

Année universitaire 2022-2023

UFR DES SCIENCES DE SANTÉ ET DU SPORT SCIENCES DU SPORT ET DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE

Master 2

STAPS : ENTRAÎNEMENT ET OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE SPORTIVE

Préparation du sportif : aspects physiques, nutritionnels et mentaux

SEMESTRE 3

Nature	Libellé éléments	ECTS EC
BCC	2 Préparation athlétique pour le sportif de haut niveau	12
UE	2.4 Conception et mise en situation professionnelle de musculation et d'haltérophilie pour le SHN	3
UE	2.3 Préparation physique et haut niveau	9
BCC	1 Entraînement pour tout public	3
UE	1.4 Conception de programmes de prise en charge individualisée en forme	3
BCC	4 Préparation nutritionnelle	12
UE	4.1 Nutrition du sportif	12
BCC	5 Développer son projet personnel et professionnel	3
UE	5.5 Séminaires et job speed dating	3

SEMESTRE 4

Nature	Libellé éléments	ECTS EC
BCC	1 Entraînement pour tout public	3
UE	1.5 Conception et mise en situation professionnelle dans les techniques de forme	3
BCC	4 Préparation nutritionnelle	6
UE	4.2 Conception et mise en situation professionnelle en nutrition	6
BCC	5 Développer son projet personnel et professionnel	3
UE	5.6 Certification haltérophilie (BF2)	3
BCC	6 Développer et manager des projets sportifs	18
UE	6.4 Stage en milieu professionnel (minimum 343 heures)	15
UE	6.3 Portfolio 3 : exploiter ses ressources et son réseau	3