

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 2 – SEMESTRE 1
UE12a – Aspects Musculaires**

Date : juin 2021

Durée : 2h

Promotion : M1 EOPS

<p>Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie sans oublier d'indiquer votre nom. Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même s'ils ne le traitent pas.</p>
--

Sujet de N. Babault

Quels mécanismes physiologiques interviennent au niveau musculo-tendineux lors des sollicitations de type pliométrique ?

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 2 – SEMESTRE 1
UE12a – Aspects Musculaires**

Date : juin 2021

Durée : 2h

Promotion : M1 EOPS

<p>Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie sans oublier d'indiquer votre nom. Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même s'ils ne le traitent pas.</p>
--

Sujet de N. Babault

Quels mécanismes physiologiques interviennent au niveau musculo-tendineux lors des sollicitations de type pliométrique ?

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 2 – SEMESTRE 1
UE12b – Aspects Energétiques
H. Assadi

Date : juin 2021

Durée : 2h

Promotion : **M1 EOPS**

**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie
sans oublier d'indiquer votre nom .**

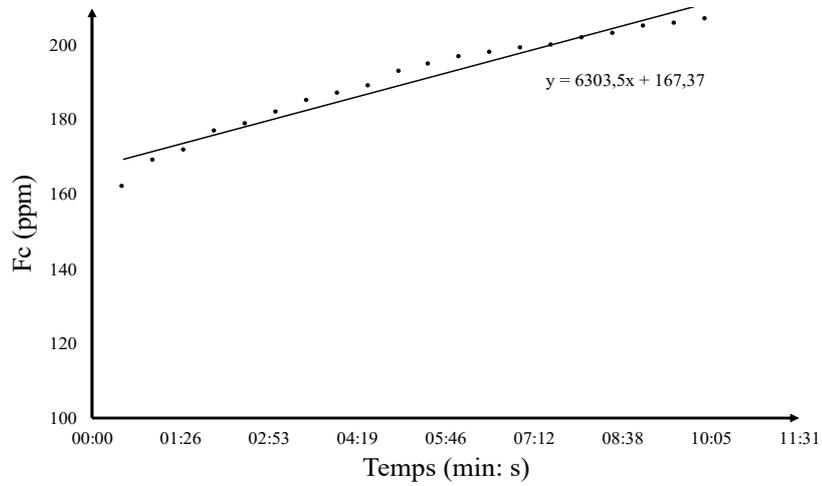
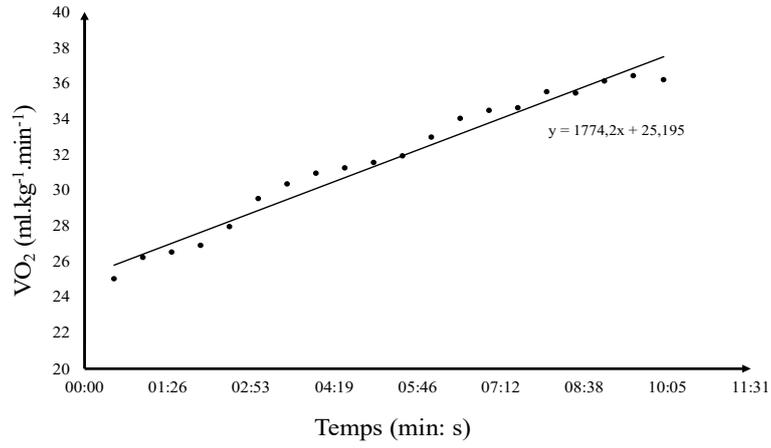
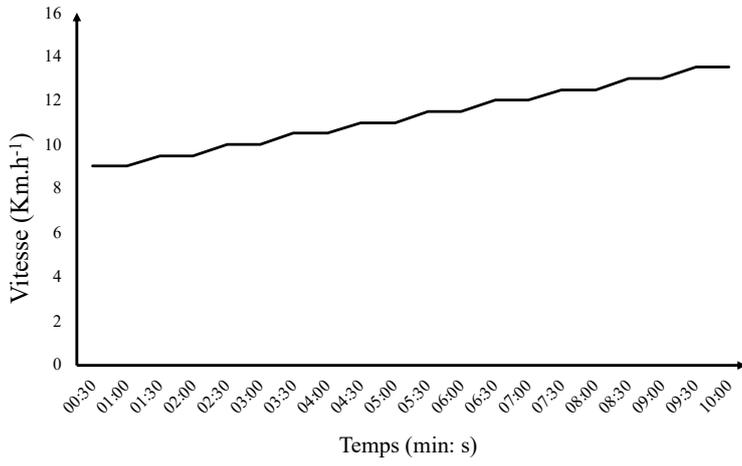
Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même s'ils ne le traitent pas.

Question 1. En quoi et comment la mesure de la variabilité de la fréquence cardiaque pourrait-être un bon moyen de contrôle de l'entraînement ?

