

## MAQUETTE / MCC M1/M2 Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive - PMEOS1-180 / PMEOS2-180

### COMPENSATION

*Les MCC déterminent le mode de compensation entre UE, semestre et année ainsi que la possibilité d'une note éliminatoire.*

#### Obtention des UE

#### Obtention du Semestre

Moyenne sur l'ensemble du semestre

#### Obtention de l'Année

Moyenne à chaque semestre

#### Note éliminatoire

Moyenne à l'UE Projet professionnel et de recherche aux semestres pairs

### REDOUBLEMENT

1 seul redoublement autorisé sur l'ensemble du master

### ORIENTATION M1 ⇔ M2

En fin de première année de master, le jury d'année se prononce sur l'admission à poursuivre de l'étudiant, au sein de la mention, en précisant le parcours.

Décision : admis à poursuivre au sein de la mention A... dans le (s) parcours: 1 ou parcours 2 (si plusieurs options proposées).

### TEXTES RÉGLEMENTAIRES

[Arrêté du 22 janvier 2014 fixant le cadre national des formations conduisant à la délivrance des diplômes nationaux de licence, de licence professionnelle et de master](#)

[Arrêté du 25 avril 2002 relatif au diplôme national de master](#)

**SEMESTRE 1 - PMS1PPR**

Nature ELP	Libellé ELP	Code ELP	Heures CM	Heures TD	Heures TP	ECTS	Coeff	Conservati on note (si oui durée)	Capitalisable	Compensation	Type Contrôle	Si CC&CT coef du CT	1ère session			2ème session	
													Contrôle Continu	CT pour les dispensés	Nbre d'évaluation minimum	Nature	Durée
Unité d'enseignement	UE1 Méthodologie de l'entraînement	PMUE105				6			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		2	Écrit	3h	Écrit	3h
Élément constitutif d'une UE	Mesure et recueil des données de l'entraînement	PMEE112	4	6					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Organisation, gestion et visualisation d'une base de données de l'entraînement	PMEE113	8	16					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Informatique avancée et traitement de données 1	PMEE114	4	12					Non	Oui							
Unité d'enseignement	UE2 Approches bioénergétique et neuropsychologique de la performance et de la blessure	PMUE101				3			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		2	Écrit	3h	Écrit	3h
Élément constitutif d'une UE	Bioénergétique de la performance	PMEE100	8	2					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Neurosciences	PMEE101	8	2					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Déterminants psychologiques de la blessure chez le sportif	PMEE102	8	2					Non	Oui							
Unité d'enseignement	UE3 Préparation physique et planification de l'entraînement 1	PMUE102				6			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		2	Écrit	3h	Écrit	3h
Élément constitutif d'une UE	Préparation physique : Force 1	PMEE103	2	8					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Préparation physique intégrée : sports collectifs	PMEE104	4	12					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Quantification et planification de la charge d'entraînement	PMEE105	4	12					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Apprentissage moteur	PMEE111	2	6					Non	Oui							
Unité d'enseignement	UE4 Méthodologie de la réathlétisation	PMUE103				6			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		2	Écrit	3h	Écrit	3h
Élément constitutif d'une UE	Bases théoriques et pratiques de la réathlétisation	PMEE107	10	14					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Anatomie fonctionnelle et traumatologie articulaire	PMEE108	5	20					Non	Oui							
Unité d'enseignement	UE5 Projet professionnel et de recherche	PMUE104				9			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		2	Rapport/Mémoire		Rapport/Mémoire	
Élément constitutif d'une UE	Préparation au Stage	PMEE109	4	16					Non								
Élément constitutif d'une UE	Anglais scientifique	PMEE110		20					Non								

