

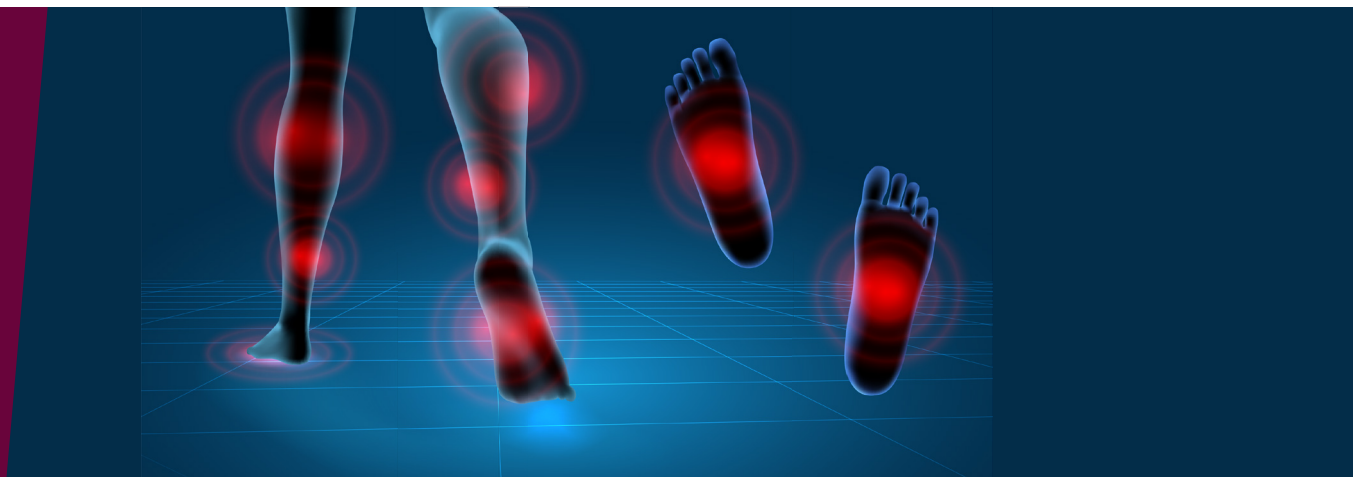
Posture Mouvement Santé

université
PARIS-SACLAY

FACULTÉ
DES SCIENCES
DU SPORT



Année universitaire
2022 - 2023



Inscription et tarif

- **PRÉ REQUIS :**

Niveau bac +3 minimum ou obtention d'une validation des acquis professionnels et personnels (VAPP)

- **ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP :** oui sur étude de dossier

- **INSCRIPTION :**

De juin à septembre 2022

- **TARIF :**

Possibilités de financement : employeur, organisme financeur, Pôle Emploi.

Les candidats ne bénéficiant pas de financement peuvent contacter le service formation continue pour une aide dans leurs démarches administratives : fc.staps@universite-paris-saclay.fr

- **MODALITÉS DE CANDIDATURE :**

Recrutement sur dossier téléchargeable sur le site de la Faculté des Sciences du Sport. Les candidats sont invités à faire parvenir ce dernier au service de la formation continue sur la période de juin à septembre 2022 à : fc.staps@universite-paris-saclay.fr

- **SEUIL MINIMUM D'INSCRITS :** 10 candidats

1700€*

380€*
Droits d'inscription

*Les tarifs ne sont pas assujettis à la TVA et les droits d'inscription pourront être amenés à évoluer

Publics concernés

- **Professionnels du secteur de la santé** (kinésithérapeutes, podologues, orthophonistes, psychomotriciens, ostéopathes, chiropracteurs...)

- **Professionnels de la danse, de la musique et du sport :** sous condition de prérequis académique suffisant

Dates

NOVEMBRE 2022 À JUIN 2023

- 17 au 19 novembre 2022
- 8 au 10 décembre 2022
- 19 au 21 janvier 2023
- 9 au 11 mars 2023
- 11 au 13 mai 2023

Format

- **5 séminaires de 3 jours :** du jeudi au samedi
- **Durée de 120 heures**

Lieu des enseignements



Faculté des Sciences du Sport Université Paris-Saclay
Rue Pierre de Coubertin
91440 BURES SUR YVETTE

Responsable de la formation

Pr Alain HAMAOU

fc.staps@universite-paris-saclay.fr

Présentation

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation vise à acquérir les bases théoriques et pratiques de l'analyse de la posture et du mouvement appliquée à la santé.

