

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

Date : décembre 2022

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.**

**Sujet de C Paizis (1h) :**

Quels mécanismes physiologiques interviennent lors des sollicitations de type pliométrique ?  
Décrivez et expliquez les tests pour mesurer les qualités de détente verticale.

**Sujet de N. Binet (1h) :**

Définir la vitesse gestuelle (1 pt)

Citer les facteurs de développement de la vitesse gestuelle (2 pts)

En quoi la connaissance du fonctionnement musculaire de la foulée de **conservation de vitesse** aide l'entraîneur à proposer des contenus d'entraînement ? (7 pts)

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL**  
**SESSION 1 – SEMESTRE 1**  
**UE12b – Aspects Energétiques**

Date : décembre 2022

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.**

**Sujet de H. Assadi**

Montrez en quoi et comment l'utilisation de la Fréquence Cardiaque dans l'entraînement est un élément de contrôle de la charge de travail.

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL  
SESSION 1 – SEMESTRE 2  
UE21B – Les fonctions du manager général d'un club sportif**

Date : avril 2023

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.**

**Sujet de F. Taiana**

En quoi la théorie de l'autodétermination élaborée par Ryan et Deci peut-elle guider le manager général d'un club sportif ? Expliquez, Illustrez.

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL  
SESSION 1 – SEMESTRE 2  
UE21B – Les fonctions du manager général d'un club sportif**

Date : avril 2023

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.**

**Sujet de F. Taiana**

En quoi la théorie de l'autodétermination élaborée par Ryan et Deci peut-elle guider le manager général d'un club sportif ? Expliquez, Illustrez.

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL**  
**SESSION 1 – SEMESTRE 2**  
**UE22A – Suivi médical, traumatologie**  
**L. Pardon**

Date : avril 2023

Durée : 1h

Promotion : M1 EOPS

<b>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 blanche.</b>
--

**Sujet de L. Pardon**

Un des sportifs que vous accompagnez se plaint d'une douleur à la base du tendon d'Achille gauche, apparue à la suite du dernier entraînement. La douleur s'exprime uniquement après l'entraînement et disparaît spontanément après quelques heures. Au fil des entraînements, la douleur le gêne et le contraint à réduire ses efforts et la douleur post-effort persiste plus longtemps.

Dans un premier temps, vous **analyserez succinctement la situation du sportif** (nature de la lésion, type de douleur...) (**4 points**), puis vous proposerez un **accompagnement à court et moyen terme** sous la forme de **conseils, d'expertise** (explications sur les éventuelles causes de la lésion) **et d'exercices** pour aider ce sportif à s'entraîner sans risque de majorer la douleur (**10 points**). Vous complétez vos propos en dressant succinctement des conseils pour éviter une récurrence (**6 points**).

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL  
SESSION 1 – SEMESTRE 2  
UE22B –Nutrition, dopage**

Date : avril 2023

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.**

Sujets de R. Leca

**NUTRITION 10 pts**

1. Quelles sont les sources de protéines animales ? Les sources de protéines végétales ? **2 pts**
2. Quel est le minéral impliqué dans le métabolisme énergétique, le fonctionnement de la jonction neuromusculaire et l'équilibre nerveux ? Où le trouve-t-on ? **2 pts**
3. Quels sont les principaux défauts de notre alimentation moderne ? Quelles sont les principales recommandations pour y remédier ? **6 pts**

**DOPAGE 10 pts**

1. Dans quelles conditions d'usage les glucocorticoïdes sont-ils interdits ? **2 pts**
2. Qu'est-ce qu'une substance sous surveillance ? Proposez deux exemples dans la liste de l'AMA 2023. **2 pts**
3. Indiquez les effets délétères du dopage sur la santé. Pour chaque risque vous indiquerez la ou les substances ou méthodes incriminée(s). **6 pts**

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL**  
**SESSION 1 – SEMESTRE 2**  
**UE22C – Préparation mentale**

Date : avril 2023

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.**

Sujet de M. NICOLAS :

Expliquez la respiration contrôlée et non contrôlée, leurs spécificités, et conditions d'application. Donnez des exemples dans vos disciplines.