



MA-EDPH | M-EDPHM | 2024-2025

# Master en sciences de la motricité, orientation éducation physique

Finalité Européenne en préparation physique, mentale et réathlétisation

Le programme 2024-2025 est susceptible d'être modifié. Celui-ci est donné à titre indicatif.

## Mnémonique du programme

MA-EDPH

- Finalité Européenne en préparation physique, mentale et réathlétisation : M-EDPHM

## Existe également en

- Finalité Entraînement et coaching : M-EDPHC
- Finalité Didactique : M-EDPHD
- Finalité Préparation physique : M-EDPHP

## Type d'études

Master 120 crédits

## Langue de l'enseignement

français

## Horaire

journée

## Catégorie / thématique

Santé / Sciences de la motricité

## Campus

Erasme

## Objectif des études

Au terme de ce master en 120 crédits, vous serez notamment capable en fonction de l'orientation, de planifier des plans d'entraînement pour sportifs de loisirs ou sportifs de haut niveau, de réaliser et interpréter un testing musculaire et métabolique, de maîtriser la nutrition du sportif, de gérer et motiver un groupe d'élèves à pratiquer régulièrement une activité physique. A cette fin, la formation apporte les compétences indispensables dans les domaines de la pédagogie, de l'apprentissage technique et tactique, mais aussi nutritionnel et psychologique (gestion du stress, préparation mentale,...) et maintient un lien constant et étroit entre les bases physiologiques, biomécaniques et leurs applications pratiques.

Une part importante de la formation est réservée à la gestion de groupes.

## Les + de la formation

- La finalité didactique (+ AESS)

Un mois de stage organisé en immersion complète dans l'enseignement secondaire supérieur.

- La finalité préparation physique et fitness

Apport d'outils indispensables pour améliorer la condition physique et les performances du sportif amateur.

- La finalité entraînement et coaching

Planification de la saison du sportif de haut niveau.

Collaboration établie avec les Universités de Lyon et Lausanne.

- La finalité européenne en préparation physique et mentale et réathlétisation

Master organisé en co-diplomation avec l'université Claude Bernard de Lyon II.

- La finalité didactique

Centrée sur l'enseignement des principes généraux de pédagogie, de didactique et de méthodologie en rapport avec les activités physiques y compris la psychomotricité.

Un mois de stage en immersion complète dans l'enseignement secondaire supérieur permettra à l'étudiant de construire des contenus d'enseignement et de proposer des tâches permettant à l'élève de progresser.

- La finalité préparation physique et fitness

Apporte les outils indispensables pour améliorer la condition physique et les performances du sportif amateur de tout âge.

- La finalité entraînement et coaching du sportif de haut niveau

Prépare à l'organisation des séances d'entraînement, la planification de la saison et de la carrière du sportif de haut niveau.

Une collaboration avec les Universités de Lyon et Lausanne est établie dans le domaine de la préparation physique et de l'entraînement. Les étudiants inscrits dans ces finalités ont l'opportunité d'effectuer des stages dans les universités précitées.

- La finalité européenne en préparation physique et mentale et réathlétisation

Est organisée en co-diplomation avec l'université Claude Bernard de Lyon II. Les étudiants des deux universités peuvent suivre un semestre de cours dans l'université partenaire (30 crédits). Le contenu de ces unités d'enseignement porte sur le suivi du sportif dans un contexte global, la planification de l'entraînement, le suivi du mental et la prévention santé.

Le campus hospitalo-universitaire Erasme est en développement, rassemblant les différents enseignements des Sciences de la Santé, les salles de cours et laboratoires ainsi qu'un hôpital ultramoderne et performant mais aussi la Bibliothèque des Sciences de la Santé.

Au cours de leurs études, les étudiants seront préparés à développer leurs aptitudes d'analyse, leur esprit critique et leurs qualités humaines. Aux compétences techniques et scientifiques, ils ajouteront des capacités de réflexion et de jugement.

Les travaux pratiques, organisés dès la première année d'étude placent rapidement l'étudiant en situation de pratique professionnelle.

Les enseignants de la faculté sont reconnus dans le milieu des soins de la santé et du sport et les fédérations.

La Faculté nourrit des liens avec le milieu du fitness et du sport en entreprise, avec les fédérations sportives et l'encadrement de sportifs de haut niveau. Une collaboration étroite avec l'hôpital Erasme sur le campus, ainsi qu'un réseau hospitalier important à Bruxelles mais aussi en Wallonie, permettra à l'étudiant de bénéficier de stages très diversifiés en Master.

