



Tableau croisé du contenu de la formation et du référentiel de compétences

Formation Certifiante validée par France Compétences

Optimiser la préparation mentale des sportifs en favorisant leur intégrité et leur bien être

Fiche n°6785

Document qualité - 17 novembre 2025

Compétences du référentiel	Modules / séquences pédagogiques	Contenus pédagogiques détaillés	Modalités pédagogiques	Modalités d'évaluation préparées
C1 Analyser la demande d'accompagnement du sportif et de son environnement	Module 2 : Se connaître pour accompagner efficacement Module 3 : Profil psychologique des sportifs	Analyse des besoins explicites et implicites du sportif Identification des motivations, freins et ressources Analyse de l'écosystème sportif (entraîneur, équipe, entourage) Prise en compte des facteurs psychologiques et environnementaux	Apports théoriques Études de cas réels Exercices d'analyse de profils psychologiques Travaux pratiques	Préparation à l'épreuve 1 : analyse de la demande et diagnostic initial

Compétences du référentiel	Modules / séquences pédagogiques	Contenus pédagogiques détaillés	Modalités pédagogiques	Modalités d'évaluation préparées
C2 Concevoir et présenter une offre d'accompagnement en préparation mentale	Module 6 : Construire et présenter une offre professionnelle	Construction d'une offre d'accompagnement en préparation mentale Formalisation des objectifs, du cadre et du planning Définition des méthodes et outils mobilisés Présentation et argumentation de l'offre auprès du client	Travaux pratiques Simulation de présentation d'offre Études de cas	Préparation à l'épreuve 1 : formalisation du processus d'accompagnement

Compétences du référentiel	Modules / séquences pédagogiques	Contenus pédagogiques détaillés	Modalités pédagogiques	Modalités d'évaluation préparées
C3 Préparer les séances et structurer un plan d'entraînement mental	Module 4 : Fixation d'objectifs et stratégie de progression	Définition des objectifs sportifs et mentaux Construction d'un plan d'entraînement mental Structuration des séances Définition des indicateurs de suivi	Exercices pratiques Construction de plans d'intervention Études de cas	Préparation à l'épreuve 2 : questionnaire professionnel

Compétences du référentiel	Modules / séquences pédagogiques	Contenus pédagogiques détaillés	Modalités pédagogiques	Modalités d'évaluation préparées
C4 Animer les séances de préparation mentale	Module 5 : Outils neuropsychologiques d'optimisation mentale	Techniques de préparation mentale : - Gestion du stress - Visualisation mentale - Régulation du discours interne - Outils de profilage	Mises en situation Exercices pratiques Simulations de séances	Préparation à l'épreuve 3 : soutenance devant jury

Compétences du référentiel	Modules / séquences pédagogiques	Contenus pédagogiques détaillés	Modalités pédagogiques	Modalités d'évaluation préparées
C5 Identifier et traiter les situations critiques	Module 3 : Profil psychologique des sportifs Module 5 : Techniques d'accompagnement	Identification des situations à risque : burn-out, dopage, dépression, violences, harcèlement Posture d'écoute active et bienveillante Orientation vers les professionnels ou structures compétentes	Études de cas Analyse de situations professionnelles	Évaluation via étude de cas et questionnaire professionnel

Compétences du référentiel	Modules / séquences pédagogiques	Contenus pédagogiques détaillés	Modalités pédagogiques	Modalités d'évaluation préparées
C6 Évaluer la prestation et mettre en œuvre l'amélioration continue	Module 6 : Structuration de l'activité professionnelle	Mesure des résultats de l'accompagnement Analyse des progrès du sportif Recueil des enquêtes de satisfaction Mise en œuvre d'actions d'amélioration continue	Travaux pratiques Analyse de cas Retours d'expérience	Évaluation via production du document de synthèse et soutenance