d'État n°2015-1527 Journal officiel du 26/11/2015)

### Débouchés professionnels

Agent de développement , directeur ou conseiller technique dans le milieu associatif, fédéral ou en ligue sportive ; Cadre en centre permanent d'entraînement et de formation (directeur technique ou sportif, entraîneur, manager, préparateur physique) ; Conseiller technique professionnel en entreprise ; profession libérale dans le domaine de la remise en forme (coach en cabinet, à domicile) ; Chef de projet « réseau sport santé » (collectivité nationale, publique territoriale, locale, privée ou mutuelle de santé).

### Secteurs d'activités (visés par la formation)

Sport-loisirs-tourisme, Santé, Fonction publique, Recherche, Enseignement, Social

## Organisation

La formation se déroule sur deux ans, avec un semestre d'insertion professionnelle en 2<sup>ème</sup> année

Volume horaire : 1205 h au total, dont 590 h de stage au minimum pour valider 120 crédits ECTS

## Période de formation

Stages prévus en master 1 (semestre 2) et master 2 (semestre 4)

## Contrôle des connaissances

Contrôles continus et examens terminaux avec aménagement des examens pour les étudiants aux statuts particuliers (haut-niveau, salarié, en situation de handicap)

## Responsable(s) pédagogique(s)

Responsable du master EOPS

Pierre-Marie Leprêtre

[pierre-marie.lepretre@u-picardie.fr](mailto:pierre-marie.lepretre@u-picardie.fr)

Responsable du master STAPS

Said Ahmaïdi

[said.ahmaidi@u-picardie.fr](mailto:said.ahmaidi@u-picardie.fr)

## Références & certifications

Identifiant RNCP : 32169

Codes ROME :

- G1204 : Éducation en activités sportives
- L1401 : Sportif professionnel

Codes FORMACODE :

- 15454 : Activité physique et sportive

Codes NSF :

- 118 : Sciences de la vie
- 335 : Animation culturelle, sportive et de loisirs

## Programme

SEM 1 MASTER 1 ENTRAINEMENT & OPTIMISATION DE LA PERF. SPORT	Volume horaire	CM	TD	TP	ECTS
EVALUATION INSTRUMENTEE DU MOUVEMENT SAIN ET PATHOLOGIQUE	57	30	27		7.5
SUIVI DE LA CAPACITE DE PERFORMANCE	45	33	12		7.5
LE SPORTIF DANS SON ENVIRONNEMENT	57	27	30		7.5
METHODOLOGIE DU TRAVAIL UNIVERSITAIRE	46		46		7.5
BONUS MASTER 1 SEMESTRE 1					

SEM 2 MASTER 1 ENTRAINEMENT & OPTIMISATION DE LA PERF. SPORT	Volume horaire	CM	TD	TP	ECTS
CONCEVOIR SON PROJET PROFESSIONNEL	67	17	50		7.5
DEVELOPPEMENT ET PREVENTION	60	30	30		7.5
OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE SPORTIVE	75	33	42		7.5
STAGE EN MILIEU PROFESSIONNEL	5		5		7.5
BONUS MASTER 1 SEMESTRE 2					

SEM 3 MASTER 2 REATHLETISATION RECUPERATION PREVENTION	Volume horaire	CM	TD	TP	ECTS
ACTIVITES PHYSIQUES POUR TOUS	58	33	25		7.5
TRAUMATOLOGIE ET DECONDITIONNEMENT	42	27	15		7.5
PREVENTION DE LA BLESSURE	30	15	15		7.5
REATHLETISATION	45	21	24		7.5
BONUS MASTER 2 SEMESTRE 3					

SEM 4 MASTER 2 REATHLETISATION RECUPERATION PREVENTION	Volume horaire	CM	TD	TP	ECTS
METHODOLOGIE DE LA PROFESSIONNALISATION	12		12		5
STAGE EN MILIEU PROFESSIONNEL	316		6	310	25
BONUS MASTER 2 SEMESTRE 4					