

COLLOQUE CROPS / FSSEP LILLE 2

PREPARATION MENTALE

Les 11 et 12 mai 2017

Avec la participation du
Managing Council de la FEPSAC

(European Federation of Sport Psychology)



4 Conférences le matin

Jeudi 11 Mai

Karin Moesch : *Impact des comportements non verbaux et des émotions dans les sports collectifs*

Nadine Debois : *Compte rendu d'une recherche de deux ans sur 500 sportifs en France sur l'identification des compétences nécessaires pour réussir le double projet*

Vendredi 12 Mai

Maurizio Bertollo : *La Zone Optimale de Fonctionnement et le lien avec les émotions*

Lina Vaisete : *Expérience aux derniers JO et les difficultés rencontrées*

5 Ateliers dont 4 au choix: Deux par après-midi

Olivier Guidi : *Motiver par une fixation d'objectifs plus symbolique et concrète*

Fabien Frydryszak : *Intérêts de la préparation mentale pour optimiser son rôle d'entraîneur et accroître la cohésion de groupe*

Benjamin Bernard : *Les différents types de respiration (et techniques yogiques) au service du mental*

Hélène Sido : *Préparation Mentale en Entreprise*

Victor Sébastiao : *Sophrologie et Préparation Mentale, liens avec la relaxation, l'auto-hypnose et la méditation*

Programme détaillé et Inscription sur www.preparationmentale.fr

Journées organisées par le CROPS (Centre Ressources en Optimisation de la Performance et en Psychologie du Sportif) et la FSSEP de Lille2 (DU Préparation Mentale et Psychologie du Sportif).
Lieu : FSSEP de Lille2, 9 rue de l'université 59790 Ronchin. Tarif : 130€. Places limitées.



Préparation Mentale



Jeudi 11 mai

8h30 : Accueil des participants

9h : Discours introductif

9h15 : Conférence n°1; Karin Moesch (FEPSAC)

« Impact des comportements non verbaux et des émotions dans les sports collectifs »

10h30 : Pause Café

11h : Conférence n°2; Nadine Debois (FEPSAC)

« Compte rendu d'une recherche de deux ans sur 500 sportifs en France sur l'identification des compétences nécessaires pour réussir le double projet »

12h : Pause Repas

13h30 : Atelier (1/4)

15h15 : Pause Café

15h45 : Atelier (2/4)

17h30 : Fin de la journée

18h: Pot de l'amitié entre anciens étudiants du DU Préparation Mentale et Psychologie du Sportif

Vendredi 12 mai

8h30 : Accueil des participants

9h : Conférence n°3; Maurizio Bertollo (FEPSAC)

La Zone Optimale de Fonctionnement et le lien avec les émotions

10h15 : Pause Café

10h45 : Conférence n°4; Lina Vaisete (FEPSAC)

« Expérience aux derniers JO et les difficultés rencontrées »

12h : Pause Repas

13h30 : Atelier (3/4)

15h15 : Pause Café

15h45 : Atelier (4/4)

17h30 : Fin du colloque

Atelier n°1

Animé par Olivier Guidi

« Motiver par une fixation d'objectifs plus symbolique et concrète »

Atelier n°2

Animé par Benjamin Bernard

« Les différents types de respiration et techniques yogiques au service du mental »

Atelier n°3

Animé par Fabien Frydryszak

« Intérêts de la préparation mentale pour optimiser son rôle d'entraîneur et accroître la cohésion de groupe »

Atelier n°4

Animé par Hélène Sido

« Préparation Mentale en Entreprise »

Atelier n°5

Animé par Victor Sebastiao

« Sophrologie et Préparation Mentale, liens avec la relaxation, l'auto-hypnose et la méditation »