- La partie théorique traitera des concepts fondamentaux en contrôle moteur, biomécanique et physiologie musculaire
- Les enseignements pratiques permettront de se familiariser avec les principaux instruments de mesure pouvant être utilisés en cabinet et en institution.

PROGRAMME DE LA FORMATION

Unité d'enseignement 1

Analyse de l'équilibre postural

- Approche neurophysiologique de l'équilibre postural : organes des sens, centres intégrateurs, muscles posturaux.
- Notions de biomécanique : lois de newton, centre de masse, centre des pressions.
- Examen posturographique : principes, champs d'utilisation, limite
- Pratique de l'examen posturographique : choix du protocole expérimental, analyse et interprétation des indices.

Unité d'enseignement 2

Méthodologie de la recherche

- Recherche bibliographique.
- Problématisation.
- Réalisation d'un protocole expérimental.
- Recueil, analyse et présentation des données.
- Préparation au mémoire



Unité d'enseignement 3

Analyse de l'activité musculaire

- Bases de la physiologie musculaire.
- Mesure de la force musculaire par capteurs de forces : principes, choix des capteurs, recueil et analyse des données.
- Mesure de l'activité électrique musculaire (EMG) : principes et champs d'utilisation, méthodologie de l'EMG de surface, recueil, traitement et analyse du signal.

Unité d'enseignement 4

Analyse cinématique du mouvement

- Concept de capacité posturocinématique.
- Notions de biomécanique : cinématique, modélisation du corps humain, composantes statique et dynamique de la mobilité articulaire.
- Présentation des outils de l'analyse cinématique : électrogoniomètres, centrales inertielles, systèmes vidéos...
- Analyse avec smartphone.

Unité d'enseignement 5

Approches innovantes

- Analyse spécifique des mouvements de la face par vidéo 3D.
- Utilisation de la réalité virtuelle et des dispositifs électromagnétiques pour la rééducation.
- Mesure de la répartition des pressions : présentations des différents systèmes de mesure (capteurs unitaires, plateformes baropodométriques, semelles embarquées...) et applications cliniques.

MÉTHODES MOBILISÉES

Alternance d'enseignements théoriques et pratiques, travail en groupes restreints, mini-expérimentations.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Examen écrit en contrôle terminal
- Mémoire bibliographique

LES + DE LA FORMATION

- Equipe pédagogique composée d'universitaires et de cliniciens titulaires d'une thèse en sciences.
- Accès aux équipements du laboratoire CIAMS de l'Université Paris-Saclay.
- Apprentissage de techniques applicables dans un contexte clinique.
- 95% de taux de réussite

DÉBOUCHÉS ET POURSUITE D'ÉTUDES

- Pratique de l'analyse du mouvement dans un établissement de santé (hôpital, centre de rééducation...), en libéral, ou dans un environnement artistique.
- Poursuite de la formation en master : le Diplôme d'Université, structuré sous la forme d'UE, facilitera la validation d'une partie des enseignements de niveau master.

