

Composante : FSSEP  
 Cursus : Master  
 Mention : STAPS Entraînement et optimisation de la performance sportive  
 Parcours : Recherche en Sciences du Sport et de l'Activité Physique

Bloc Connaissances et de Compétences	Unité d'Enseignement	Responsable pédagogique	NB ECTS	Volume horaire encadré étudiant	Intitulé	1ère session CC	1ère session CT	2ème session CC	2ème session CT	
<b>SEMESTRE 1</b>										
<b>BCC 1</b>										
Totaux BCC1			18	126-138						
Enseignements Disciplinares	UE1.1 (à choix)	Y. DUFOUR	9	66-78	1 choix parmi 2	CC 30% devoir écrit 2h (questions sur la connaissance des outils et méthodes) et 10% devoir écrit d'Anglais 1h30	CT 60% devoir écrit 4h (étude de cas de préparation mentale)	x		CT 100% devoir écrit de 4h (étude de cas de préparation mentale)
					Connaissances liées au métier, à la démarche, aux tests					
	EC 1 Contrôle respiratoire, techniques de relaxation, mindfulness									
	EC 2 Démarche, tests, programmation									
	EC 3 Entraînement technique									
	EC 4 Études de cas en préparation mentale									
	EC 5 Fixation d'objectifs, Discours interne, switch									
	EC 6 Imagerie mentale									
	EC 7 Le groupe, techniques de communication									
	EC 8 Maîtrise des concepts de base connaissances liées au métier									
	EC 9 Préparation mentale en anglais									
	EC 10 Sophrologie									
	EC 11 Stress, Motivation, Régulation Activation, Attention									
	EC 12 Adaptations musculaires à l'entraînement en endurance	F. DAUSSIN	9	60	EC 1 Déterminants physiologiques de l'aptitude	10% CC - quiz théorique 30%CC - analyse vidéo	60% CT - écrit 1h - analyse de données à partir de cas pratiques	x		100% CT - écrit 1h - analyse de données à partir de cas pratiques
	EC 2 Entraînement intermittent pour développer les perf aérobies									
	EC 3 Evaluation du mouvement									
	EC 4 Evaluation musculaire en isocinétisme									
	EC 5 Indice d'endurance									
	EC 6 L'accélérométrie pour quantifier l'activité de terrain									
	EC 7 L'épreuve d'effort : de la théorie à la pratique									
	EC 8 Méthodes d'évaluation sur le terrain									
	EC 9 Préférence motrice									
	EC 10 Répétition de sprints									
	EC 11									
UE1.2										
Eléments de Recherche en Sciences du Sport et de l'Activité Physique	F. BARBIER Y. WAMAIN O. CHOVAUX P. MUCCI C. MORONI F. WILLE W. NUYTENS F. POTDEVIN				EC1 Biomécanique	Ecrit de 2h et/ou oral mini-projet		Ecrit de 2h et/ou oral mini-projet		
					EC2 Contrôle moteur	x	Ecrit de 2h	x	Ecrit de 2h	
					EC3 Histoire	x	Ecrit de 2h	x	Ecrit de 2h	
					EC4 Physiologie	x	Ecrit de 2h	x	Ecrit de 2h	
					EC5 Psychologie	x	Ecrit de 2h	x	Ecrit de 2h	
					EC6 Sciences économiques et de gestion	x	Ecrit de 2h	x	Ecrit de 2h	
					EC7 Sociologie	x	Ecrit de 2h	x	Ecrit de 2h	
					EC8 Sciences de l'éducation	x	Ecrit de 2h	x	Ecrit de 2h	
<b>BCC 2</b>										
Totaux BCC2			6	30						
Enseignements Génériques	UE 2.1	F. WILLE / Y. WAMAIN	6	30	EC1 Ethique	Pas d'évaluation				
					EC2 Démarche de Recherche en Sciences de la vie	% du dispositif : 100% Dossier - Chaque intervenant à la fin de son cours transmet un article scientifique en anglais (obligatoire) lié au problème qu'il a abordé et demande aux étudiants de faire une fiche de lecture de cet article en s'appuyant sur les 5 points abordés (voir contenu du cours). Pour chaque intervenant, l'étudiant doit rendre son travail par courrier électronique (avec accusé de réception) dans un délai défini par l'intervenant				
		B. ZOUDJI	24	Bibliographie et communication scientifique (Banques de données, les différents types de communication, de publications, indexation, présentation d'article...)						
