

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**  
CC

**Nature**  
Ecrit - rapport

**Durée (min.) Coefficient**   **Remarques**

#### Langue d'enseignement

Français