

## Objectifs de la formation

- Initiation et perfectionnement de la prise en charge globale des athlètes afin d'optimiser l'accompagnement à la performance sportive.
- Formation systémique visant à la fois la préparation physique et la préparation mentale pour répondre à la réalité des exigences de la pratique compétitive et du Sport de Haut Niveau.

## Compétences acquises

Acquisition et développement de compétences particulières pour valoriser les moyens organisés autour de l'athlète et optimiser l'engagement de toutes ses ressources.

## Equipe pédagogique

La formation est assurée par des universitaires et des professionnels de l'entraînement, de l'accompagnement à la compétition et du développement des ressources physiques et mentales.

## Organisation

La formation est organisée en 9 modules mensuels de 3 jours en présentiel et un module de stage.

## Thèmes développés

- Evaluation et développement des qualités physiques et mentales (stratégies de performance, analyse typologique et profilage),
- Approfondissement des méthodologies de la planification de l'entraînement,
- Gestion et optimisation de la récupération et de la périodisation,
- Réathlétisation et reconditionnement physique et mental,
- Optimisation de l'entraînement et de la démarche compétitive,
- Maîtrise des technologies avancées.

## Démarche pédagogique

Articulation entre :

- Eclairages scientifiques (sur la base de l'identification de problématiques professionnelles et des savoirs associés),
- Retour et partage d'expériences de terrain de professionnels expérimentés dans le champ de la préparation physique et dans celui de la préparation mentale pour développer des compétences opérationnelles,
- Mise en situation des stagiaires dans des temps d'analyse de pratique (sur la base de leurs expériences personnelles et du stage associé à la formation).

## Modalités de contrôle des connaissances

L'évaluation portera sur un relevé de notes et un travail de mémoire en relation avec le stage. Chaque candidat devra être capable d'opérationnaliser de façon pratique et efficiente les savoirs, savoir-faire et savoir-être transmis, en mettant en œuvre, par une démarche conjointe dans la préparation physique et la préparation mentale, un accompagnement efficace de la performance.

## Modalités pratiques

### Hébergement / Restauration

Des possibilités d'hébergement et de restauration sont proposées au CREPS de Nancy.

Plus d'informations sur le site du CREPS de Nancy : [www.creps-nancy-lorraine.jeunesse-sports.gouv.fr](http://www.creps-nancy-lorraine.jeunesse-sports.gouv.fr)

## Lieux d'enseignement

- UFR STAPS – Faculté des Sciences du Sport de Nancy  
30 rue du Jardin Botanique  
CS 30156  
54603 Villers-lès-Nancy Cedex
- CREPS de Nancy – Centre de Ressources, d'Expertise et de la Performance Sportive  
1 avenue Foch  
54270 Essey-lès-Nancy

## Public visé

- Entraîneurs (BEES 2, DES JEPS mention performance sportive)
- Conseillers Techniques Sportifs
- Candidats ayant une expérience du métier d'entraîneur et disposant d'un BP JEPS, BEES 1 ou DE JEPS (après étude de leur dossier de candidature et lettre de motivation exposant leur projet professionnel)
- Sportifs de haut niveau inscrits sur liste ministérielle ou sportifs inscrits en centre de formation des clubs professionnels
- Titulaires Licence STAPS, (ayant un projet professionnel d'encadrement de l'entraînement)
- Titulaires d'un Master 2 (ou DESS) de Psychologie

## Volume horaire de la formation

180 heures de formation

150 heures de stage en milieu professionnel

## Coût de la formation (hors frais d'inscription à l'Université)

- Coût complet : 2400€ (nombre de places limité à 16 par session)
- Coût réduit pour les sportifs de haut niveau : 1200 € (nombre de places limité à 5 par session)
- Coût réduit pour les nouveaux diplômés de la Licence STAPS : 1200 € (nombre de places limité à 3 par session)
- Coût par module : 400€ (possibilité de capitalisation)

## Contacts

### *Responsabilité de la formation*

**Karine Duclos**

Maître de Conférences des Universités  
Université de Lorraine, Faculté des Sciences du Sport  
[karine.duclos@univ-lorraine.fr](mailto:karine.duclos@univ-lorraine.fr)

### *Responsabilités pédagogiques*

**Gérome Gauchard**

Professeur des Universités  
Université de Lorraine, Faculté des Sciences du Sport

**Jean-François Penin**

Directeur Adjoint  
CREPS de Nancy

**Claude Colombo**

Ancien responsable Département Sport de Haut Niveau  
CREPS de Lorraine

### *Organisation administrative*

**Françoise Laurent**

Secrétaire du diplôme  
Université de Lorraine, Faculté des Sciences du Sport  
[f.laurent@univ-lorraine.fr](mailto:f.laurent@univ-lorraine.fr)  
Tel: +33 (0) 3 83 68 29 21

## Inscription

Sur le site de l'UFR STAPS - Faculté des Sciences du Sport de Nancy

Date limite de dépôt du dossier : 15 juin 2018

UFR STAPS – Faculté des Sciences du Sport de Nancy  
30, rue du Jardin Botanique  
CS 30156  
54600 Villers-lès-Nancy Cedex  
Tél: +33 (0)3 83 68 29 00  
<http://staps-nancy.univ-lorraine.fr/>



UNIVERSITÉ  
DE LORRAINE



## Diplôme Universitaire



En partenariat  
avec



Avec le  
soutien