				Biomécanique						
				Contrôle Moteur						
				Physiologie						
		F. WILLE	24	EC3 Démarche de Recherche en Sciences Humaines	A l'initiative de l'enseignant (Dossiers ou Oral)		A l'initiative de l'enseignant (Dossiers ou Oral)			
				Histoire						
				Sociologie						
				Information, Communication						
				Sciences de gestions						
				Sciences Economiques						
		Sciences de l'Education								
		<b>BCC 3</b>								
Totaux BCC3			6	14						
Enseignements Professionnels	UE3.1	Projet de l'Etudiant	6	14	EC1 Aide et accompagnement à l'insertion professionnelle : portfolio 2	100 % CC (CV vidéo)		CV Vidéo		
					EC2 Développement du projet de recherche	A l'initiative de l'enseignant (Oral et/ou dossier) - Evaluation du développement du projet de recherche : évaluation de l'investissement de l'étudiant et de sa capacité de travail en équipe de recherche par directeur d'équipe de recherche et directeur de mémoire (forme d'évaluation à l'initiative des équipes de recherche)				
		Directeur de mémoire	4							

SEMESTRE 2											
BCC 1											
Totaux BCC1		9		40-60							
UE1.1 (à choix)		9		40-60		1 choix parmi 2					
Enseignements Disciplinaires	UE 1.1 A Préparation mentale	Y. DUFOUR			EC1	Mise en situation professionnelle en préparation mentale	x	CT 100% dossier et oral	x	CT 100% dossier et oral	
					EC2	Préparation mentale : animation de séance					
	UE 1.1 B Préparation physique	F.-X. GAMELIN			EC1	Affûtage					
					EC2	Cardio training sur appareil					
					EC3	Contraintes respiratoires					
					EC4	Contrôle de l'entraînement					
					EC5	Dopage					
					EC6	Éléments de préparation physique					
					EC7	Entraînement et altitude					
					EC8	Mobilité					
					EC9	Modélisation des facteurs de la performance sportive	x	100% CT : écrit 2h00 - questions de réflexion à partir d'un document support	x	100% CT : écrit 2h00 - questions de réflexion à partir d'un document support	
					EC10	Principes de la programmation appliquée à long terme					
					EC11	Récupération					
					EC12	RPE - Chronobiologie					
					EC13	Surentraînement et désentraînement					
		EC14	Thermorégulation								
		EC15	Traumatologie du sportif								
BCC 2											
Totaux BCC2		12		70							
UE 2.1		12		70							
Enseignements Génériques	Outils de mesure et d'analyse en Sciences du Sport et de l'Activité Physique	F. DAUSSIN			EC1	Outils de mesure et d'analyse en Sciences Expérimentales					
		F. BARBIER				Informatique scientifique	Dossier ou Oral (synthèse des traitements informatiques programmés ainsi qu'une démonstration du programme développé)	x	Dossier ou Oral (synthèse des traitements informatiques programmés ainsi qu'une démonstration du programme développé)	x	
		F. ANCEAUX				Statistiques	Dossier	x	Dossier	x	
		Y. WAMAIN				Analyse et mesures en Sciences expérimentales (3 journée de TP) TP basés sur des concepts simples et transversaux : modélisation, corrélations, fiabilité, reproductibilité, sensibilité...	Dossier (rapport à l'issu de chaque TP)	x	Dossier	x	
		W. NUYTENS				EC2	Techniques de recherche en Sciences Humaines et Sociales et de Gestion				
		E. PASSAVENT				Statistiques	Dossier	x	Dossier	x	
		O. CHOVAUX				Histoire	Dossier (note de cadrage)	x	Dossier (note de cadrage)	x	
		W. NUYTENS				Sociologie	Dossier (note de cadrage)	x	Dossier (note de cadrage)	x	
		F. WILLE				Information, Communication	Dossier	x	Dossier	x	
		M. TERRIEN				Sciences Economiques et de Gestion	Dossier	x	Dossier	x	
		I. JOINING				Sciences de l'éducation	Dossier	x	Dossier	x	
		BCC 3									
