

Commission de la **formation** et de la vie **universitaire** | **CFVU**

## Séance du 15 novembre 2021

Délibération n°2021-029

### Point 3.4

#### Point 3.4 à l'ordre du jour

**Direction des études et de la formation initiale** : UFR ST-STAPS - SEFCO : Modifications relatives au DU « préparation mentale appliquée à la performance ».

**VU** l'article L613-2 du code de l'éducation ;

**VU** l'approbation du conseil de gestion de la composante UFR ST du 16/09//2021.

#### Exposé de la délibération :

Ce diplôme, spécialement conçu pour des professionnels de l'entraînement sportif, vise à leur apporter des connaissances et des compétences dans la dimension mentale pour éclairer et/ou consolider leurs pratiques.

Il offre également un cadre de perfectionnement aux psychologues, aux médecins du sport en exercice soucieux d'acquérir des compétences nouvelles ou complémentaires par rapport à leur formation de base.

Une demande de modification de maquette portant sur le format est demandée.

Le D.U. est organisé en 4 modules d'enseignement, soit 212 heures réparties en 4 semaines de 35 heures en présentiel organisées sur une semaine de 5 jours, **6 sessions en distanciel** plus un module de stage et son rapport.

**La CFVU approuve** les modifications relatives au DU « préparation mentale appliquée à la performance ».

<b>Effectif Statutaire :</b>	40
<b>Membres en exercice :</b>	38

<b>Quorum :</b>	19
Membres présents :	19
Membres représentés :	4
<b>Total :</b>	23

**Décompte des votes :**

<b>Absentions :</b>	1
<b>Votants :</b>	22
<b>Blancs ou nuls :</b>	-

<b>Suffrages exprimés :</b>	22
<b>Pour :</b>	22
<b>Contre :</b>	-

**La délibération est adoptée.**

Fait à Orléans, le 15 novembre 2021

La Présidente du Conseil Académique



Caroline Andrezza

**Destinataires de la délibération :**

Madame le Recteur de l'académie, chancelier des Universités,  
Présidente du Conseil Académique,  
Vice-Président formation et vie universitaire,  
Directrice des services généraux  
Service juridique de l'université d'Orléans.

**Annexe : maquette pédagogique DU « préparation mentale appliquée à la performance »**

N°UE	Intitulé de l'enseignement	Type de l'enseignement	COEF	Effectifs attendus parcours	Gr CM	Gr TD	titifs global e	CM	TD	présentiel	distanciel
<b>1</b>	<b>Introduction à la préparation mentale</b>		1	15	1	1	15		36	20	16
	introduction à la préparation mentale	distanciel							3		3
	la 1er prise de contact	distanciel							8	8	
	La démarche en Préparation Mentale	mixte							7	4	3
	évaluations quantitatives et qualitatives de l'athlète	présentiel							4	4	
	les bases de la communication	distanciel							4		4
	Ethique et Déontologie	distanciel							7	4	3
	création d'entreprise	distanciel							3		3
<b>2</b>	<b>Les bases scientifiques de la préparation mentale</b>		2	15	1	1	15		9		9
	l'action située	distanciel							3		3
	les thérapies cognitivo-comportementale	distanciel							3		3
	l'analyse transactionnelle	distanciel							3		3
<b>3</b>	<b>les déterminants psychologique de la performance</b>		2	15	1	1	15		50	16	34
	identifier les déterminants de la performance	distanciel							6		6
	le pouvoir des croyances	distanciel							6		6
	le stress	présentiel							8	8	
	la relation entraîneur-entraîné	distanciel							6		6
	la concentration	présentiel							8	8	
	motivation et émotion	distanciel							7		7
	estime de soi et confiance en soi	distanciel							6		6
	capacités cognitive et performance	distanciel							3		3
<b>4</b>	<b>la boîte à outil du préparateur mentale</b>		2	15	1	1	15		76	76	0
	l'imagerie mentale	présentiel							4	4	
	la sophrologie	présentiel							4	4	
	l'entretien d'explicitation	présentiel							24	24	
	la gestion du stress	présentiel							8	8	
	la cohérence cardiaque	présentiel							4	4	
	Activation des ressources	présentiel							8	8	
	Routine et point d'ancrage	présentiel							4	4	
	installer une ressource	présentiel							8	8	
	la fixation d'objectif	présentiel							4	4	
	mindfulness	présentiel							8	8	
<b>5</b>	<b>les populations et ou situations particulières</b>		1	15	1	1	15		32	23	9
	la PM chez les jeunes	présentiel							8	8	
	La blessure chez le sportif	mixte							7	4	3
	la PM en sport collectif	mixte							17	11	6
<b>6</b>	<b>stage</b>	distanciel	3	15	1	1	15		7		7
<b>total heures</b>									<b>210</b>	<b>135</b>	<b>75</b>