La Faculté dispose d'espaces d'enseignement, de recherche et d'infrastructures sportives et de matériel sportif et médical neufs. Les laboratoires de pointe en sciences de la motricité : physiologie cardio-respiratoire, neurophysiologie appliquée, neurophysiologie et biomécanique du mouvement, chimie physiologique, anatomie, biologie appliquée, biométrie et nutrition, psychophysiologie, ostéopathie et réadaptation impliqués dans divers domaines de recherche tant fondamentale qu'appliquée, allant de l'étude des facteurs impliqués dans la performance sportive, dans la rééducation motrice, à l'étude des capacités physiologique et cognitive dans les environnements extrêmes (altitude, espace, ...). Nous avons ainsi les possibilités de tester des sportifs de haut niveau et des patients atteints de diverses pathologies au sein de nos infrastructures.

## Méthodes d'enseignement

Cours théoriques, pratiques, séminaires et stages

## Réussir ses études

### Choisir

Les conseillers et conseillères en information et en orientation du Service InfOR-études [/infor-etudes] vous aident dans votre choix d'études, tout au long de l'année

### Réussir

Participez aux cours préparatoires [/reussir] ou bénéficiez d'aide à la réussite [/reussir], avant ou pendant vos études

### Être aidé

Sollicitez une aide financière, cherchez un logement ou un job étudiant, bénéficiez d'un accompagnement [/aides] pour vos besoins spécifiques

## International/Ouverture vers l'extérieur

Possibilité d'échange avec la France, l'Espagne, la Nouvelle Calédonie, le Brésil, etc.

Etablissements scolaires, centres de fitness, clubs, fédérations sportives,...

Partenariat avec l'Université Claude Bernard à Lyon

## Débouchés

- Enseignement : établissements scolaires de l'enseignement secondaire supérieur, hautes écoles, universités.
- Salles de fitness : coordinateur de salle, « personal trainer », instructeur de fitness, animateur de cours collectifs, etc.
- Clubs et fédérations sportifs : préparateur physique, entraîneur, conseiller technique auprès d'une fédération, etc.
- Recherche scientifique dans le domaine des Sciences de la Motricité.

### Contacts

✉ [fsm@ulb.be](mailto:fsm@ulb.be)

☎ +32 2 555 47 75

☁ <https://fsm.ulb.be/>

### Président du jury

Alain CARPENTIER

### Secrétaire du jury

Stéphane BAUDRY

# Master en sciences de la motricité, orientation éducation physique

Finalité Européenne en préparation physique, mentale et réathlétisation

4 orientations possibles:

- > Didactique
- > Entraînement et coaching
- > Préparation physique et le fitness
- > Préparation physique, mentale et réathlétisation (co-diplomation avec l'Université de Lyon)
















L'enseignement est dispensé sous forme d'exposés magistraux et de travaux pratiques en groupes restreints, de travaux personnels et de stages.

En fonction de la finalité, les stages sont organisés en milieu scolaire, en salle de fitness, en club sportif tant en Belgique qu'à l'étranger.

Les étudiants en éducation physique participent activement à l'organisation de grands événements sportifs afin d'acquérir une expérience dans ce domaine, journées sportives pour les élèves du primaire et secondaire, jogging ouvert à tous (« Les 10 KM de l'ULB »,...)

## Bloc 1 | M-EDPHM | MA-EDPH

### Cours obligatoires

- BIME-I4284 **Physiologie adaptée à l'activité motrice** | Alain CARPENTIER (Coordonnateur), Stéphane BAUDRY et Vitalie FAORO  
 5 crédits [cours magistral: 54h]  premier quadrimestre  Français
- BIME-I4294 **Physiologie, diététique et premiers soins** | Stéphane BAUDRY (Coordonnateur), Alain CARPENTIER, Vitalie FAORO et Marc VAN NUFFELEN  
 5 crédits [cours magistral: 24h, exercices dirigés: 12h, travaux pratiques: 24h]  1e et 2e quadrimestre  Français
- EDPH-I4364 **Méthodologie de l'activité motrice et de l'entraînement** | Alain CARPENTIER (Coordonnateur) et Nathalie GUISSARD  
 5 crédits [cours magistral: 36h, travaux pratiques: 24h]  1e et 2e quadrimestre  Français
- EDPH-I4424 **Compléments d'activités sportives** | Nathalie GUISSARD (Coordonnateur) et Alain CARPENTIER  
 5 crédits [travaux pratiques: 48h, travaux personnels: 12h]  1e et 2e quadrimestre  Français
- EDPH-I4444 **Pratique et didactique des activités physiques et sportives X** | Nathalie GUISSARD (Coordonnateur), Costantino BALESTRA et Alain CARPENTIER  
 10 crédits [cours magistral: 12h, travaux pratiques: 96h, travaux personnels: 12h]  1e et 2e quadrimestre  Français
- EDPH-I4464 **Méthodologie, législation du sport et organisation d'événement sportif** | Nathalie GUISSARD (Coordonnateur), Marc VAN NUFFELEN, LUC VANDEPUTTE et David Zarka  
 5 crédits [cours magistral: 48h, travaux pratiques: 12h, stage: 12h]  1e et 2e quadrimestre  Français
- MEMO-I4034 **Travaux préparatoires au mémoire et utilisation des outils informatiques** | Caroline VERHOEVEN (Coordonnateur)  
 5 crédits [exercices dirigés: 12h, travaux personnels: 48h]  deuxième quadrimestre  Français
- PSYC-I4024 **Activités physiques et sportives: Aspects psychologiques, pharmacologiques, adaptation au handicap** | Jennifer FOUCART (Coordonnateur), Costantino BALESTRA et Martin Chaumont  
 5 crédits [cours magistral: 56h, séminaires: 4h]  deuxième quadrimestre  Français

