



SCIENCES, TECHNOLOGIES, SANTÉ

Master mention Sciences du sport parcours Entraînement : biologie, nutrition, santé

Sciences et techniques des activités physiques et sportives – STAPS



Niveau d'étude
visé
BAC +5



ECTS
120 crédits
crédits



Durée
2 ans



Composante
UFR de santé,
médecine
et biologie
humaine



Langue(s)
d'enseignement
Français

Parcours proposés

- Master2 Entraînement : Biologie, Nutrition, Santé
- Master1 Entraînement : Biologie, nutrition, santé

Présentation

Objectifs

- Amener les étudiants à avoir une bonne compréhension des facteurs limitant la performance motrice chez l'homme, des réponses des grands systèmes physiologiques à l'exercice et des processus impliqués dans les adaptations à l'entraînement physique ou sportif ;
- Acquérir une bonne connaissance des techniques et savoir-faire dans le domaine de l'entraînement physique, de la préparation physique, de la nutrition appliquée à l'exercice, de la réhabilitation physique ;
- Prévenir les étudiants des risques liés à la pratique sportive (physiopathologie de l'effort, de la traumatologie du sport) et des méfaits du dopage ; ceci grâce à un large spectre de

connaissances dans le domaine des sciences de la vie et de la santé et des mises en stages appropriées.

Savoir-faire et compétences

Le diplômé dispose d'une triple compétence, scientifique, technique et professionnelle, lui permettant d'assurer en tant que responsable stratégique et opérationnel, la conception, le pilotage et l'expertise de programmes d'entraînement physique et sportif, de réhabilitation physique ou de prévention des pathologies par l'exercice régulier.

En effet, le diplômé acquiert des compétences en sciences de la vie dans les champs de l'entraînement, du réentraînement sportif et de la préparation physique, et/ou de l'activité physique santé en développant une expertise sur :

- les facteurs biologiques, nutritionnels et environnementaux du vieillissement, des maladies métaboliques liées à la sédentarité et au surpoids, des maladies neuromusculaires et le rôle bénéfique de l'activité physique ainsi que ses modalités ;
- les techniques et savoir-faire dans les domaines de l'entraînement, du réentraînement sportif et de la préparation physique ;



- les contraintes de la démarche scientifique (méthodologie en termes de recherche d'informations, d'analyse critique de la littérature scientifique, de formulations d'hypothèses... et des techniques de valorisation et de vulgarisation des données scientifiques), les freins à la réintégration professionnelle des savoirs, et les caractéristiques de l'anglais scientifique et professionnel dans le domaine du sport et de l'activité physique ainsi que de la nutrition et de la santé.

Admission

Conditions d'admission

M1 :

- De droit pour les licenciés STAPS P13, P5 et P12 ;
- Sur dossier : Licences STAPS, Sciences du vivant des autres universités. Dans tous les cas, il faut avoir un intérêt pour le sport et/ou avoir une pratique sportive.

Passage du M1 au M2 : Après validation du M1 et proposition d'un projet de stage de M2 (Professionnel ou Recherche).

M1 et M2 : Retrait et dépôt des dossiers au secrétariat.

Droits de scolarité

Droits nationaux pour le Master soit 261,10 euros.

Frais de formation (formation continue) :

- Dans le cadre d'une prise en charge : 5500 euros ;
- Demandeur d'emploi non financé (acc. Spé) : 1000 euros ;
- Demandeur d'emploi et individuel non financé et Bénéficiaires des minimas sociaux : Régime Formation initiale.

Et après

Poursuite d'études

Master 2 Entraînement : biologie, nutrition, santé ou autres M2. Cette formation est également une passerelle vers le Master de nutrition humaine de l'Université Paris 13 et permet aux étudiants qui le désirent une poursuite d'étude en épidémiologie de la nutrition.

Insertion professionnelle

- Encadrement du sport et de la remise en forme dans le monde institutionnel ou de l'entreprise ;
- Formateur de cadres du sport ;
- Éducateur physique dans le domaine de la santé (notamment obésité, diabète, vieillesse) ;
- Cadres chargés de coordinations de réseaux de prévention par l'activité physique et la nutrition ;
- Chargés de Recherche et Développement dans l'industrie agro-alimentaire pour produits en direction du monde du sport ;
- Coaching free-lance de remise en forme par l'exercice et la nutrition ;
- Carrière universitaire d'enseignant-chercheur.