		Totaux BCC3		9		21					
UE3.1		9		21							
Enseignements Professionnels	Projet de l'Etudiant	Propre à chaque établissement		16	EC1	Projet de recherche de l'étudiant : séminaires	Attestation à au minimum 4 séminaires (1/2 journée) à rendre avec le mémoire				
		Propre à chaque établissement		5	EC2	Expérience professionnelle (min 280h)	50% Mémoire - 50% Oral	50% Mémoire - 50% Oral			

SEMESTRE 3										
BCC 1										
Totaux BCC1		18		120						
Enseignements Disciplinaires	UE1.1		18	120		Choisir 1 EC Majeur au choix correspondant au projet de recherche de l'étudiant (coef.3) + 1 EC mineur complémentaire (coef. 2)				
	Sciences du Sport et de l'Activité Physique	F. BARBIER		60	EC1	Biomécanique		écrit de 4h et/ou oral et/ou mini-projet		écrit de 4h et/ou oral et/ou mini-projet
		Y. WAMAIN		60	EC2	Contrôle Moteur		écrit de 4h		écrit de 4h
		O. CHOVAUX		60	EC3	Histoire		écrit de 4h + Oral		écrit de 4h + Oral
		P. MUCCI		60	EC4	Physiologie		écrit de 4h		écrit de 4h
		C. MORONI		60	EC5	Psychologie		écrit de 2h + Dossier		écrit de 2h + Dossier
		F. WILLE		60	EC6	Sciences Economiques et de Gestion		écrit de 4h et/ou oral et/ou dossier		écrit de 4h et/ou oral et/ou dossier
		W. NUYTENS		60	EC7	Sociologie		écrit de 4h		écrit de 4h
N. JELEN / F. POTDEVIN		60	EC8	Sciences de l'Education		écrit de 4h et/ou oral et/ou dossier		écrit de 4h et/ou oral et/ou dossier		
BCC 2										
Totaux BCC2		6		28						
Enseignements Génériques	UE2.1		6	28						
	Analyse scientifique en SSAP et Anglais	R. HURDIEL		16	EC1	Analyse scientifique en SSAP	Choix de 2 journées TD proposées - Rapport à l'issue de chacune des journées / Passage de la certification en anglais non-obligatoire		Choix de 2 journées TD proposées - Rapport à l'issue de chacune des journées / Passage de la certification en anglais non-obligatoire	
Selon Composante			12	EC2	Préparation à certification Anglais					
BCC 3										
Totaux BCC3		6		30						
Enseignements Professionnels	UE3.1		6	30						
	Projet de l'étudiant	P. MUCCI et Directeur de mémoire / Laboratoire d'accueil		6	EC1	Aide et accompagnement professionnel / portfolio 3	Oral et/ou dossier et à l'initiative de l'unité de recherche pour évaluation du développement du projet de recherche : Evaluation de l'investissement de l'étudiant et de sa capacité de travail en équipe de recherche par directeur d'équipe de recherche et directeur de mémoire		Oral et/ou dossier et à l'initiative de l'unité de recherche pour évaluation du développement du projet de recherche : Evaluation de l'investissement de l'étudiant et de sa capacité de travail en équipe de recherche par directeur d'équipe de recherche et directeur de mémoire	
			24	EC2	Développement du projet de recherche					
SEMESTRE 4										
BCC 3										
Totaux BCC3		30		56						
Expérience Professionnelle	UE3.1		30	56						
	Formation au travail de recherche scientifique	P. MUCCI		16	EC1	Séminaires scientifiques	Présence obligatoire à au moins 4 demi-journées de séminaires scientifiques dans l'année universitaire (Validation par attestations de présence à rendre avec la demande de soutenance 15 jours avant l'oral)		Présence obligatoire à au moins 4 demi-journées de séminaires scientifiques dans l'année universitaire (Validation par attestations de présence à rendre avec la demande de soutenance 15 jours avant l'oral)	
		Responsable SSAP (U Lille)		40	EC2	Aide au projet de recherche de l'étudiant				
					EC3	Expérience Professionnelle - Stage (280 h minimum)	Mémoire 50% + Soutenance Orale 50%		Mémoire 50% + Soutenance Orale 50%	