**SEMESTRE 2 - PMS2PPR**

Nature ELP	Libellé ELP	Code ELP	Heures CM	Heures TD	Heures TP	ECTS	Coeff	Conservati on note (si oui durée)	Capitalisable	Compensation	Type Contrôle	Si CC&CT coef du CT	1ère session			2ème session	
													Contrôle Continu	CT pour les dispensés	Nbre d'évaluation minimum	Nature	Durée
Unité d'enseignement	UE16 Outils d'évaluation et d'analyse des données de l'entraînement	PMUE200				6			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		2	Écrit	3h	Écrit	3h
Élément constitutif d'une UE	Méthodologie de l'évaluation	PMEE200	8	12					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Statistiques	PMEE201	4	16					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Evaluation et suivi du sportif : outils quantitatifs	PMEE202	2	8					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Interprétation des données de l'entraînement	PMEE214	4	12					Non	Oui							
Unité d'enseignement	UE7 Approches physiologique, neurophysiologique et psychologique de la performance	PMUE201				3			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		2	Écrit	3h	Écrit	3h
Élément constitutif d'une UE	Physiologie cardiorespiratoire	PMEE204	4	6					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Déterminants neuromusculaires de la performance	PMEE205	4	6					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Déterminants psychologiques de la performance sportive	PMEE206	4	10					Non	Oui							
Unité d'enseignement	UE8 Préparation physique	PMUE202				6			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		2	Écrit	3h	Écrit	3h
Élément constitutif d'une UE	Préparation physique : Aérobic 1	PMEE207	2	8					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Prescription de la préparation physique dans le cadre de l'entraînement	PMEE208	8	12					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Conduite de séance	PMEE215	2	6					Non	Oui							
Unité d'enseignement	UE9 Réathlétisation	PMUE203				3			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		2	Écrit	3h	Écrit	3h
Élément constitutif d'une UE	Conception et conduite de séance de réathlétisation	PMEE210	4	16					Non	Oui							
Élément constitutif d'une UE	Prévention de la blessure	PMEE216	4	6					Non	Oui							
Unité d'enseignement	UE10 Projet professionnel et de recherche	PMUE204				12			Oui	Non			2	Rapport/Mémoire		Rapport/Mémoire	
Élément constitutif d'une UE	Préparation au Stage	PMEE212	4	16			10		Non	Non							
Élément constitutif d'une UE	Ethique	PMEEETH	14	6			2		Oui	Non							

### SEMESTRE 3 - PMS3PPR

													1ère session		
													Contrôle Continu	CT pour les dispensés	
Nature ELP	Libellé ELP	Code ELP	Heures CM	Heures TD	Heures TP	ECTS	Coeff	Conservation note (si oui durée)	Capitalisable	Compensation	Type Contrôle	Si CC&CT coef du CT	Nbre d'évaluation minimum	Nature	Durée
<b>Unité d'enseignement</b>	<b>UE11 Approches physiologique, biologique et biomécanique de l'entraînement</b>	<b>PMUE300</b>				<b>3</b>			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		<b>2</b>	Écrit	<b>3h</b>
Élément constitutif d'une UE	Bioénergétique de la performance	PMEE300	2	4					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Diététique du sportif	PMEE301	4	6					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Plasticité musculaire	PMEE302	2	4					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Déterminants neurophysiologiques de la contraction musculaire	PMEE303	4	6					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Analyse du mouvement et biomécanique	PMEE304	8	12					Non	Oui					
<b>Unité d'enseignement</b>	<b>UE12 Approche psychologique de l'entraînement</b>	<b>PMUE301</b>				<b>3</b>			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		<b>2</b>	Écrit	<b>3h</b>
Élément constitutif d'une UE	Préparation psychologique à la performance	PMEE305	6	12					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Prise en charge de l'athlète blessé : études de cas psychologiques	PMEE306	4	8					Non	Oui					
<b>Unité d'enseignement</b>	<b>UE13 Préparation physique et planification de l'entraînement 2</b>	<b>PMUE302</b>				<b>6</b>			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		<b>2</b>	Écrit	<b>3h</b>
Élément constitutif d'une UE	Préparation physique : Force 2	PMEE307	2	4					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Préparation physique : Vitesse	PMEE308	2	8					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Profil Force-Vitesse-Puissance et Performance	PMEE309	4	20					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Outil d'évaluations de la charge d'entraînement	PMEE310	2	6					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Quantification et planification de la charge d'entraînement	PMEE311	2	4					Non	Oui					
<b>Unité d'enseignement</b>	<b>UE14 Méthodologie de la réathlétisation</b>	<b>PMUE303</b>				<b>6</b>			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		<b>2</b>	Écrit	<b>3h</b>
Élément constitutif d'une UE	Planification de la réathlétisation	PMEE312	6	24					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Plasticité tendineuse et ses limites	PMEE313	3	12					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Anatomie du geste sportif	PMEE314	2	8					Non	Oui					
<b>Unité d'enseignement</b>	<b>UE15 Projet professionnel et de recherche</b>	<b>PMUE304</b>				<b>12</b>			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		<b>2</b>	Rapport/Mémoire	
Élément constitutif d'une UE	Préparation au stage 3 - Pré-mémoire	PMEE315	2	8					Non	Oui					

