

## Référentiel de certification

**Intitulé de la certification :** Mettre en œuvre la préparation mentale des sportifs

**Description du métier, de l'activité ou de la situation professionnelle à partir duquel le dispositif de formation visant la certification est initié :**

- Salariés des clubs sportifs amateurs et coachs sportifs indépendants, dont l'activité d'accompagnement est notamment d'identifier ce qui motive un membre à pratiquer son sport, l'aider à fixer des objectifs adaptés et donner envie de pratiquer.
- Entraîneurs salariés d'un club professionnel, dans leur activité d'identification des talents, leur accueil et transformation en futurs professionnels, afin de susciter la motivation et prévenir les baisses de motivation.
- Sportifs professionnels : dans l'activité de préparation sportive, les sportifs sont concernés par le développement individuel de leur motivation et de leur concentration.

**Prérequis :**

- Être titulaire d'un diplôme sportif ;
- Ou exercer une fonction d'accompagnement des sportifs dans leurs pratiques, ou l'avoir exercée au moins 1 an.

Référentiel de compétences	Modalités d'évaluation	Critères d'évaluation
<p><b>C1</b> : Mettre en place un programme motivationnel, en prenant en compte la personne concernée, son contexte sportif et le cas échéant une situation de handicap, en identifiant les points qui empêchent le sportif d'être motivé vis à vis de sa pratique sportive, et en déterminant les actions à mettre en place, pour renforcer son niveau de motivation et lui permettre d'être suffisamment engagé pour réaliser les performances attendues</p>	<p><b>Travaux en situation réelle</b> : Le candidat élabore un programme motivationnel personnalisé en fonction du contexte sportif. Il rend compte de son action en utilisant des documents normalisés mis à disposition par le certificateur. Il indique les noms et coordonnées des personnes concernées par ses actions.</p>	<p>Le candidat :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fait passer un questionnaire motivationnel adapté au contexte personnel de la personne entraînée</li> <li>- Analyse les résultats du questionnaire et priorise les actions à mettre en place : L'analyse comporte une notation des sentiments de motivation ou la justification de l'absence de notation (Par exemple : la personne n'est pas concernée par ce sentiment motivationnel en raison de la spécificité de son activité sportive). La note attribuée est justifiée et argumentée par rapport aux caractéristiques de chaque sentiment motivationnel. Le candidat a bien identifié les trois sentiments maximum sur lesquels des actions peuvent, dans un premier temps, être mises en place. Leur choix est justifié au regard du contexte sportif de la personne concernée.</li> <li>- Formalise le diagnostic motivationnel et réalise un feedback avec la personne concernée : Dans le diagnostic, la situation motivationnelle sportive de la personne est décrite de façon claire en lien avec les notes des sentiments et le contexte sportif de la personne concernée.</li> <li>- Décide des actions à mettre en place pour remonter les sentiments motivationnels faibles ou conforter ceux qui sont à un niveau plus élevé : Les actions proposées sont bien de nature à agir sur les sentiments motivationnels qu'elles doivent remonter.</li> <li>- Présente les actions à réaliser à la personne concernée pour finaliser leur personnalisation et leur adaptation au contexte sportif : les actions à mener sont décrites de façon claire et compréhensible.</li> <li>- Formalise le plan d'action motivationnel personnalisé et contextualisé : Le programme d'action fait ressortir les éléments de personnalisation et d'adaptation au contexte sportif de la personne concernée, il prend en compte la situation de handicap le cas échéant.</li> </ul>

