DU Préparateur physique - De l'analyse de l'activité à la prise en charge du sportif



Cette formation a pour objectif d'apporter des connaissances de haut niveau au préparateur physique concernant l'analyse des enjeux de l'activité sportive, l'évaluation des spécificités des sportifs et ...

Mise en avant

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 :

- analyser précisément les enjeux de l'activité sportive, en fonction de contextes particuliers afin de proposer des objectifs pertinents en termes de préparation physique ;

- 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, …) ;

- concevoir et mettre en œuvre un projet de développement optimal des qualités physiques pour un sportif ou une équipe de sportifs : planification et programmation du développement des qualités physiques, mise en œuvre des séances d'entraînement, prévention des blessures.
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.

Présentation

L'essentiel

Durée de la formation

- 1 an

Langues d'enseignement

- Français

Rythme

- Temps plein
- Compatible avec une activité professionnelle
- Temps aménagé

Modalités

- Présentiel
- Partiellement à distance

Lieu(x) de la formation

- Aubière
- Clermont-Ferrand
- Vichy

Enjeux

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… 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.

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.

Laboratoires

Les formations en Entraînement Sportif de l'UFR STAPS de Clermont-Ferrand s'appuient sur l'activité des deux laboratoires rattachés à l'UFRSTAPS :

Laboratoire AME2P : Adaptations Métaboliques à l'Exercice en conditions Physio-Pathologiques

Laboratoire ACTée : Activité, Connaissance, Transmission, éducation, expérience

Admission

Pré-requis

Formation(s) requise(s)

Formation Initiale : Licence STAPS ou diplôme d'Etat (BEES 2d degré, DEJEPS, DESJEPS) ouvrant droit à des prérogatives d'encadrement des activités physiques et sportives à des fins d'amélioration de la performance sportive
Formation Continue : Diplôme d'Etat d'Entraîneur (STAPS ou Jeunesse et Sports) + expérience professionnelle dans le domaine sportif

Public ciblé

Formation Initiale : Diplômés d'Etat et/ou d'Université dans le domaine du sport et de l'activité physique

Formation Continue : Entraîneurs, Préparateurs physiques, Coachs sportifs, Professeurs d'EPS, Kinésithérapeutes, Médecins du sport, Sportifs et ex-sportifs de haut niveau

Candidature

Modalités de candidature

Admission sur dossier à l'issue d'une commission de recrutement. Le dossier de candidature est composé de :

- un bilan du parcours scolaire et universitaire
- un bilan détaillé du parcours sportif (pratiquant, juge et/ou arbitre)

Contacts

UFR Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives

Université Clermont Auvergne 3, rue de la Chebarde TSA 30104 - CS 60026
63178 Aubière

Responsable(s) de formation

Contacts administratifs

Renseignements pédagogiques : Vincent MARTIN
04 73 40 54 86

Renseignements administratifs : Véronique COURTEIX
04 73 40 75 86

- un bilan des diplômés sportifs et/ou formation d’encadrement et d’arbitrage
- un bilan des autres formations et diplômes obtenues (formations spécifiques, diplômantes ou non)
- un bilan des expériences professionnelles et personnelles (activités salariées et/ou bénévoles)
- une lettre de motivation devant préciser le projet professionnel et les raisons qui justifient l’engagement dans la formation du DU PP

L’ensemble des éléments portés dans le dossier de candidature doivent être attestés par une pièce justificative.

Dézoomer 100 %100 % Zoomer
Page précédente Page courante 1 / 1 Page suivante
Télécharger(dossier-de-candidature-du-pp-2026-2027_1774863642201-pdf?INLINE=FALSE)

Conditions d'admission / Modalités de sélection

L'admission se fait au regard de l’expérience professionnelle dans le domaine de l’entraînement sportif, du niveau de formation initiale (formations universitaires, d’Etat, fédérales…) et du projet professionnel du candidat.

Programme

Les informations ci-dessous sont données à titre indicatif et peuvent faire l'objet de mises à jour.

La formation débutera par une mise à niveau en autoformation en ligne (UE 0), en fonction des résultats aux tests de positionnement mis à disposition par l'équipe pédagogique. Cette UE 0 doit permettre à l'ensemble des apprenants de vérifier sa maîtrise des connaissances indispensables au suivi de la formation, et le cas échéant de se mettre à niveau.

