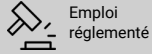


G1218**PRÉPARATEUR / PRÉPARATRICE PHYSIQUE**

Autres emplois décrits

- Responsable de la préparation physique

Définition

- Etablit des séances d'entraînement personnalisées et adaptées pour développer et optimiser les qualités physiques ou prévenir l'apparition de blessures des sportifs, en coopération avec l'entraîneur et l'équipe médicale
- Met en place des exercices de préparation du corps à l'effort, de renforcement musculaire ou des exercices de développement des capacités (endurance, force, souplesse, vitesse)
- Développe de plus en plus de compétences sur l'analyse et le traitement de données en vue de l'optimisation de la performance individuelle et collective via les outils numériques et la vidéo

Accès à l'emploi

Ce métier renvoie à une profession réglementée, soumise à différentes obligations et formalités qui nécessitent entre autres la détention d'une qualification liée au contexte dans lequel il va être exercé. Ce métier s'exerce essentiellement dans les clubs professionnels, dans les fédérations nationales au service de sportifs professionnels ou de sportifs de haut niveau en tant que travailleur indépendant. Ce métier peut également s'exercer au sein de structures sportives.

Certifications et diplômes :

- Certificat de capacité de préparateur physique
- DESJEPS mention performance sportive
- DU Préparateur physique
- Licence mention sciences et techniques des activités physiques et sportives : entraînement sportif
- Master mention sciences et techniques des activités physiques et sportives : entraînement et optimisation de la performance sportive

Compétences

Savoir-faire

Conseil, Transmission	Adapter un parcours ou une séquence pédagogique selon le niveau et la progression des apprenants Coacher des sportifs professionnels Coacher des particuliers Enseigner, transmettre des connaissances, développer des compétences Évaluer le niveau de départ du pratiquant Superviser la préparation physique en prévision de compétitions sportives Sensibiliser le sportif aux règles d'hygiène de vie Accompagner des personnes dans la mise en oeuvre du programme nutritionnel
	Concevoir et animer des activités sportives Concevoir et mettre en place un programme de préparation physique Définir un projet d'entraînement sportif Accompagner l'entraîneur dans l'encadrement des sportifs Adapter les programmes de préparation physique Concevoir des programmes de rééducation après blessure afin de restaurer la force et la mobilité du sportif
Management	Animer, coordonner une équipe Sélectionner le matériel ou les équipements selon la compétition et les contraintes Mettre en place les conditions favorisant la performance sportive et la prévention de blessures (nutrition, récupération, travail technico-tactique en dehors des entraînements)
Maintenance, Réparation	Réaliser le suivi du matériel ou des équipements sportifs
Prévention des risques	Sécuriser le public en cas d'incidents et alerter les services compétents de gendarmerie, pompiers
Organisation	Transmettre les résultats aux entraîneurs sportifs et au staff
Data et Nouvelles technologies	Analyser les résultats d'un projet Analyser les vidéos de sport pour déterminer les objectifs sportifs





Savoir-être professionnels



	Être à l'écoute, faire preuve d'empathie
	Faire preuve de rigueur et de précision
	S'adapter aux changements
	Travailler en équipe

Savoirs

	Activités physiques et sportives adaptées
	Anatomie, physiologie
	Anatomie humaine
	Diététique
Domaines d'expertise	Gestes d'urgence et de secours
	Informatique nomade (PDA, GPS...) Émergent
	Physiologie
	Techniques d'entraînement sportif
	Techniques d'animation de groupe
Techniques professionnelles	Techniques de communication orales, écrites et numériques
	Techniques pédagogiques
	Réglementation du sport et des activités sportives
Normes et procédés	Règles de sécurité des biens et des personnes

Contextes de travail

	Conditions de travail et risques professionnels	Déplacements professionnels
		En club sportif
		En extérieur
		Polyactivité
	Horaires et durée du travail	Travail en horaires décalés
		Travail le week-end
	Lieux et déplacements	Zone internationale
		Zone nationale
	Publics spécifiques	Adultes
		Mineurs (- 18 ans)
		Sportifs

	Statut d'emploi	Salarié secteur privé (CDI, CDD)
		Travailleur indépendant
	Types de structures	Association
		Structure sportive

Secteurs d'activité

• Sport, animation et loisir	• Service public, défense et sécurité
------------------------------	---------------------------------------