CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 1 – SEMESTRE 3
UE31 - Méthodologie de l'Entraînement

Date : janvier 2024
Durée : 3h Promotion : **M2 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.

1 COPIE PAR SUJET

Sujet R. Lepers – 1h30 : Calculatrice autorisée

1) Un athlète amateur a un record personnel sur marathon (42 km) de 2h 48min réalisé à l'âge de 35 ans. Ses caractéristiques physiologiques sont les suivantes :
   - Taille : 1,82 m ; Masse : 74 Kg
   - VO_2max : 70 $mLO_2.Kg^{-1}.min^{-1}$
   - Vitesse Maximale Aérobie (VMA) : 20 $km.h^{-1}$

   On considère les relations VO_2-Vitesse et VO_2-Puissance linéaires.

   a) Calculer :
   - Sa vitesse moyenne sur l'épreuve en $km.h^{-1}$
   - Son pourcentage moyen de VMA soutenu pendant l'effort
   - Son coût énergétique (CE) moyen sur l'épreuve en $mLO_2.Kg^{-1}.Km^{-1}$
   - Sa dépense énergétique totale sur l'épreuve en Kcal (Rappel : 1 LO_2 = 5 Kcal)

   b) Si le sujet a la même VO_2max en cyclisme et en course à pied, quelle serait a priori sa puissance maximale aérobie (PMA) si son rendement en cyclisme est égal à 22% ?

   c) A quelle puissance devrait-il pédaler s'il veut avoir une dépense énergétique équivalente à celle du marathon sur une sortie vélo de même durée que son marathon (2h 48 min) ?

2) Pour ses 60 ans, le même athlète, avec la même masse, décide de préparer de nouveau un marathon.

   a) Si on considère que par rapport à ses données physiologiques à 35 ans, sa VO_2max (et sa VMA) a diminué de 20%, qu'il serait capable de maintenir 75% de cette valeur sur marathon et que son coût énergétique s'est dégradé de 5%, quelle pourrait être a priori sa performance sur marathon à 60 ans ?
   b) Quelle serait sa nouvelle dépense énergétique totale sur le marathon ?
   c) A quelle puissance devrait-il pédaler s'il veut avoir une dépense énergétique équivalente à celle du marathon sur une sortie vélo de même durée prévisionnelle de ce nouveau marathon (son rendement n'étant pas altéré) ?

Sujet N. Babault– 1h30 :

Détaillez, expliquez et illustrez la démarche de planification de la force.

UFR STAPS DIJON Année Universitaire 2023/2024

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 1 – SEMESTRE 3
UE33 – Evaluation, instrumentation, contrôle et suivi des facteurs de la performance

Date : janvier 2024
Durée : 3h Promotion : **M2 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.

Vous composerez les 2 sujets sur 2 copies différentes

Sujet C. Paizis– 1h30 :

Décrivez et expliquez les tests de détente.

Décrivez et expliquez les tests pour évaluer la force.

Décrivez et expliquez les tests pour évaluer l'endurance.

Sujet F. Fouque – 1h30 :

Vous proposerez un entrainement perceptif (basé sur le paradigme de l'occlusion temporelle), en indiquant très explicitement l'objectif visé (que souhaitez-vous améliorer ?), le/les indicateurs (en termes de performance) permettant de voir si cet objectif est atteint et toutes les caractéristiques/détails de la mise en œuvre de cet entrainement et des athlètes auquel il s'adresse.

UFR STAPS DIJON Année Universitaire 2023/2024

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 1 – SEMESTRE 3
UE34 – Les aspects psychologiques, humains et stratégiques de la performance et de l'entraînement sportif

Date : janvier 2024
Durée : 3h Promotion : **M2 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.

Vous composerez les 2 sujets sur 2 copies différentes

Sujet M. Nicolas 1h30 :
Quels sont les 3 facteurs principaux de la relation entraineur- entrainé du modèle 3S de Sophia Jowett ? Comment pourriez-vous les améliorer en vous appuyant sur le manuel et la méthode COMPASS ?

Sujet L. Crognier 1h30 :
Les études en tennis de table vues en cours montrent qu'il existe trois modes d'engagement du joueur : *exploratoire, exécutoire et dissimulatoire.*
Définir et illustrer ces modes d'engagement puis montrer comment ces connaissances peuvent aider à réaliser des performances et à concevoir des entraînements.

