

## MAQUETTE / MCC M1/M2 Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive - PMEOS1-400 / PMEOS2-500

### 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 - PMS01PPR**

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	Durée	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 - PMS02PPR**

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	Durée	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, neuropsychologique 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 - PMS03PPR

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	1ère session		
													Contrôle Continu	CT pour les dispensés	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 - PMS04PPR

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	1ère session		
													Contrôle Continu	CT pour les dispensés	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					