

# Maîtrise des outils d'analyse scientifique de la performance sportive

## Infos pratiques

---

- > ECTS : 3,0
- > Nombre d'heures : 26,0
- > Niveau d'étude : BAC +3
- > Période de l'année : Enseignement sixième semestre
- > Méthodes d'enseignement : En présence
- > Forme d'enseignement : Cours magistral et Travaux dirigés
- > Ouvert aux étudiants en échange : Oui
- > Campus : Campus de Nanterre
- > Composante : Sciences et techniques des activités physiques et sportives
- > Code ELP : 4S6LES06
- > En savoir plus : <https://ufr-staps.parisnanterre.fr/>

## Présentation

---

Présentation des outils suivants et de leur intérêt dans la détection, le suivi et l'analyse de la performance sportive :

L'électromyographie, les objets connectés (étude de la variabilité de la fréquence cardiaque, l'actigraphie,...), analyse des gaz expirés, analyse biologique, différents questionnaires et échelles subjectives et lien avec des mesures objectives), analyse vidéo, applications de planification de l'entraînement et de détection des talents, analyse des données sportives

## Objectifs

---

Familiarisation et maîtrise des nouveaux outils et méthodologie d'analyse, de suivi et d'optimisation de la performance sportive. Recueil, traitement et interprétation des données sportives.

## Évaluation

---

Régime standard : Evaluation en cours de formation (50%) et contrôle terminal (50%)

Régime dérogatoire : Evaluation terminale (100%)

Session 2 : Contrôle sur table (100%)

## Pré-requis nécessaires

---

BAC+2 (ou équivalent)

## Compétences visées

---

Capacité de mesures des déterminants de la performance sportives

Usages des outils digitaux et numériques

Analyse, interprétation et diffusion des données scientifiques en rapport avec le sport et la performance

Utilisation des outils d'information et de communication

## Bibliographie

---

- \* La préparation physique moderne : Optimisation des techniques de préparation à la haute performance (Français). A Broussal, O Bolliet
- \* Santé et performances sportives - Diététique de l'effort et micronutrition. S Delage. Edition Dauphin 2017
- \* Coach 3,0 – Le spécialiste performance : Pilotez efficacement les facteurs de la performance à l'aide des nouvelles technologies. PY ROQUEFERE. 2017. Edition Amphora
- \* D'autres ressources seront mises à disposition en cours de formation

## Contact(s)

> **Tarak Driss**

Responsable pédagogique  
tdriss@parisnanterre.fr

> Omar Hammouda

Responsable pédagogique

hammouda.o@parisnanterre.fr