



Certificat de Compétence Spécifique « DIMENSION MENTALE & PERFORMANCE »

1. Description générale du dispositif

1.1 Les objectifs de la formation

Le dispositif **Certificat de Compétence Spécifique (CCS)** s'adresse à des cadres engagé(e)s dans une démarche de développement des compétences professionnelles dans un **domaine ciblé** de la performance de haut niveau.

Le **CCS « Dimension mentale & Performance »** a pour objectif le développement des compétences de l'entraîneur dans les **dimensions émotionnelle et psychologique** de la performance pour :

- Mieux prendre en compte et mieux agir auprès de ses athlètes sur ces dimensions de la performance à l'entraînement comme en compétition,
- Mieux choisir et/ou mieux collaborer avec un intervenant extérieur au staff.

1.2 Le public visé

Le CCS « *Dimension mentale & Performance* » s'adresse prioritairement aux **entraîneurs** inscrits dans une **pratique de haut niveau**, quelque soit leur statut (cadre d'Etat ou de droit privé) :

- sensibilisés à la **problématique de la dimension mentale dans la préparation et la réalisation de performances sportives de haut niveau**,
- ayant une **réelle activité professionnelle menée auprès de sportif(ve)s de HN** pendant le déroulement du cursus.

1.3 Le CCS « *Dimension mentale & Performance* » à l'intérieur de l'offre de formation professionnelle de l'INSEP pour les cadres du sport de HN.

Le CCS « *Dimension mentale & Performance* » s'inscrit dans la démarche de formation professionnelle mise en œuvre par le Pôle Formation à l'intention de l'encadrement du sport de haut niveau.

Ce dispositif est une réponse aux demandes de formation des entraîneurs dans le domaine spécifique de la « préparation mentale ». Il complète l'offre de formation initiale et continue (Master SEP, modules de la FPC des entraîneurs, Executive Master Entraîneur) dans ce domaine.

2. Caractéristiques du CCS « *Dimension mentale & Performance* »

2.1 Le parcours de formation

Ce parcours s'adresse à une promotion d'une **douzaine de cadres**.

Il impose de suivre les **15 jours de formation**, organisés sous la forme de **5 sessions de 3 jours**, complétés par des temps de pratique et de travaux personnels en dehors des sessions.

2.2 Modalités de recrutement

L'entrée dans le dispositif s'effectue à la suite d'une **sélection sur dossier** basée sur l'analyse du profil du candidat et de son projet professionnel. Un avis du DTN et/ou de l'employeur sera apprécié.

2.3 Modalités de validation

Pour prétendre à la validation de cette certification, le cadre en formation doit se soumettre à une évaluation basée sur la **production d'un document** démontrant l'intégration dans sa pratique professionnelle des savoirs et savoir-faire abordés au cours de la formation.

3. Organisation pédagogique

3.1 Calendrier de la formation

⇒ Campagne d'information/communication : **Juillet 2018**

- ⇒ Retour des dossiers de candidature : **avant le 25 janvier 2019**,
- ⇒ Sélection des candidats : **11 février 2019**,
- ⇒ Dates des modules :
 - Module 1 : **du 19 au 21 mars 2019** à l'Insep,
 - Module 2 : **du 14 au 16 mai 2019** au Creps PACA site d'Aix-en-Provence,
 - Module 3 : **du 10 au 12 septembre 2019** au Creps de Montpellier,
 - Module 4 : **du 5 au 7 novembre 2019**, au Creps PACA site d'Aix-en-Provence,
 - Module 5 : **du 3 au 5 décembre 2019** à l'Insep.
- ⇒ Certification à programmer en 2020.

3.2 Responsables pédagogiques

La formation est co-pilotée par

- Olivier GUIDI, responsable de l'*Unité Préparation Mentale* au CREPS PACA site d'Aix en Provence,
- Jean-Paul MARTINET, Accompagnateur Coach APPI

3.3 Démarche de formation

La formation alterne éclairages théoriques, témoignages, partages d'expériences, études de cas et mises en pratique. Des experts de profils et champs professionnels variés interviendront durant la formation pour apporter des éclairages sur des thématiques en lien avec les objectifs poursuivis.

La participation aux modules sera complétée par du travail intersession permettant notamment l'utilisation et le réinvestissement des apports de la formation dans le cadre d'un projet d'entraînement mené auprès d'athlète(s) inscrit(s) dans une pratique de HN ou d'accès au HN.

3.4 Programme de formation

La formation aura pour fil conducteur « **Stimuler et maintenir l'engagement de l'athlète** ».

Elle s'articulera autour de 3 mots clés [**Envie – Implication – Satisfaction**] déclinés au travers 4 entrées croisées [approche **individuelle / collective**, à l'**entraînement / en compétition**]. La **posture de l'entraîneur** sera également revisitée.

4. Aspects financiers

Frais d'inscription :

- 250 €

Frais pédagogiques* :

- Pris en charge dans le cadre de l'ONM pour les agents du Ministère des Sports,
- 3150 € pour les autres cadres

* Les frais pédagogiques n'incluent pas les frais de déplacement/restauration/hébergement

5. S'inscrire

Transmettre à Cécile MORLET

- un curriculum vitae,
- une lettre de motivation,
- un avis du supérieur hiérarchique (ou de l'employeur) et du DTN pour les cadres techniques.

6. Contact

Suivi pédagogique : Emmanuelle COUBAT – emmanuelle.coubat@insep.fr – 01 41 74 44 09

Responsable administrative : Cécile MORLET – cecile.morlet@insep.fr – 01 41 74 43 38