Contacts



Contacts

Responsable pédagogique

Michèle BEAUDRY

Responsable administratif

PASQUEL Philippe

☎ 01 48 38 88 72

📍 UFR Santé, Médecine et Biologie Humaine, 74 rue Marcel Cachin

Responsable administratif

Contact validation des acquis

☎ 01 49 40 37 04

✉ svap-cfc@univ-paris13.fr

Responsable administratif

Contact formation continue

☎ 01 49 40 37 64

✉ acc-cfc@univ-paris13.fr

🌐 <http://www.fcu-paris13.fr/site/Home.html>

Responsable Service VOIE

Service Valorisation, Orientation et Insertion professionnelle de l'Etudiant (Campus de Bobigny)

☎ 01 48 38 88 38

✉ orientationbobigny.voie@univ-paris13.fr

🌐 <http://www.scuio.univ-paris13.fr>

Responsable Service VOIE

Service Valorisation, Orientation et Insertion professionnelle de l'Etudiant (Campus de Villetaneuse)

✉ gestion.voie@univ-paris13.fr

🌐 <https://www.univ-paris13.fr/orientation/>



Master2 Entraînement : Biologie, Nutrition, Santé

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
M2 Entraînement: Biologie, Nutrition, Santé	UE				60
Semestre 1	UE				30
UE 10 "Le muscle et sa commande"	UE				9
PNM	UE				3
DRN	UE				3
VM	UE				3
UE 11 "Pathologie et environnement"	UE				6
PAT	UE				3
ENV	UE				3
MED	UE				3
UE 12 "Nutrition de l'effort ou Ergonomie et Handicap"	UE				6
Option 1	UE				6
ECA	UE				3
MIC	UE				3
Option 2	UE				6
ERG	UE				3
HAND	UE				3
UE9 Approfondissements physiologiques	UE				9
CVR	UE				3
MEC	UE				3
NUT	UE				3
Semestre 4	UE				30
ATELIERS	UE				5
MIP	UE				3
PRO	UE				2
MEMOIRE	UE				25
MEMOIRE	UE				25

Master1 Entraînement : Biologie, nutrition, santé

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
M1 Entraînement : Biologie, Nutrition, Santé	UE				
Semestre 1	UE				30
UE 1 Transversale: Méthodologie	UE				6
Méthodologie de la recherche et anglais scientifique	UE				
Statistiques descriptives et inférencielles	UE				
Recherche d'information et construction d'une argumentation	UE				



Informatique	UE	
UE2 Transversale : Exercice et nutrition	UE	9
Biochimie de la nutrition et bioénergétique de l'effort	UE	
Diététique	UE	
Performance et entraînement	UE	
UE3 Adaptation à l'exercice et aux conditions extrêmes	UE	9
Adaptations cardiovasculaires à l'exercice	UE	
Vieillesse et adaptation à l'exercice	UE	
Adaptations aux conditions extrêmes	UE	
UE4 : choix	UE	6
Sport	UE	
Méthodologies de l'entraînement physique et sportif	UE	
Préparation physique	UE	
Nutrition et santé publique	UE	
Semestre 2	UE	30
UE5 : Biomécanique et déconditionnement musculaire	UE	9
Biomécanique de l'appareil locomoteur	UE	
Fonction neuromusculaire	UE	
Déconditionnement et reconditionnement musculaire	UE	
UE6: à choix	UE	6
Thème 1	UE	
Analyse nutritionnelle et métabolique de la perf performance	UE	
Analyse biomécanique de la performance	UE	
Physiopathologie de l'entraînement sportif et dopage	UE	
Nutrition et pathologie	UE	
De la physiologie à la thérapeutique	UE	
UE7: Stage en milieu professionnel ou laboratoire	UE	9
UE8 : complément	UE	6
Projets en milieu associa	UE	
Coaching sportif	UE	
Coaching "préparation mentale	UE	
Physiologie du mouvement	UE	
Adaptations physiologiques à l'effort	UE	