

## DIPLOME D'UNIVERSITÉ « PRÉPARATEUR PHYSIQUE - DE L'ANALYSE DE L'ACTIVITÉ À LA PRISE EN CHARGE DU SPORTIF »

<b>Objectifs de la formation</b>	<p>L'objectif de la formation est d'apporter des connaissances de haut niveau dans le domaine de la préparation physique, de permettre la compréhension et l'utilisation d'outils d'évaluation spécifiques, d'améliorer la qualité de la prise en charge de sportifs. Le DU Préparateur physique vise à développer les capacités du futur diplômé à :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- analyser précisément les enjeux de l'activité sportive, en fonction de contextes particuliers afin de proposer des objectifs pertinents en termes de préparation physique ;</li> <li>- analyser les spécificités des sportifs dont il a la charge (spécificités en termes de niveau de pratique, de niveau de maturation, de sensibilité, de caractéristiques physiques, physiologiques, psychologiques, ...) ;</li> <li>- concevoir et mettre en œuvre un projet de développement optimal des qualités physiques pour un sportif ou une équipe de sportifs : programmation du développement des qualités physiques, mise en œuvre des séances d'entraînement, prévention des blessures.</li> </ul> <p>L'originalité de la formation repose sur une approche pluridisciplinaire de la préparation physique associant des approches relevant des sciences humaines et sociales et des sciences de la vie. La diversité des profils des intervenants (préparateurs physiques et entraîneurs professionnels, enseignants, enseignants-chercheurs) permet de proposer une formation croisant contenus théoriques et savoirs pratiques.</p> <p>La recherche de la performance dans le monde sportif passe par la mise en œuvre de connaissances et de compétences de plus en plus pointues de la part des différents intervenants : entraîneur, préparateur mental, kinésithérapeute...</p> <p>Le préparateur physique est un des membres du collectif d'entraînement prenant en charge les sportifs et/ou les équipes de sportifs. Il est responsable de l'évaluation et du développement des qualités physiques des sportifs, sous la responsabilité de l'entraîneur en chef et en lien avec les exigences spécifiques du sport pratiqué et du contexte de l'intervention. Il n'échappe pas à ce besoin d'expertise afin d'optimiser au mieux la préparation physique du sportif.</p> <p>Il existe actuellement plusieurs formations dans le domaine de la préparation physique. Toutefois, aucune ne propose d'approche pluridisciplinaire permettant d'aborder l'ensemble des composantes et enjeux de l'intervention du préparateur physique.</p>
<b>Niveau</b>	Niveau 6, Bac+3
<b>Rythme</b>	Temps plein
<b>Profil des candidats</b>	Titulaires d'une Licence STAPS ou diplôme d'Etat (BEES 2d degré, DEJEPS, DESJEPS) ou Diplôme d'Etat d'Entraîneur (STAPS ou Jeunesse et Sports) + expérience professionnelle dans le domaine sportif
<b>Lieu de formation</b>	<p><b>Université Clermont Auvergne - UFR STAPS</b> 3 rue de la Chebarde 63170 AUBIERE</p> <p><b>Contact administratif</b> : Véronique COURTEIX - veronique.courteix@uca.fr - 04 73 40 75 86</p> <p><b>Responsable de formation</b> : Vincent MARTIN - vincent.martin@uca.fr</p>
<b>Modalités d'inscription</b>	Recrutement sur dossier et lettre de motivation

<b>Partenariat</b>	Une convention de partenariat avec Clermont Foot 63, Fédération Française d'Haltérophilie - Musculation, ASM et CREPS Auvergne Rhône Alpes-Vichy
<b>Durée</b>	Du 05/10/2026 au 30/06/2027 : La formation comporte 165 h d'enseignements en centre, 40 h d'enseignements à distance, 1 h d'examen (oral) et 100 h minimum en entreprise
<b>Compétences / Débouchés</b>	<p>Positionner sa pratique de préparateur physique dans le cadre de son environnement : projet de club, conception et projet de jeu, modalités de pratique du coach ;</p> <p>Recueillir, synthétiser et analyser les données disponibles de l'activité/sportif pour adapter son activité de PP ;</p> <p>Observer et analyser l'activité du pratiquant : comprendre et savoir utiliser les données comportementales et les données biomécaniques ;</p> <p>Définir le profil physique du sportif : analyser les préférences motrices, le profil neuromusculaire et le profil énergétique ;</p> <p>Utiliser différents moyens de développement des qualités physiques ;</p> <p>Construire un cadre didactique, méthodologique, scientifique de l'activité pour adapter son activité de préparateur physique ;</p> <p>Organiser et planifier le développement des qualités physiques ;</p> <p>Favoriser l'engagement du pratiquant dans le processus d'entraînement ;</p> <p>Maîtriser, utiliser et développer des connaissances et des compétences méthodologiques spécialisées à l'avant-garde du savoir pour faire évoluer le pratiquant et sa discipline ;</p> <p>Analyser les spécificités de la population pour proposer une préparation physique adaptée</p> <p>Secteurs de l'entraînement sportif et de la préparation physique La formation a vocation à renforcer les compétences en préparation physique de professionnels intervenants de l'entraînement sportif</p>
<b>Moyens et méthodes pédagogiques</b>	Accompagnement/assistance pédagogique et Accompagnement/assistance technique par le biais de forums sur l'ENT et mails et téléphone Face à face à distance, autoformation à distance, face à face présentiel, mise en pratique en situation de travail
<b>Evaluation / Suivi</b>	L'examen oral à lieu en fin de formation en juin Le suivi de présence est réalisé par le biais de fiches de présence

## CONTENU DE LA FORMATION :

Disciplines	Heures de formation
<b>UE 0 - Mise à niveau</b> Autoformation en ligne	40 h
<b>UE 1 - Construction d'un cadre d'analyse de la pratique sportive</b> Adaptation aux conceptions et cadres de travail dans une structure (8 h) Présentation d'un cadre méthodologique nommé PROPASE pour analyser la pratique sportive (8 h)	16 h
<b>UE 2 - Outils d'analyse de l'activité du sportif</b> Analyser l'activité du pratiquant : données biomécaniques (10 h) Des données théoriques à l'évaluation pratique en physiologie (4 h) Analyse de l'activité : l'apport des sciences humaines (12 h)	26 h

<b>UE 3 - Outils d'évaluation du sportif</b> Evaluer le profil neuromusculaire du sportif et application pour la preparation physique (11 h) Evaluer les aptitudes énergétiques pour conduire l'entraînement (10 h) Les préférences motrices (8 h) Formalisation d'une fiche test/bilan du potentiel athlétique (8 h)	37 h
<b>UE 4 - Conception et mise en œuvre de la préparation physique</b> Planification de la préparation physique (10 h) Expérience et engagement dans l'entraînement sportif (8 h)	18 h
<b>UE 5 - Aspects spécifiques de la préparation physique</b> Méthodes de développement des qualités physiques (24 h) Les spécificités de l'enfant : développement des qualités physiques (14 h) Les spécificités de la femme sportive (11 h)	49 h
<b>UE 6 - Moyens alternatifs et outils de développement</b> Aides ergogéniques : moyens alternatifs dans la préparation physique	19 h
<b>UE 7 - Stage</b> Stage Accompagnement individuel du mémoire	100 h minimum 5 h
<b>TOTAL</b>	205 h d'enseignements