

Master Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive

Objectifs

L'objectif du master mention EOPS est de former les étudiants à l'intervention, à une expertise scientifique, technique et organisationnelle dans le domaine de la performance et de l'entraînement sportif.

Il s'agit de la seule formation de niveau Master sur la région Bretagne - Pays de Loire et sur tout le Grand Ouest dédiée au domaine de l'activité physique, du sport et du mouvement en relation avec la santé, utilisant l'apport des nouvelles technologies et dispensant conjointement des compétences dans les domaines de l'entraînement, de la physiologie de l'exercice, de la biomécanique du mouvement, de la nutrition, et de la psychologie du sport.

Le master EOPS est une formation qui permet d'acquérir des compétences pluridisciplinaires (physiologie, biologie, biomécanique, informatique, psychologie, etc.) dans les domaines de la préparation physique et mentale, de l'accompagnement scientifique de la performance, de la prévention des blessures et de la reprise de l'activité après blessure. Après un cursus de licence, ouvert à tous les aspects de l'entraînement sportif, la formation de master se focalise sur les savoirs développés par les travaux de recherche menés dans les différents laboratoires auxquels est adossé ce Master. L'objectif est également de dispenser une formation pluridisciplinaire et scientifique ayant pour finalité l'entraînement sportif pour que les diplômés puissent agir professionnellement dans toutes les structures sportives (e.g., clubs, fédérations sportives, monde professionnel et secteur socio-économique du sport, etc.) et dans des services ou laboratoires de recherche et développement.

Le parcours **EOPS-Brest** (Accompagnement de la performance et sciences humaines) a pour objectif de former des professionnels compétents pour accompagner des personnes (ou des équipes) impliquées dans la réalisation d'un projet de performance. Les thèmes spécifiquement abordés concernent : les techniques de préparation mentale, l'exploitation de l'analyse vidéo pour la formation et la performance, les techniques d'autoconfrontation, la cohésion et l'intelligence collective, et les approches anthropo-centrées de dispositifs de formation émergents (réalité virtuelle et nouvelles technologies).

Le parcours **EOPS-Nantes** a pour objectif de former des intervenants spécialisés dans la conception et le pilotage de programmes de renforcement musculaire et de réathlétisation. Les thèmes abordés concernent la prévention et la prise en charge des blessures, les coordinations motrices, le développement des qualités musculaires, la proprioception, les adaptations neuromusculaires à l'entraînement, les techniques de renforcement musculaire et d'optimisation du mouvement.

Le parcours **EOPS-Rennes** a pour vocation de former des professionnels de haut niveau dans le domaine de l'évaluation, de l'analyse et de la programmation du mouvement. Au-delà de l'amélioration de la performance du sportif de tout niveau, le but ici est de former des cadres capables d'évaluer, de concevoir, d'organiser, de gérer et de concrétiser des projets de récupération, d'entretien et de développement de la performance par l'activité physique.

Les compétences développées dans cette mention de master ouvrent aux étudiants des débouchés, à la fois dans le milieu de l'entraînement, le secteur public et dans les secteurs industriel, économique et de la santé. Des possibilités de poursuites d'études en doctorat sont également possibles, comme le montrent les étudiants qui poursuivent leur cursus dans cette voie chaque année. Les débouchés se situent dans les structures professionnelles (comme préparateur physique ou mental, responsable de centre formation), les centres de haut niveau, les fédérations, les institutions, etc. Les diplômés sont en mesure d'assurer la conception et le pilotage des programmes d'entraînement, sur le court, moyen et long terme. Ils sont formés aux nouvelles technologies ce qui doit leur permettre non seulement de mieux s'adapter à l'évolution future des métiers de l'entraînement et du

sport mais aussi d'être de véritables acteurs des innovations qui se développent dans ce domaine.

Infos pratiques

Faculté des Sciences du Sport et de l'Éducation à Brest

Formation accessible en : formation initiale, formation continue financée

Durée : 2 ans

Contacts

Responsable formation : Cyril BOSSARD02 98 01 67 40

Scolarité

Scolarité Fac. SSE

scolarite.FSSE@univ-brest.fr

Programme

Parcours Accompagnement de la performance et Sciences Humaines

Dernière mise à jour le 16 février 2018