

MASTER ENTRAÎNEMENT ET OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE SPORTIVE

PARCOURS ACCOMPAGNEMENT DE LA PERFORMANCE INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE

Semestre 8

UE A - S'inscrire dans un équilibre entre performance et santé

Objectifs

- Acquérir des connaissances scientifiques sur l'équilibre performance – santé en sport.
- Être capable de mobiliser ces connaissances pour identifier les facteurs de risque et les mesurer dans un contexte de performance.
- Être capable de proposer des remédiations pour traiter des problématiques de santé du sportif.

4 crédits ECTS

Volume horaire
Travaux Pratiques : 10h
Cours Magistral : 20h

Descriptif

- Éthique
- Violences dans le sport
- Santé mentale
- Promotion des comportements de santé
- Troubles du comportement alimentaire

Bibliographie

- Ressources à visionner en ligne :
Webinaire de Nathalie Durand-Bush : La promotion et la gestion de la santé mentale et la performance mentale dans le contexte sportif de haut-niveau <https://www.youtube.com/watch?v=-87fbFmHm3o&t=10s>
Webinaire de Vincent Gouttebauge : Les troubles de la santé mentale dans le sport élite <https://www.youtube.com/watch?v=Ysn648k94vM>
Webinaire d'Aurélié Van Hoyer : Promouvoir la santé dans les clubs sportifs : les résultats du projet PROSCeSS

Modalités de contrôle des connaissances

Session 1 ou session unique - Contrôle de connaissances

Nature de l'enseignement	Modalité	Nature	Durée (min.)	Coefficient	Remarques
	CC	Ecrit - devoir surveillé		50%	
	CC	Ecrit - devoir surveillé		50%	

Langue d'enseignement

Français