

STAPS : Entraînement et optimisation de la performance sportive

RNCP22518 · RNCP · Publiée

L'essentiel

Niveau de qualification	Niveau 7
Sigle	MASTER — Master
Code(s) NSF	335
Formacode(s)	14454, 15436, 15412
Code(s) ROME	J1403, K2102, G1204
Type d'enregistrement	Enregistrement de droit

Certificateur(s)

Ministère chargé de l'enseignement supérieur

Université de Perpignan Via Domitia

<http://www.univ-perp.fr>

Résumé de la certification

OBJECTIFS ET CONTEXTE

A compléter (Reprise)

ACTIVITÉS VISÉES

Parcours : Altitude et Performance.

Assurer la conception, le pilotage et l'expertise de programmes d'entraînement, d'optimisation de la performance sportive et de ré-athlétisation dans le contexte particulier de l'altitude modérée.

Le diplômé assure la conception, le pilotage et l'expertise de programmes d'entraînement et d'optimisation de la performance sportive ou motrice.

Il organise son activité professionnelle en relation avec trois grandes familles de tâches :

1. Conception de programmes d'intervention (planification et programmation de plans d'entraînement ou de ré-entraînement, conception de plans de formation) sur la base d'une analyse préalable et rigoureuse des caractéristiques du contexte de réalisation de ce programme (analyse de la structure et de l'activité des pratiquants).
2. Mise en place, coordination, conduite et évaluation de ces programmes d'intervention
3. Formalisation et optimisation des compétences des intervenants et de leurs modalités de travail collectif (exemple : s'assurer de la cohérence des interventions des différents intervenants d'un staff technique, proposer des modalités de fonctionnement collectif)

COMPÉTENCES ATTESTÉES

Le titulaire de cette certification est capable de :

- planifier l'entraînement au sein d'une équipe, d'une association sportive.
- coordonner, animer et manager l'équipe et le personnel.
- assurer la formation et la guidance des personnels
- établir des réseaux de relations avec les fédérations sportives.
- valoriser la structure institutionnelle par la communication des résultats sportifs et des évènements.
- contribuer à la réalisation de protocoles d'entraînement en altitude et en plaine.

Le titulaire de cette certification possède les compétences suivantes :

- Caractéristiques socioculturelles des publics

- Techniques de management d'équipe sportive
- Traumatologie
- Psychopédagogie
- Eléments de base en psychologie
- Caractéristiques des équipements sportifs
- Règlementation du sport et des activités sportives
- Anatomie humaine
- Eléments de base en neurosciences du sport
- Règlementation du sport de haut niveau
- Techniques d'entraînement sportif
- Techniques pédagogiques
- Techniques d'animation de groupe
- Méthodes d'analyse de la performance
- Techniques de gestion du stress

Le diplômé dispose d'une triple compétence, scientifique, professionnelle et sportive.

Sur le plan scientifique :

- il possède des connaissances fondamentales dans différents domaines (physiologie, psychologie, ergonomie, sociologie, méthodologie de l'entraînement). Selon ses choix dans son parcours de formation, il a acquis des connaissances approfondies dans un domaine disciplinaire donné ;
- il a acquis la maîtrise de différentes méthodologies d'analyse,
- il est capable de choisir une méthodologie de recueil et d'analyse des résultats adaptée aux caractéristiques de son contexte d'intervention.

Sur le plan professionnel :

- il est capable de modéliser (en identifiant et articulant ses éléments clefs) une performance (motrice ou sportive) sur la base d'une analyse préalable
- il est capable d'analyser les caractéristiques de différentes situations d'intervention
- il a été formé à la conception, conduite et évaluation de programmes d'intervention
- il maîtrise des outils d'évaluation et d'amélioration de la performance (motrice ou sportive)
- il maîtrise des démarches de conception ergonomique et du suivi de la mise en place des innovations (tests, prototypes, évaluations)
- il a été sensibilisé aux enjeux et difficulté des situations de travail collaboratives

Sur le plan sportif

- il est capable d'analyser les ressources mobilisées par la pratique d'une activité physique et sportive
- il est capable de définir les enjeux (en termes de développement sur le plan physique, psychologique, social) liés à la pratique d'une activité physique et sportive
- il maîtrise des savoir-faire spécifique liés à la pratique et à l'intervention dans plusieurs disciplines sportives.

Secteur d'activité et type d'emploi

SECTEURS D'ACTIVITÉS

Il s'agit de former des cadres, professionnels de la préparation physique, des futurs conseillers techniques régionaux et nationaux, des directeurs de fédérations sportives, des dirigeants de clubs, des préparateurs physiques ...

Secteur du sport au sein de structures associatives, publiques, privées ou marchandes.

Organisations intégrant des objectifs et orientations liés à l'amélioration de la performance (sportive ou motrice) pour ou par les activités physiques et sportives.

TYPE D'EMPLOIS ACCESSIBLES

- Chef de projet au sein d'une fédération sportive : recherche, filière de haut niveau, détection, formation des cadres techniques, développement, etc.
- Cadre technique / conseiller sportif dans différents types de structures sportives
- Responsable de centre de formation (à visée d'optimisation de la performance)
- Préparateur physique et/ou mental
- Expert en évaluation des ressources physiques et mentales des sportifs de haut niveau ;

- Chef de projet ou intervenant dans des structures intégrant des objectifs et orientations liés à l'amélioration de la performance motrice par les activités physiques et sportives (centres de ré-éducation ou de ré-habilitation) ;
- Ingénieurs chargés de « recherche – développement » dans des structures privées spécialisées dans le développement de matériels sportifs, de systèmes d'aide à la performance, etc
- Formateurs de cadres sportifs

RÈGLEMENTATIONS D'ACTIVITÉ

A compléter (Reprise)

Marché du travail

Indicateurs au niveau des familles professionnelles (FAP) des métiers visés, agrégés au niveau national — France Travail / DARES (open data).

Tension de recrutement (DARES 2024)	Modérée (3/5) Moyenne pondérée par l'emploi ; les familles ci-dessous s'échelonnent de 2 à 5 sur 5.
Facteurs principaux	Manque de main-d'œuvre disponible, Lien formation-emploi
Salaire médian (mensuel)	2 516 €
Diplôme le plus fréquent	Diplôme de niveau bac+5 ou plus (doctorat, master ou équivalent) en échanges et gestion (36 % des actifs en emploi)
Familles professionnelles (FAP)	L5X92 — Cadres des ressources humaines et du recrutement · tension 2/5 (Faible) V3X80 — Autres professionnels para-médicaux · tension 5/5 (Très élevée) V5X82 — Sportifs et animateurs sportifs · tension 3/5 (Modérée)
Projets de recrutement (BMO 2026)	29 718
Jugés difficiles à recruter	49 %
Emplois saisonniers	47 %
Familles professionnelles (FAP)	L5X92 — Cadres des ressources humaines et du recrutement V3X80 — Autres professionnels para-médicaux V5X82 — Sportifs et animateurs sportifs

Voies d'accès

MODALITÉS D'ACCÈS

Formation initiale, Formation continue, Contrat de professionnalisation, Candidature individuelle, VAE

PRÉREQUIS À L'ENTRÉE EN FORMATION

A compléter (Reprise)

COMPOSITION DU JURY — FORMATION INITIALE, FORMATION CONTINUE, CONTRAT DE PROFESSIONNALISATION, CANDIDATURE INDIVIDUELLE

Oui

COMPOSITION DU JURY — VAE

Jury VAE composé d'une majorité d'enseignants chercheurs

Pour plus d'informations

Fiche officielle (France Compétences)

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rncp/22518/>