

Cette formation s'appuie à la fois sur les compétences universitaires et celles de praticiens de tout premier plan.

■ Module 1 - Evaluation de la Performance

Présentation et utilisation des outils d'analyse Mise en œuvre des tests

Variables mécaniques : capteurs de force, vitesse et puissance, accéléromètre, plate forme de force...

Variables physiologiques : consommation d'oxygène, cardio-fréquence mètre, analyseur de lactate

Variables psychologiques : les outils perceptifs (fatigue, motivation)

Tests d'évaluation de la performance physique :

- VMA sur ergocycle, tapis roulant et terrain, tests de capacité anaérobie, fonction R-R
- Force-vitesse sur ergocycle
- Charge puissance en musculation
- Détente verticale et tests SJ, CMJ...
- Vitesse de course sprint...
- Force maximale isométrique et force explosive



■ Module 2 - Préparation Physique

Le suivi de la préparation physique sera illustré en rugby, tennis, football, ski alpin et handball

- Modélisation de la tâche de haut niveau
- Développement des qualités de vitesse, force et puissance
- L'endurance spécifique
- La musculation spécifique
- Planification, contrôle de l'entraînement et mesures prophylactiques

DU

Diplôme
Universitaire



Evaluation Performance Prépa Physique

Evaluation de la Performance et Préparation Physique

UFR Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives

UFR STAPS

31 Chemin de l'Epitaphe 25000

Besançon

Tel : 03 81 66 67 90

Secrétariat Agnès Jodon

(agnes.jodon@univ-fcomte.fr)

Renseignements

<http://ufrstaps.univ-fcomte.fr/due3p>

*UFR STAPS
Besançon*

Présentation

- L'objectif de la formation est d'acquiesir et mettre en oeuvre les connaissances permettant l'évaluation de la performance et le suivi de la préparation physique.

- Lieux – Besançon – UFR STAPS – Université de Franche Comté

- Les candidats - Titulaires d'une licence STAPS ou équivalent Suisse ou Belge ou justifier d'une expérience professionnelle dans l'entraînement (3 ans minimum) pouvant prétendre à une validation des acquis (VA) ou Professorat de sport, Professeur d'EPS ou BEES (2^{ème} degré) ou BEES 1^{er} degré + expérience professionnelle. La formation est ouverte aux Kinésithérapeutes, Sportifs de haut niveau

L'ensemble des dossiers est étudié par la commission pédagogique du D.U.

Renseignements

Inscription - UFR STAPS – 31 Chemin de l'Épitaphe 25000 Besançon - Secrétariat Agnès Jodon (agnes.jodon@univ-fcomte.fr) Tel : 03 81 66 67 78 – <http://ufrstaps.univ-fcomte.fr/du3p>

Financement - FORMATION CONTINUE Magalie Siron (magalie.siron@univ-fcomte.fr) – Tel 03 81 66 61 21

Responsable pédagogique – Gilles Ravier (gilles.ravier@univ-fcomte.fr)

■ Contenu du Diplôme

- **La formation** – dure 1 an, de septembre à juin. Elle comprend 124h de cours et un stage en situation (70h minimum). Les cours sont répartis en 4 semaines (octobre, novembre, mars et mai) Les dates seront précisées ultérieurement.

- **L'enseignement** – 2 modules -
Module Evaluation de la performance (62h) & Module Préparation physique (62h).

- **Le stage** – en situation d'entraîneur, de préparateur physique ou de suivi médico-sportif dans une structure sportive permettant de concevoir un projet en rapport avec l'évaluation de la performance physique : suivi de sportifs, tests de sélection, suivi de réentraînement, validation d'entraînement... Certains outils (myotest, cardio fréquence mètre, cellule photo électrique) pourront être mis à disposition des stagiaires.

- **La validation** – pour obtenir le Diplôme Universitaire le stagiaire doit satisfaire aux exigences d'un examen final (rapport de stage et présentation orale).

■ Inscription

Inscriptions - Dossier de candidature à télécharger et à retourner pour le 15 juin 2009 dernier délai (Nombre de places limitées) –A : Scolarité de l'UFR STAPS –

Coût de la formation – 1700 € + 180€ droits universitaires (tarif 2008/2009)

○ Prise en charge éventuelle dans le cadre d'une convention de formation avec l'employeur ou d'un contrat de formation avec une structure sportive

○ Contacter le Service Formation Continue, M. Siron

magalie.siron@univ-fcomte.fr

Tel 03 81 66 61 21

Le comité de pilotage du D.U. peut autoriser

- la validation du D.U. en deux ans (l'étudiant s'engage à suivre les cours d'un module par an).

- le suivi d'un seul module sur les deux (environ 900€ le module seul). Le stagiaire s'inscrit alors pour le module « Evaluation de la performance physique » ou le module « Préparation Physique ».

Attention cette inscription est une Formation Universitaire Non diplômante (acquisition des compétences du module avec possibilité de délivrance d'un certificat de suivi de formation sans délivrance du Diplôme Universitaire).

DU