

# Master Entraînement et optimisation de la performance sportive – Parcours : Accompagnement Scientifique de la Performance

SCIENCES, TECHNOLOGIES, SANTÉ

## Présentation

Seul diplôme de niveau 7 préparé sur le site de l'INSEP, ce master est fondateur des compétences attendues pour exercer des missions de cadres supérieurs dans le champ de l'excellence sportive.

Ce master « Accompagnement Scientifique de la Performance » occupe une place fondamentale dans la mise en œuvre d'une stratégie de formation des cadres de la haute performance de l'INSEP.



Intervenants :

Enseignants-chercheurs ou chercheurs intervenant dans leur domaine de compétence, notamment pour les enseignements scientifiques au cœur de la formation :

Florian Britto (MCF-HDR, INSERM U1016, Université Paris Cité), Franck Brocherie (EA 7370, INSEP), Pr. François Desgorces (URP 7329, Université de Reims), Pr. Arnaud

Ferry (INSERM UMRS 974, Université Paris Cité), Hélène Joncheray (MCF-HDR, EA 7370, INSEP), Jérôme Koral (EA 7370, INSEP), Anne-Claire Macquet (HDR, EA 7370, INSEP), Jean Slawinski (MCF-HDR, EA 7370, INSEP), Damien Vitiello (MCF-HDR, URP 3625, Université Paris Cité)...

Mais également des DTN, des entraîneurs de Haut-niveau, des cadres d'EDF,...

## OBJECTIFS

Elever le niveau de l'encadrement sportif français (culture sportive, institutionnelle et professionnelle, acculturation scientifique des staffs).

Former des cadres appelés à assurer, aujourd'hui et demain, des responsabilités majeures dans le secteur du sport de haut niveau.

## COMPÉTENCES VISÉES

- Former des professionnels capables de s'intégrer dans des équipes en adoptant une posture appropriée à leur mission
- Former des professionnels qui appréhendent une conception de l'entraîneur « chef de projet de performance » et une conception de l'athlète « porteur de son projet de vie ».
- Former des professionnels disposant de compétences scientifiques et d'outils permettant d'éclairer les décisions des entraîneurs de haut niveau dans leur mission de construction du projet de performance.

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)

- Former des cadres disposant d'une culture fédérale et d'outils permettant l'aide à la décision des managers de projets en lien direct ou indirect avec la performance, ses enjeux, ses besoins et ses retombées sociales, économiques, culturelles

## Programme

### ORGANISATION

La première année est fondée sur l'acculturation aux problématiques d'accès à la haute performance (connaissance des pratiques et des problématiques vécues par les acteurs, enjeux de gouvernance du sport français, observation et analyse de la performance, connaissance des thématiques d'actualité dans le domaine de la recherche, découverte d'outils d'analyse scientifique, découverte d'outils de management, remise à niveau en préparation physique, etc...) et l'apprentissage des méthodes de testing des facteurs de la performance (Pré-Post).

Elle est articulée autour de 4 blocs principaux :

- BLOC 1 (Interagir en Relation Professionnelle)
- BLOC 2 (Optimisation de la Performance)
- BLOC 3 (Analyse Scientifique de la Performance)
- BLOC 4 (Ingénierie et Management de Projet)

La deuxième année se poursuit avec une spécialisation dans le domaine de l'Accompagnement Scientifique de la Performance (ASP). L'objectif est de passer du "testing" au "monitoring", c'est à dire d'être capable de mettre en place un suivi hebdomadaire voire quotidien de la charge d'entraînement. Dans les autres blocs (IRP, MP et OP) ce sont des cas pratiques, des diffusions de bibliographie avec mise en ligne des supports pédagogiques et des simulations et/ou des jeux de rôle.

### STAGE

**Stage :** Obligatoire

**Durée du stage :** M1 : 180h - M2 : 600h

#### Stages et projets tutorés :

180h en 1ère année ; 600h en 2ème année (300h mémoire

recherche et 300h mémoire ASP)

Le stage occupe une place centrale dans la formation.

Chaque stage est tutoré par un directeur de stage employé

dans la structure d'accueil.

La soutenance du rapport de stage est centrale dans le

contrôle terminal des différents blocs.

Autres projets tutorés : mémoire scientifique

## Admission

Sportifs, entraîneurs, juges et arbitres de haut niveau

Etudiants ou professionnels ayant une expérience avérée dans le domaine du sport de compétition.

<https://www.insep.fr/fr>

### PRÉ-REQUIS

#### Prérequis pour entrer en M1 :

Licence ou autre BAC+3 ou validation d'acquis personnels et professionnels (VAPP D. 23/08/1985) ou Titulaire d'un DESJEPS (ou BEES 2ème degré) dans une discipline sportive.

#### Prérequis pour entrer en M2 :

Master 1 ou maîtrise ou autre BAC + 4 ou validation d'acquis personnels et professionnels (VAPP D. 23/08/1985)

#### Droits de scolarité :

Toute inscription à un diplôme national implique le paiement des droits de scolarités fixés annuellement par le ministère, et des frais de formation continue selon le profil. Retrouver tous les tarifs spécifiques au public en formation continue en [cliquant ici](#)

**Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)**

## Et après ?

### POURSUITE D'ÉTUDES

Avec l'obtention du Master, vous pouvez ensuite si vous le souhaitez poursuivre vos études en doctorat et réaliser ainsi une thèse en contrat doctoral ou CIFRE. Plus d'informations [ici](#).

### PASSERELLE

Les étudiants peuvent se réorienter à la fin de l'année universitaire dans un autre master dans le domaine sportif. Les dispenses d'UE seront étudiées au cas par cas.

### TAUX DE RÉUSSITE

82.61%

sur l'année de diplomation 2022-2023 (nombre d'admis par rapport au nombre d'inscrits administratifs)

### DÉBOUCHÉS PROFESSIONNELS

Prioritairement :

- Membres des cellules d'optimisation de la performance (accompagnateurs scientifiques, analystes de la performance, référents scientifiques des fédérations)
- Cadres des fédérations sportives œuvrant auprès des Directions Techniques Nationales (chefs de projet dans des domaines en lien direct ou indirect avec le sport de haut niveau)

Accessoirement :

- Chercheurs dans le domaine du sport de haut niveau
- Membre des staffs œuvrant auprès de sportifs de haut niveau (entraîneurs, préparateurs physiques, préparateurs mentaux)

## Contacts

### Responsable Master STAPS - EOPS

Hervé di Domenico

[herve.didomenico@insep.fr](mailto:herve.didomenico@insep.fr)

### Secrétariat pédagogique

Yasmina Zouaoui

01 41 74 45 23

[yasmina.zouaoui@insep.fr](mailto:yasmina.zouaoui@insep.fr)

## En bref

### Composante(s)

UFR STAPS

### Niveau d'études visé

BAC +5 (niveau 7)

### ECTS

120

### Modalité(s) de formation

- Formation initiale
- Formation professionnelle

### Validation des Acquis de l'Expérience

Oui

### Langue(s) des enseignements

- Français

### Lieu de formation

INSEP

**Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)**