université
PARIS-SACLAY

FACULTÉ
DES SCIENCES
DU SPORT

CONTACT

Norine COUSSOT

Responsable administrative

fc.staps@universite-paris-saclay.fr

Tél. : +33 (0)1 69 15 30 79

www.faculte-sciences-sport.universite-paris-saclay.fr

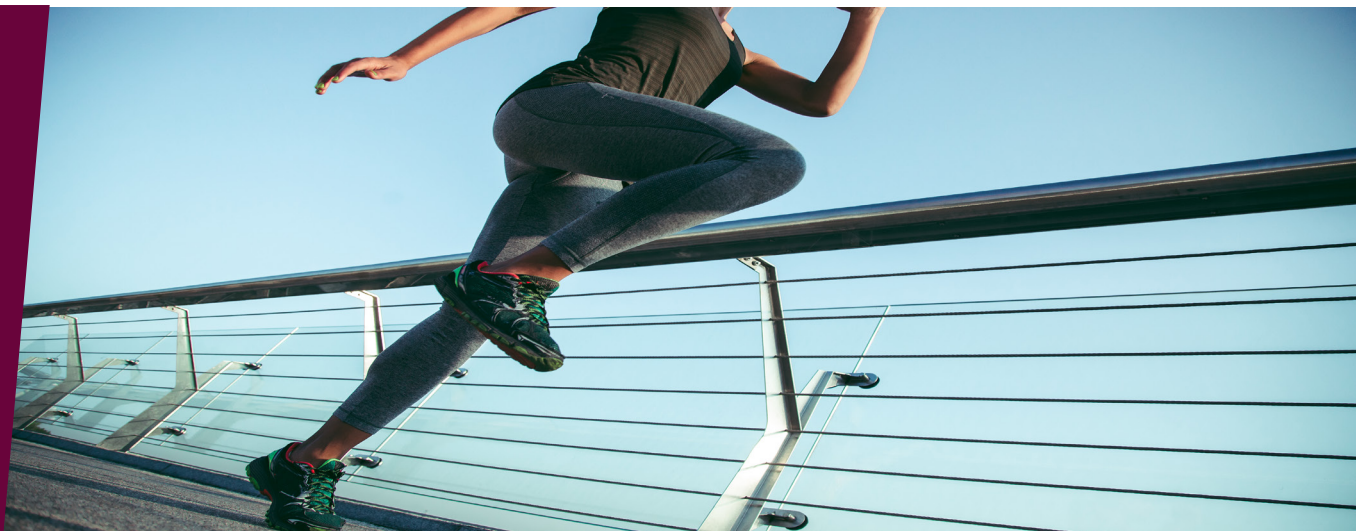
Prise en charge préventive du sportif

université
PARIS-SACLAY

FACULTÉ
DES SCIENCES
DU SPORT



Année universitaire
2022 - 2023



Inscription et tarif

- **PRÉ REQUIS :**

Niveau bac +3 minimum ou obtention d'une validation des acquis professionnels et personnels (VAPP)

- **ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP :** oui sur étude de dossier

- **INSCRIPTION :**

De juin à septembre 2022

- **TARIF :**

Possibilités de financement : employeur, organisme financeur, Pôle Emploi.

Les candidats ne bénéficiant pas de financement peuvent contacter le service formation continue pour une aide dans leurs démarches administratives à : fc.staps@universite-paris-saclay.fr

- **MODALITÉS DE CANDIDATURE :**

Recrutement sur dossier téléchargeable sur le site de la Faculté des Sciences du Sport. Les candidats sont invités à faire parvenir ce dernier au service de la formation continue sur la période de juin à septembre 2022 à : fc.staps@universite-paris-saclay.fr

- **SEUIL MINIMUM D'INSCRITS :** 10

1800€*

380€*
Droits d'inscription

*Les tarifs ne sont pas assujettis à la TVA et les droits d'inscription pourront être amenés à évoluer

Publics concernés

- **Professionnels du secteur de la santé (kinésithérapeutes, podologues, orthophonistes, psychomotriciens, ostéopathes, chiropracteurs...)**

- **Professionnels de la danse, de la musique et du sport :** sous condition de prérequis académique suffisant

Dates

NOVEMBRE 2022 À JUIN 2023

- 24 au 26 novembre 2022
- 27 au 29 janvier 2023
- 31 mars au 2 avril 2023
- e-learning en décembre 2022
- e-learning en mars 2023

Format

- **3 modules de formation sur site de 3 jours :** du jeudi au samedi ou du vendredi au dimanche (72 heures)

- **2 modules de formation en ligne** (48 heures)

- **Durée de 120 heures**

- **Présentation d'un mémoire bibliographique** en lien avec la prise en charge du sportif

Lieu des enseignements

IFEC
24-26 boulevard Paul Vaillant-Couturier
94200 IVRY SUR SEINE

Faculté des Sciences du Sport
Rue Pierre de Coubertin, bâtiment 335
91440 BURES SUR YVETTE
Piétons : RER B - Bures sur Yvette

Responsable de la formation

Zakaria LABSY
zakaria.labsy@universite-paris-saclay.fr

Présentation

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Former les professionnels des thérapies manuelles à la prise en charge préventive du sportif, à partir des dernières connaissances issues de la recherche fondamentale et appliquée dans le champ des Sciences du Sport.