*Une alternative à choisir parmi les deux proposées*

### Finalité européenne en préparation physique, mentale et réathlétisation (uniquement pour les lyonnais)

- EDPH-I529 (optionnel) **Finalité européenne PPMR - Stages, colloques et séminaires** | Alain CARPENTIER (Coordonnateur), Nathalie GUISSARD et Justine MAGNARD  
 15 crédits [cours magistral: 6h, exercices dirigés: 12h, séminaires: 30h, stage: 90h]  premier quadrimestre  Français

ou

## Pour les belges

### Un cours à choisir parmi

EDPH-I4374  
(optionnel)

**Théorie et pratique de la préparation physique, fitness, santé** | Alain CARPENTIER (Coordonnateur), Nathalie GUISSARD et Justine MAGNARD

🕒 15 crédits [cours magistral: 6h, exercices dirigés: 12h, séminaires: 30h, stage: 90h, travaux personnels: 42h] 📅 1e et 2e quadrimestre 🗨 Français

EDPH-I4454  
(optionnel)

**Théorie et pratique de la préparation physique du sportif de haut niveau** | Alain CARPENTIER (Coordonnateur) et Justine MAGNARD

🕒 15 crédits [cours magistral: 6h, exercices dirigés: 12h, séminaires: 30h, stage: 50h, travaux personnels: 82h] 📅 1e et 2e quadrimestre 🗨 Français



# Master en sciences de la motricité, orientation éducation physique

Finalité Européenne en préparation physique, mentale et réathlétisation

## Bloc 2 | M-EDPHM | MA-EDPH

### Cours obligatoires

- EDPH-I5325 **Activités physiques adaptées aux seniors et aux sujets souffrant d'obésité et de diabète** | Malgorzata KLASS (Coordonnateur) et Séverine Stragier  
🕒 5 crédits [cours magistral: 40h, travaux pratiques: 12h, travaux personnels: 8h] 📅 deuxième quadrimestre 🗨 Français
- EDPH-I5335 **Questions approfondies en rapport à l'activité physique et la nutrition** | Alain CARPENTIER (Coordonnateur) et Justine MAGNARD  
🕒 5 crédits [cours magistral: 32h, exercices dirigés: 12h, travaux personnels: 16h] 📅 deuxième quadrimestre 🗨 Français
- EDPH-I5385 **Stages d'intégration professionnelle** | Nathalie GUISSARD (Coordonnateur), Alain CARPENTIER et David Zarka  
🕒 5 crédits [séminaires: 20h, stage: 50h, travaux personnels: 10h] 📅 1e et 2e quadrimestre 🗨 Français
- MEMO-I500 **Mémoire**  
🕒 15 crédits [mfe/tfe: 180h] 📅 année académique 🗨 Français

### Cours spécifiques

- EDPH-Y502 **Charge mentale et concentration**  
🕒 3 crédits 📅 deuxième quadrimestre 🗨 Français
- EDPH-Y506 **Gestion des ressources de l'athlète**  
🕒 3 crédits 📅 deuxième quadrimestre 🗨 Français
- EDPH-Y513 **Approche scientifique de la réathlétisation**  
🕒 3 crédits 📅 deuxième quadrimestre 🗨 Français
- EDPH-Y514 **Approche psychologique de la performance**  
🕒 3 crédits 📅 deuxième quadrimestre 🗨 Français
- EDPH-Y515 **Approche biomécanique de la performance**  
🕒 3 crédits 📅 deuxième quadrimestre 🗨 Français
- EDPH-Y516 **Communication écrite et orale**  
🕒 3 crédits 📅 deuxième quadrimestre 🗨 Français
- EDPH-Y517 **Apprentissage et cerveau: facteur d'optimisation de la performance**  
🕒 3 crédits 📅 deuxième quadrimestre 🗨 Français
- EDPH-Y518 **Expérience professionnelle**  
🕒 6 crédits 📅 deuxième quadrimestre 🗨 Français
- EDPH-Y520 **Préparation physique et Nutrition**  
🕒 3 crédits 📅 deuxième quadrimestre 🗨 Français