Question 2. L'entraînement en altitude : préconisations – modalités – limites.

Question 3. Voici trois enregistrements réalisés chez un même sujet lors d'un test. Après avoir décrit de quel type de test il s'agit vous expliquerez l'utilisation que vous pourriez faire de ces trois enregistrements.





CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 2 – SEMESTRE 1
UE13c – Anglais

Date : juin 2021

Durée : 1h

Promotion : M1 EOPS

<p>Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie sans oublier d'indiquer votre nom.</p> <p>Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même s'ils ne le traitent pas.</p>
--

Sujet de F Bruchon

1/ **Writing.** 230 words +/- 10% (13 pts)

Present your placement/ work experience and give as many details as possible.

2/ What makes a good coach? discuss the qualities and skill sets that make for a good coach. (7 pts)

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 2 – SEMESTRE 2
UE21B – Les fonctions du manager général d'un club sportif**

Date : juin 2021

Durée : 1h

Promotion : **M1 EOPS**

**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie sans oublier d'indiquer votre nom.
Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même s'ils ne le traitent pas.**

Sujet de F. Taiana :

Qu'est-ce que la prise de décision en Zig Zag ? Pourquoi et comment peut-elle aider le manager ?

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 2 – SEMESTRE 2
UE21B – Les fonctions du manager général d'un club sportif**

Date : juin 2021

Durée : 1h

Promotion : **M1 EOPS**

**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie sans oublier d'indiquer votre nom.
Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même s'ils ne le traitent pas.**

Sujet de F. Taiana. :

Qu'est-ce que la prise de décision en Zig Zag ? Pourquoi et comment peut-elle aider le manager ?

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 2 – SEMESTRE 2
UE22A – Suivi médical, traumatologie**

Date : juin 2021
Durée : 1h

Promotion : **M1 EOPS**

**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie
sans oublier d'indiquer votre nom .
Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même s'ils ne le traitent pas.**

Sujet de L. Pardon :

Une jeune athlète est victime d'une entorse de cheville ce jour.

Quelles sont les actions que vous mettez immédiatement en place pour prendre en charge cette sportive blessée.

A la suite de cette prise en charge, vous entreprenez de réaliser une expertise afin de déterminer les causes de cette blessure (ou déficience de cette athlète). **Quels sont les tests que vous mettez en place ? Argumentez vos choix.**

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 2 – SEMESTRE 2
UE22B –Nutrition, dopage

Date : juin 2021

Durée : 1h

Promotion : M1 EOPS

**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie
sans oublier d'indiquer votre nom .
Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même s'ils ne le traitent pas.**

Sujet de R. Leca**DOPAGE 10 pts**

1. Présentez (sans les développer) toutes les substances et les méthodes interdites. Vous préciserez pour chacune d'elles si elles sont interdites en permanence ou seulement en compétition. **10 pts**
- 2.

NUTRITION 10 pts

1. Quels sont les différents types de glucides ? Dans quels aliments sont-ils présents ? **3 pts**
2. Quelle est la quantité d'énergie fournie par un gramme de glucide ? **1 pt**
3. Qu'est-ce que la notion d'index glycémique ? Indiquez des glucides à index glycémique élevé et à index glycémique bas. **2 pts**
4. Pourquoi pris en excès les glucides à index glycémique élevé participent-ils à la prise de poids ? **1 pt**
5. Pour un même aliment, qu'est-ce qui est susceptible de faire varier l'index glycémique ? Dans quel sens ? **1 pt**
6. Quelle est la composition idéale de la boisson de l'effort ? A quelles concentrations doivent être dosés les ingrédients ? **1 pt**
7. Quelle est la composition idéale de la boisson d'attente (avant l'effort) pour les sujets anxieux ? **1 pt**

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 2 – SEMESTRE 2
UE22C – Préparation mentale
M. NICOLAS

Date : juin 2021

Durée : 1h

Promotion : **M1 EOPS**

**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie
sans oublier d'indiquer votre nom.
Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même s'ils ne le traitent pas.**

Sujet de M. Nicolas

Quelles sont les différentes catégories de techniques de préparation mentale ? Citez les techniques appartenant à chacune de ces catégories. Quels sont les principes essentiels et les précautions d'usage des techniques de préparation mentale ?

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 2 – SEMESTRE 2
UE22C – Préparation mentale
M. NICOLAS

Date : juin 2021

Durée : 1h

Promotion : **M1 EOPS**

**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie
sans oublier d'indiquer votre nom.
Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même s'ils ne le traitent pas.**

Sujet de M. Nicolas

Quelles sont les différentes catégories de techniques de préparation mentale ? Citez les techniques appartenant à chacune de ces catégories. Quels sont les principes essentiels et les précautions d'usage des techniques de préparation mentale ?