

Master Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive

Objectifs

L'objectif du Master STAPS mention EOPS est de former les étudiants à **l'accompagnement de la performance et à l'entraînement sportif**. La formation brestoise propose une **approche systémique** pour l'analyse et le développement des différents déterminants de la performance sportive, avec un renforcement des connaissances et compétences scientifiques en **psychologie du sport**. D'une part, les enseignements porteront non seulement sur ces déterminants de la performance, mais ils chercheront à les **articuler pour concevoir des programmes** d'optimisation de la performance. D'autre part, la formation portera non seulement sur l'activité d'un ou plusieurs athlètes (équipe), mais aussi sur l'activité de l'entraîneur (staff), et le projet sportif (structure).

COMPÉTENCES

Le master EOPS est une formation **pluridisciplinaire** qui permet le développement de compétences dans les domaines de l'entraînement sportif, la préparation physique, la coordination d'équipe et de projet – performance, le développement de projet sportif et de structure, ...

Avec une spécialisation en psychologie du sport, le master STAPS EOPS APIC de Brest de vise 3 compétences spécifiques :

- > La conception, mise en œuvre et évaluation de programmes de préparation mentale ;
- > L'analyse de la performance individuelle-collective et l'optimisation tactique ;
- > Le suivi de la charge d'entraînement et la récupération.

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 pédagogique

BOSSARD Cyril

cyril.bossard@univ-brest.fr

Tel. 02 98 01 67 40

Responsable Secrétariat pédagogique

Scolarité Fac. SSE

scolarite.FSSE@univ-brest.fr

Programme

Parcours Accompagnement de la performance individuelle et collective

Dernière mise à jour le 02 mars 2026