UFR STAPS DIJON Année Universitaire 2023/2024

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 1 – SEMESTRE 4
UE44a – Gestion des ressources humaines au sein d'une structure sportive

Date : mai 2024
Durée : 1h30 Promotion : **M2 EOPS**

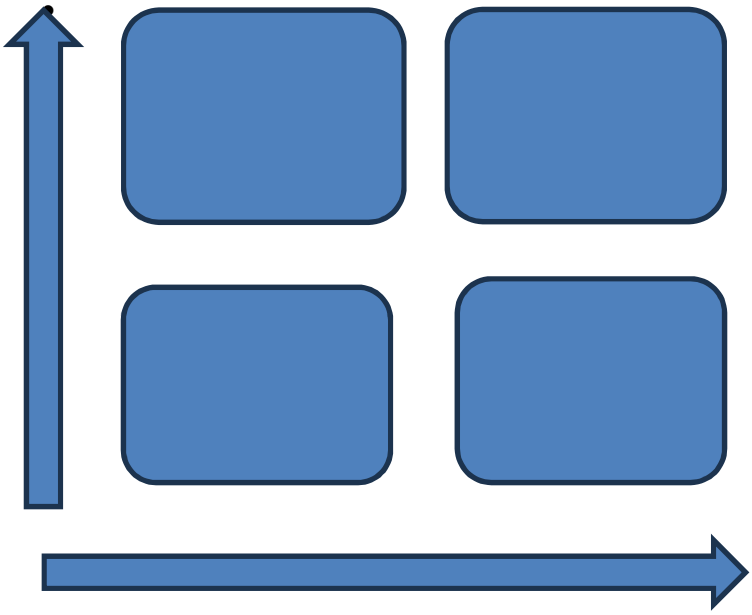
Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie sans oublier d'indiquer votre nom.
Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même s'ils ne le traitent pas.

Sujet de A. Hinsinger :

1. **Connaître le système associatif**
   - A quoi servent les statuts d'une association ?
   - Quels sont les principaux organes de gestion d'une association ? Vous définirez le rôle de chaque organe.
   - En quoi le modèle économique d'une association est singulier ?

2. **Prioriser ses actions**

- La matrice d'Eisenhower est un outil qui permet d'avoir une méthode de classification des actions. Vous reproduirez le schéma ci-dessous en complétant les flèches qui représentent les 2 critères et les blocs avec les 4 types d'actions.



   - Vous présenterez les bénéfices de la priorisation des actions pour le manager.

3. **La communication est une compétence clé**
   - Vous donnerez une définition de la communication. Puis, vous présenterez les différentes formes de communication.

4. **L'écosystème d'une organisation sportive**
   - Qu'est-ce que l'écosystème d'une organisation sportive ? En quoi c'est une notion importante pour le manager ?
   - Quels sont les acteurs principaux qui gravitent autour d'une organisation sportive ?

UFR STAPS DIJON Année Universitaire 2023/2024

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 1 – SEMESTRE 4
UE44b – Droit et fiscalité des organisations sportives

Date : mai 2024 Promotion : **M2 EOPS**
Durée : 1h30

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 MP Chauray

Question 1 : Pour avoir eu un comportement irrespectueux (gestes déplacés) à l'égard des spectateurs qui l'avaient hué lors d'une compétition, un de vos athlètes a été suspendu de toutes compétitions pendant 2 ans par la commission de discipline fédérale de première instance. Ce dernier trouve la sanction injuste et bien sûr disproportionnée. Il va de fait perdre ses partenaires privés pour lesquels il avait des contrats de représentation lors des compétitions (12 000 €/ an) et est en train de plonger dans une dépression tant la pratique sportive représentait pour lui sa raison d'être. Il vous interroge sur la légalité de la sanction et surtout sur ce qu'il peut intenter comme actions et procédures. Il souhaite d'une part contester la sanction et d'autre part obtenir des dommages et intérêts quant aux préjudices financier et moral. Quels informations et conseils allez-vous lui donner ? (étapes obligatoires, juridictions, …)

Question 2 : La fiscalité de l'éducateur sportif « auto-entrepreneur » (célibataire) n'est pas toujours identique d'un éducateur sportif à l'autre, pour un même montant de chiffre d'affaire de 15 000 €. Vous expliquerez ces propos en illustrant par des exemples.

Si besoin :

- Frais professionnel sur salaire : 10%, sur activité libérale : 34%
- Prélèvement libératoire : 2,2% - Seuil revenus N-1: 27 478 €
- IR, barème progressif

Tranches de revenus	Taux d'imposition de la tranche de revenu
Jusqu'à 11 294 €	0 %
De 11 295 € à 28 797 €	11 %
De 28 798 € à 82 341 €	30 %
De 82 342 € à 177 106 €	41 %
Plus de 177 106 €	45 %

- IR, décote si montant brut de l'IR<1929 €, calcul : 873 - 45,25% de l'impôt