Université de Bretagne Occidentale

Faculté des Sciences du Sport & de l'Éducation

MASTER ENTRAÎNEMENT ET OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE SPORTIVE

## PARCOURS ACCOMPAGNEMENT DE LA PERFORMANCE INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE

**Semestre 7**

# UE B - Analyser et modéliser la performance

## Objectifs

**Objectifs et compétences visées :**

- être capable d'analyser la performance dans une activité sportive et d'identifier les déterminants physiologiques, biomécaniques et psychologiques de la performance

- être capable de modéliser ces déterminants et leurs interactions

**15 crédits ECTS**

Volume horaire

Travaux Dirigés : 100h
Cours Magistral : 20h

## Descriptif

**Programme / ressources :**

**1.Rappel et approfondissement théoriques**: Les déterminants (bases théoriques et applications mobilisant un outil de mesure, accompagnement analyse)

5 blocs :

1. Déterminants physiologiques-biomécaniques
2. Motivation et déterminants sociaux-cognitifs
3. Facteurs d'équipe
4. Facteurs cognitifs et décisionnels
5. Émotions, stress et états biopsychosociaux

**2. Méthodologie d'analyse et métrologie**

**3. Anglais des sciences du sport**

**4. Accompagnement individuel**(feed-backs)

## Modalités de contrôle des connaissances

### Session 1 ou session unique - Contrôle de connaissances

| Nature de l'enseignement | Modalité | Nature | Durée (min.) | Coefficient | Remarques |
|---|---|---|---|---|---|
| | CC | Autre nature | | 100 | oral + oral de groupe + dossier |

## Langue d'enseignement

Français