PROGRAMME DE LA FORMATION

Module 1

Le monde du sport et de la science

- Principes de la démarche scientifique.
- Présentation du mémoire bibliographique.
- Approche psychologique du sportif.
- Organisation du monde du sport.
- Dopage et santé.
- Cœur du sportif.
- Utilisation des données probantes dans la prise en charge du sportif.

Module 2

E-learning

- Contraintes du geste sportif sur les tissus musculo-squelettiques.
- Traumatologie et patho-mécanique du membre supérieur.



Module 3

Physiologie du sportif

- Physiologie de l'effort et surentraînement.
- Évaluation par l'imagerie fonctionnelle.
- Principes de l'entraînement sportif.
- Performance et risque de blessure, approche psychologique.
- Au service de l'athlète sur le bord du terrain.
- Techniques d'analyse bibliographique.

Module 4

E-learning

- Traumatologie et patho-mécanique du rachis.
- Traumatologie et patho-mécanique du membre inférieur.

Module 5

Prise en charge de la blessure du sportif

- Nutrition du sportif.
- Commotions cérébrales.
- Évaluation du sportif et reprise d'une activité après blessure.
- Place du professionnel de santé dans un staff d'équipe.
- Préparation au mémoire bibliographique.

MÉTHODES MOBILISÉES

Alternance entre enseignements présentiels et e-learning, formation à un logiciel de gestion de ressources bibliographiques.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Examen écrit en contrôle terminal
- Mémoire bibliographique

LES + DE LA FORMATION

- Equipe pédagogique mixte, composée d'universitaires et de professionnels spécialisés dans la prise en charge du sportif.
- Effectifs réduits et enseignements partagés entre mode présentiel et e-learning.
- 95% de taux de réussite

DÉBOUCHÉS ET POURSUITE D'ÉTUDES

- La formation permettra aux stagiaires de développer leur capacité à intégrer la prévention des pathologies du sportif en pratique clinique.

**université
PARIS-SACLAY**

**FACULTÉ
DES SCIENCES
DU SPORT**



CONTACT

IFEC

infodupecps@ifec.net

Norine COUSSOT

Responsable administrative

fc.staps@universite-paris-saclay.fr

Tél. : +33 (0)1 69 15 30 79

www.faculte-sciences-sport.universite-paris-saclay.fr

Préparation mentale et techniques d'optimisation du potentiel

université
PARIS-SACLAY

FACULTÉ
DES SCIENCES
DU SPORT

Année universitaire
2022 - 2023





Inscription et tarif

- **PRÉ REQUIS :**

Niveau bac +3 minimum ou obtention d'une validation des acquis professionnels et personnels (VAPP)

- **ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP :**

- **INSCRIPTION :**

De juin à octobre 2022

- **TARIF :**

Possibilités de financement : employeur, organisme financeur, Pôle Emploi. Pour les candidats n'ayant pas de financement, vous pouvez nous contacter.

- **MODALITÉS DE CANDIDATURE :**

Recrutement sur dossier téléchargeable sur le site de la Faculté des Sciences du Sport. Les candidats sont invités à faire parvenir ce dernier au service de la formation continue sur la période de juin à octobre 2022 à : fc.staps@universite-paris-saclay.fr

- **SEUIL D'ADMIS MINIMUM :** 10 candidats

*Les tarifs ne sont pas assujettis à la TVA et les droits d'inscription pourront être amenés à évoluer

3000€*

380€*
Droits d'inscription

Publics concernés

- **Professionnels du secteur privé et public** désireux d'acquérir de nouveaux outils pour développer leurs potentiels et/ou ceux de leurs équipes et qui peuvent être confrontés à des situations de stress (entraîneurs, managers, pompiers, gendarmes, médecins, ...)
- **Niveau de la formation :** BAC + 3, psychologie du sport, compétences en techniques d'optimisation de la performance et préparation mentale.