### SEMESTRE 4 - PMS4PPR

													1ère session		
													Contrôle Continu	CT pour les dispensés	
Nature ELP	Libellé ELP	Code ELP	Heures CM	Heures TD	Heures TP	ECTS	Coeff	Conservation note (si oui durée)	Capitalisable	Compensation	Type Contrôle	Si CC&CT coef du CT	Nbre d'évaluation minimum	Nature	Durée
<b>Unité d'enseignement</b>	<b>UE16 Outils d'évaluation et d'analyse des données de l'entraînement</b>	<b>PMUE400</b>				<b>3</b>			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		<b>2</b>	Écrit	<b>3h</b>
Élément constitutif d'une UE	Informatique avancée et traitement de données 2	PMEE400	2	8					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Entrepreneuriat	PMEE401	4	16					Non	Oui					
<b>Unité d'enseignement</b>	<b>UE17 Approches physiologiques et neuromusculaires de la performance</b>	<b>PMUE401</b>				<b>3</b>			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		<b>2</b>	Écrit	<b>3h</b>
Élément constitutif d'une UE	Physiologie cardiorespiratoire	PMEE402	4	6					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Réponse hormonale à l'entraînement et performance	PMEE403	4	6					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Fatigue et récupération : déterminants et applications à l'entraînement	PMEE404	8	12					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Analyse biomécanique du mouvement	PMEE405	4	6					Non	Oui					
<b>Unité d'enseignement</b>	<b>UE18 Préparations physique et psychologique</b>	<b>PMUE402</b>				<b>3</b>			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		<b>2</b>	Écrit	<b>3h</b>
Élément constitutif d'une UE	Préparation physique : Aérobic 2	PMEE406	2	4					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Préparation physique intégrée : sports individuels	PMEE407	4	4					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Préparation physique : Souplesse - Mobilité	PMEE408	4	6					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Approche psychosociale des comportements alimentaires chez le sportif	PMEE409	4	6					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Préparation psychologique à la performance	PMEE410	2	10					Non	Oui					
<b>Unité d'enseignement</b>	<b>UE19 Méthodologie de la réathlétisation et de la prévention de la blessure</b>	<b>PMUE403</b>				<b>3</b>			Oui	Oui	CCI (CC Intégral)		<b>2</b>	Écrit	<b>3h</b>
Élément constitutif d'une UE	Méthodologie de la réathlétisation	PMEE411	6	14					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Approfondissement thématique : apport de la science à la réathlétisation	PMEE412	4	6					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Pathologies non traumatiques du sportif	PMEE413	4	6					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Prévention de la blessure	PMEE414	8	12					Non	Oui					
Élément constitutif d'une UE	Anatomie fonctionnelle appliquée à la réathlétisation	PMEE416	4	6					Non	Oui					
<b>Unité d'enseignement</b>	<b>UE20 Projet professionnel et de recherche</b>	<b>PMUE404</b>				<b>18</b>			Oui	Non	CCI (CC Intégral)		<b>2</b>	Rapport/Mémoire	
Élément constitutif d'une UE	Préparation au stage 4 - Mémoire	PMEE415	2	8					Non	Non					