<p><b>C2</b> : Définir des objectifs sportifs sur trois temporalités, court, moyen et long termes, en les découpant en micros objectifs faciles à réaliser et engageants pour établir un programme de travail ou d'entraînement favorisant une augmentation de la performance et l'atteinte des résultats attendus</p>	<p><b>Travaux en situation réelle :</b> Le candidat met en place des objectifs de performance personnalisés qui prennent en compte la personne concernée et son contexte sportif. Il rend compte de son action en utilisant des documents normalisés mis à disposition par le certificateur. Il indique les noms et coordonnées des personnes concernées par ses actions.</p>	<p>Le candidat :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifie les objectifs sportifs actuels de la personne concernée : L'objectif est spécifié et décrit clairement et de façon synthétique, il prend en compte la situation de handicap le cas échéant.</li> <li>- Détermine si les objectifs sont correctement fixés et pourquoi : Le questionnement pour valider l'objectif fixé est correctement utilisé. Lorsque l'objectif est validé, le diagnostic de validation est clairement posé et explicité au regard de la personne concernée et du contexte sportif.</li> <li>- Si les objectifs ne sont pas correctement fixés, le candidat doit les refixer ou les faire refixer en tenant compte de la personne et de son contexte sportif. Lorsque l'objectif est refixé, sauf explication justifiée de la part du candidat, il est composé de trois objectifs différents répartis sur trois périodes (court, moyen et long terme). L'objectif court terme est accompagné d'un ou plusieurs sous objectifs, et des échéances sont fixées pour l'atteinte de chaque sous-objectif indiqué. L'objectif ainsi révisé est alors engageant et propice à une meilleure performance dans sa réalisation par la personne concernée.</li> </ul>
--	---	---

<p><b>C3 :</b> Mettre en place des activités routinières et des processus d'activités favorisant la performance sportive, en identifiant les comportements<sup>1</sup> limitant la performance sportive attendue, et en déterminant des actions qui par un entraînement répété permettent de les remplacer par les comportements adéquats et propices à la performance</p>	<p><b>Travaux en situation réelle :</b> Le candidat définit et met en place des activités routinières et des processus d'activités favorisant la performance. Il rend compte de son action en utilisant des documents normalisés mis à disposition par le certificateur. Il indique les noms et coordonnées des personnes concernées par ses actions.</p>	<p>Le candidat :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifie la réaction que la personne souhaite modifier et qui nuit à sa performance sportive : La réaction à modifier (comportement, ressenti, pensée) est clairement décrite. Les conditions de survenance et les manifestations de la réaction sont précisées ainsi que les raisons qui conduisent à la modifier.</li> <li>- Propose une réaction (comportement, ressenti, pensée) qui viendra en remplacement de la précédente et garantira mieux la performance : La réaction choisie pour remplacer la précédente est décrite clairement et son impact sur la performance sportive explicité.</li> <li>- Définit la suite d'actions (appelée « Routine ») qui permettra à la personne de générer la nouvelle réaction souhaitée : La routine nouvelle comprend entre une et trois actions maximum, décrites de façon claire, de préférence avec des verbes d'actions, et elle est susceptible de générer la réaction souhaitée.</li> <li>- Précise les conditions et modalités de mise en œuvre de la routine dans le contexte sportif : La routine est applicable par la personne concernée dans son contexte sportif, elle prend en compte le cas échéant la situation de handicap. La routine est compréhensible et efficiente : en suivant les actions prévues, la personne concernée doit a priori pouvoir remplacer la réaction initiale par celle désirée et améliorer sa performance sportive.</li> </ul>
--	---	---

<sup>1</sup> Comportements tels que le stress, le déficit de concentration, les pensées négatives ou encore les réactions agressives

<p>Pour les 3 compétences : <b>C1+C2+C3</b></p>	<p><b>Questionnaire à visée professionnelle réalisé en ligne :</b></p> <p>Les questions posées concernent les trois compétences.</p> <p>Certaines questions portent sur la compréhension des compétences elles-mêmes (ex : caractéristiques principales, bénéfiques, définition). D'autres portent sur l'applications de ces compétences dans des situations réelles génériques. Ces situations mettent en scène des collaborateurs vivant des situations diverses et nécessitant, de la part du manager, d'utiliser tout ou partie des compétences concernées.</p> <p>Cette épreuve est limitée dans le temps à une durée de 2 heures : à la fin des deux heures, le module est automatiquement bloqué, les réponses du candidat sont automatiquement enregistrées et seront celles prises en compte par le Jury pour la validité de l'épreuve.</p>	<p>Le candidat démontre sa capacité à analyser les situations données et à utiliser les outils dans des situations différentes de celles qui ont fait l'objet des mises en situation professionnelles.</p> <p>Un taux de 75% de bonnes réponses est attendu.</p>
---	--	--