RÉATHLÉTISATION DU SPORTIF

Attestation Universitaire d'Enseignement - AUEC

INFORMATIONS

CALENDRIER

Du 14 au 16 mai 2025

Lieu de la formation :
UFR3S - Faculté des sciences du sport
et de l'éducation physique
9, rue de l'université – 59790 Ronchin

Date limite de candidature :
15 avril 2025

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

Charlotte MANTEL
UFR3S - Faculté des sciences du sport
et de l'éducation physique
9, rue de l'université – 59790 Ronchin

charlotte.mantel@univ-lille.fr
03 20 88 73 68

OBJECTIFS

• Acquérir les connaissances théoriques fondamentales sur les différents aspects de la réathlétisation, notamment la physiologie, la biomécanique et la psychologie de la performance sportive.

• Comprendre les différentes méthodes d'évaluation des capacités physiques et sportives, ainsi que les différentes techniques de réathlétisation.

• Apprendre à élaborer et mettre en place des programmes de réathlétisation adaptés aux besoins et aux objectifs de chaque sportif.

• Développer les compétences nécessaires pour évaluer et surveiller l'évolution de la récupération physique et sportive des athlètes.

• Acquérir les connaissances et les compétences nécessaires pour la prévention des blessures et la gestion des risques liés à la réathlétisation.

• Savoir travailler en équipe avec les autres professionnels de santé impliqués dans la réathlétisation, tels que les médecins, les kinésithérapeutes, les psychologues, etc.

• Apprendre à utiliser les dernières avancées scientifiques en matière de réathlétisation pour mettre en place des programmes efficaces et adaptés aux besoins de chaque sportif.

PUBLIC VISÉ

Préparateurs physiques et mentaux
Kinésithérapeutes
Entraineurs

CONDITIONS D'ACCÈS

- Diplôme d'Etat et /ou Licence STAPS Entraînement Sportif

ORGANISATION & EXAMEN

L'ENSEIGNEMENT SE DÉROULE SUR 24H

- enseignements en présentiel (théorie et pratique)
- examen final : études de cas

ufr3s faculté des sciences du sport et de l'éducation physique | Université de Lille

RÉATHLÉTISATION DU SPORTIF

Attestation Universitaire d'Enseignement - AUEC

ORGANISATION & EXAMEN

CONTENU

La réathlétisation "testing, mobilité, stabilité et proprioception, renforcement musculaire, préparation physique et discipline sportive, prophylaxie"

Utilisation du profil force vitesse "outil d'aide à la décision pour le retour au jeu"

Le retour au jeu "échanges avec un professionnel"

La rééducation "suite à une entorse latérale de cheville, suite à une rupture du LCA, suite à une tendinite de l'épaule"

La cheville, le genou et l'épaule "anatomie descriptive et fonctionnelle, les blessures, les interventions chirurgicales"

La préparation mentale "la démarche, les techniques de respiration et de relaxation, l'intérêt de l'imagerie mentale en réathlétisation, la peur de la re-blessure"

La nutrition "bilan nutritionnel, hydratation, apport en protéines"

VALIDATION :

Quiz à la fin de chaque intervention + étude de cas

RESPONSABLES PÉDAGOGIQUES :

- Yohan ROUSSEL, Maître de conférences associé
- Frédéric DAUSSIN, Professeur des Universités

Tarif individuel

450 €

ufr3s faculté des sciences du sport et de l'éducation physique | Université de Lille