Dates

JANVIER À JUIN 2023

Format

- **6 séminaires de 3 jours :** du jeudi au samedi
- **Durée de 120 heures**

Lieu des enseignements



Faculté des Sciences du Sport Université Paris-Saclay
Rue Pierre de Coubertin
91440 BURES SUR YVETTE

Responsable de la formation

Pr Christine LE SCANFF

christine.le-scanff@universite-paris-saclay.fr

Présentation

OBJECTIFS DE LA FORMATION

La préparation mentale et les TOP : Techniques d'Optimisation du potentiel sont un ensemble de stratégies mentales et de méthodes permettant à chacun de mobiliser au mieux ses ressources affectives, cognitives et comportementales.

L'objectif est d'apprendre à se connaître pour faire face aux situations d'urgence et de stress et assurer une performance maximale sur la durée, respectueuse de sa santé et de son bien-être.

PROGRAMME DE LA FORMATION

Unité d'enseignement 1

Connaissances fondamentales sur les bases de la préparation mentale et les techniques d'optimisation de la performance (TOP)

20 heures dont 15 heures de cours magistraux et 5 heures de travaux dirigés

Méthode

- Champs d'application.
- Avantages et limites.
- Procédés de base.

Unité d'enseignement 2

Protocoles d'intervention en préparation mentale et techniques d'optimisation de la performance (TOP)

30 heures dont 10 heures de cours magistraux et 20 heures de travaux dirigés

Démarche

- Information, sensibilisation, formation, techniques d'entretien.
- Protocoles d'un accompagnement (analyse, conception, réalisation).
- Étude de cas.
- Analyse des pratiques.



Unité d'enseignement 3 Les techniques d'optimisation de la performance (TOP)

30 heures dont 5 heures de cours magistraux et 25 heures de travaux dirigés

- Connaître les différentes techniques (protocole, indications et précautions d'emploi) : les vivre et les faire vivre.
- Techniques de préparation à l'action, régulation de la dépense énergétique, du stress, des émotions et de récupération.

Unité d'enseignement 4 Champs d'application de la préparation mentale et des techniques d'optimisation de la performance (TOP)

40 heures dont 20 heures de cours magistraux et 20 heures de travaux dirigés

- Amélioration des performances individuelles et collectives (milieux sportifs, entrepreneurial, scolaire, ...).
- Gestion de crises, du stress, des émotions et amélioration de la confiance en soi.
- Motivation et techniques motivationnelles.
- Prévention et gestion de la fatigue (rythmes chrono-biologiques).
- Psychopathologies et blessures, risques psycho-sociaux, prévention du burnout et du surentraînement.
- Facteurs humains.

MÉTHODES MOBILISÉES

Travail en groupes, jeux de rôle, mise en situation.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Examen écrit en contrôle continu
- Dossier

LES + DE LA FORMATION

- Professionnels de qualité issus des différents domaines ciblés par le DU (sport, police, armée, entreprise).
- Intégration théories et pratiques.
- Ouverture sur différents milieux professionnels.
- 95% de taux de réussite

DÉBOUCHÉS ET POURSUITE D'ÉTUDES

- Préparation mentale et gestion du stress en milieu sportif, scolaire, en entreprise et gestion de crise pour les professions à risque.
- Les candidats soutenant ce DU pourront poursuivre dans le nouveau master international EOPS (Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive) sous condition.

université
PARIS-SACLAY

FACULTÉ
DES SCIENCES
DU SPORT

CONTACT

Norine COUSSOT

Responsable administrative

fc.staps@universite-paris-saclay.fr

Tél. : +33 (0)1 69 15 30 79

www.faculte-sciences-sport.universite-paris-saclay.fr