Dézoomer 100 %100 % Zoomer
Page précédente Page courante 1 / 1 Page suivante
Télécharger(programme-du-pp_1774863693170-pdf?INLINE=FALSE)

Rythme

Temps plein

La formation comporte 205 h d’enseignement. Elle est organisée sur 7 séminaires de 3 journées en présentiel, du lundi au mercredi. Une partie des enseignements (~ 20 %) auront lieu à distance.

Les périodes de séminaires identifiées sont les suivantes :

- mi-octobre
- mi-novembre
- début décembre
- début janvier
- mi-février
- début mars
- début avril

L’évaluation finale (oral d’une heure) est organisée au mois de juin. Une seconde session d’examen est organisée en septembre.

Aménagé

Il n’existe pas d’aménagement spécifique de la formation, à l’exception de la possibilité d’étaler la formation sur deux ans pour les sportifs de haut niveau et entraîneurs professionnels de bon/haut niveau. Cette demande d’aménagement devra être formulée avant le début de la formation

Compatibilité avec une activité professionnelle

Afin de prendre en compte les contraintes de la pratique sportive compétitive, la formation est organisée sur 7 séminaires de 3 journées en présentiel, du lundi au mercredi. Environ 20 % des enseignements sont organisés à distance.

Stage(s)

Stage(s)

Oui, obligatoires

Informations complémentaires sur le(s) stage(s)

Un stage de 100 h minimum est réalisé dans une structure sportive, de préférence hors du sport de prédilection, afin de stimuler l'innovation dans la démarche de préparation physique. Il permet aux étudiants de se confronter à la préparation d’athlètes et de mettre en œuvre les compétences acquises en formation. Chaque étudiant bénéficie de l’accompagnement d’un membre de l’équipe pédagogique auquel il rend compte régulièrement de son engagement, et de l’évolution de sa progression.

Cette expérience sert de support à l’évaluation finale.

Séjour(s) à l'étranger

Informations complémentaires sur le(s) séjour(s) à l'étranger

Le stage peut être réalisé à l’étranger

Modalités d'évaluation

Le stage fait l’objet d’un mémoire, qui sert de support à un examen oral d’une heure (15 minutes de présentation - 45 minutes de question). Cet examen a pour objet de vérifier l’acquisition des connaissances et compétences visées par la formation, et de juger de la capacité de l’étudiant à les mettre en œuvre dans une démarche de préparation physique.

Le diplôme est délivré si l’apprenant a validé son stage et a obtenu la moyenne à son oral de stage.

La validation du stage est soumise à la réalisation effective du stage (attestée par le maître de stage) et du suivi pédagogique (attestée par le tuteur enseignant).

Et après ?

Compétences visées

Activités visées / compétences attestées

Compétences	UE 1	UE 2	UE 3	UE 4	UE 5	UE 6
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	X					
Recueillir, synthétiser et analyser les données disponibles de l'activité/sportif pour						

adapter son activité de PP	X	X	X			
Observer et analyser l'activité du pratiquant : comprendre et savoir utiliser les données comportementales et les données biomécaniques		X		X		
Définir le profil physique du sportif : analyser les préférences motrices, le profil neuromusculaire et le profil énergétique			X		X	
Utiliser différents moyens de développement des qualités physiques					X	X
Construire un cadre didactique, méthodologique, scientifique de l'activité pour adapter son activité de préparateur physique	X					
Organiser et planifier le développement des qualités physiques				X	X	
Favoriser l'engagement du pratiquant dans le processus d'entraînement				X	X	
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						X
Analyser les spécificités de la population pour proposer une préparation physique adaptée		X	X	X	X	

Débouchés professionnels

Secteurs d'activité

Secteurs de l'entraînement sportif et de la préparation physique

Insertion professionnelle

La formation a vocation à renforcer les compétences en préparation physique de professionnels intervenants de l'entraînement sportif

Inscriptions

Coût de la formation

Tarif plein : 2 596 €
Tarif réduit étudiant UCA A-1 : 1 514 €
Tarif réinscription : 200 €