

## Public et prérequis

- Entraîneurs, psychologues, intervenants en psychologie du sport
- Avoir de bonnes connaissances et de l'expérience dans le domaine de l'entraînement et du sport de haut niveau

## Les + de la formation

- Techniques directement exploitables dans un projet de performance
- Formateurs universitaires exerçant auprès de sportifs de haut niveau et/ou professionnels
- Contenus basés sur les recherches les plus récentes en psychologie du sport

## Modalités pédagogiques

Alternance entre connaissances théoriques et applications pratiques, conception d'outils d'intervention...

## Validation

- Attestation de participation
- Validation de l'ECUE possible (sous conditions)

*Cette formation peut être prise en compte dans l'instruction du dossier de preuves d'une VAE.*

## Lieu de formation

Université Paris-Est-Créteil UPEC  
Site Duvauchelle - Centre STAPS  
27, avenue Magellan  
94000 Créteil

## Date

20 octobre 2016

## Durée

1 journée de formation = 8 h

## Contact pédagogique

Marjorie Bernier  
marjorie.bernier@u-pec.fr

## Contact administratif

Hamid Kebbiche  
hamid.kebbiche@u-pec.fr

## Tarif

Tarif initial : 200 € / réduit : 120 €

# Évaluer et planifier en préparation mentale

## Objectifs / Compétences

- Être capable d'évaluer les habiletés mentales de sportifs en utilisant différentes méthodes
- Être capable de concevoir un protocole d'évaluation des habiletés mentales
- Être capable de concevoir un programme de préparation mentale en adéquation avec un projet de performance

## Programme

- Les objectifs de l'évaluation et de la planification en préparation mentale
- Les méthodes et outils d'évaluation des habiletés mentales
- Les principes de planification de la préparation mentale
- Comment évaluer et concevoir un programme de préparation mentale?

## Enseignants et partenaires

**Marjorie Bernier**, UPEC, maître de conférences et intervenante en psychologie du sport auprès de sportifs de haut niveau

**Jean Fournier**, Université Paris-Nanterre, maître de conférences et intervenant en psychologie du sport auprès de sportifs de haut niveau

**Eva Parmentier**, UPEC, docteur en STAPS et intervenante en psychologie du sport auprès de sportifs de haut niveau

## Pour aller plus loin

- Complémentarité avec les autres modules Préparation mentale.  
(Tarifs préférentiels si inscription à l'ensemble des modules : tarif initial 1 200 € / tarif réduit 624 €)
- Poursuite en master Entraînement et optimisation de la performance sportive.  
(Validation d'un ECUE possible si inscription en master EOPS dans les trois années qui suivent la formation.)

## Mots clefs

Évaluation - planification - préparation mentale - psychologie - performance - sport - méthodes - outils

## Pour en savoir plus

<http://sess-staps.u-pec.fr/formations/formation-continue/>