



Université de Bretagne Occidentale

JOURNÉES D'ÉTUDES SFPS

BREST 2020

27-29 MAI

PSYCHOLOGIE DE LA PERFORMANCE ET DE LA SANTÉ :
REGARDS CROISÉS DES SCIENCES DU SPORT

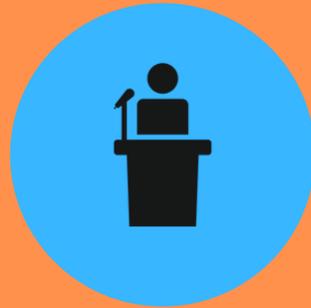


PROGRAMME



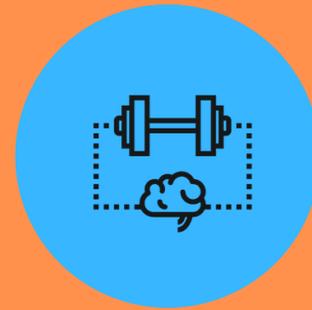
Conférence Grand Public

- Dépasser ses limites physiques et mentales : la performance en ultra endurance à l'épreuve de la science



Conférences plénières

- Promouvoir l'activité physique pour la santé dans la ville : Les résultats du projet CAPAS-Cité
- Faire adopter des stratégies de récupération efficaces : un enjeu actuel du sport de haut-niveau



Ateliers Préparation Mentale

- Entraîner l'attention en préparation physique (animé par Julie Doron)
- Développer des stratégies collectives de gestion du stress (animé par Chloé Leprince)



Ateliers Réflexion

- La réalité virtuelle pour promouvoir l'activité physique
- La préparation mentale en Handisport



Activité sociale Repas de Gala

- Activité sociale et repas de gala à l'Adonnante, le centre d'entraînement du Pôle Espoirs et Pôle France voile, au port de plaisance du Moulin Blanc



GUILLAUME MILLET

Université Jean Monet - Saint Etienne
Professeur des Universités en physiologie du sport à l'Université Jean Monnet - Saint-Etienne
Coordinateur de la chaire ActiFS (Activité physique, Fatigue et Santé)
Traileur, il a notamment terminé 3 fois dans le top 6 de l'Ultra-Trail du Mont-Blanc.



ROBERTA ANTONINI-PHILIPPE

Université de Lausanne
Enseignante-chercheuse en psychologie du sport à l'Université de Lausanne
Préparatrice mentale auprès de sportifs de haut niveau et notamment auprès de traileurs



CONFÉRENCE GRAND PUBLIC

Dépasser ses limites physiques et mentales : la performance en ultra endurance à l'épreuve de la science

Roberta Antonini-Philippe et Guillaume Millet nous feront part des connaissances les plus récentes, issus notamment de leurs travaux de recherche, sur la performance dans les sports d'ultra-endurance. Ils nous éclaireront sur les éléments incontournables de la préparation physique et mentale pour les épreuves d'ultra-endurance

CONFÉRENCE PLÉNIÈRE 1

Promouvoir l'activité physique pour la santé dans la ville : Les résultats du projet CAPAS-Cité

Julien Bois (Professeur des Universités en psychologie du sport à l'Université de Pau Pays de l'Adour) présentera les résultats de recherche et les perspectives d'application du projet CAPAS-Cité, qu'il conduit depuis 2016. CAPAS-Cité est un projet transpyrénéen réunissant des Universités et des collectivités autour de la promotion de l'activité physique et de modes de vie sains, afin d'améliorer la qualité de vie de la population et plus spécifiquement des quartiers défavorisés. Julien Fuchs (Maître de Conférences en STAPS à l'Université de Bretagne Occidentale) et Gaëlle Desmas (Directrice-adjointe, Direction des Sports de Brest Métropole) seront invités à établir des liens théoriques et pratiques entre les travaux présentés par Julien Bois, leurs propres travaux en sciences sociales et les actions locales en faveur de la promotion de l'activité physique.

Julien Bois



Gaëlle Desmas



Julien Fuchs



CONFÉRENCE PLÉNIÈRE 2

Faire adopter des stratégies de récupération efficaces : un enjeu actuel du sport de haut-niveau

A partir d'un état des connaissances sur les stratégies de récupération optimales en sport de haut niveau, Mathieu Nedelec (chercheur en physiologie du sport à l'INSEP, préparateur physique) et Alexis Ruffault (chercheur en psychologie du sport à l'INSEP, psychologue du sport et de la santé) proposeront des principes et des méthodes pour favoriser l'adoption des comportements recommandés. Comment faire en sorte que les sportifs de haut niveau adoptent des comportements et stratégies efficaces pour la récupération et la prévention des blessures ? C'est un enjeu crucial pour l'atteinte des plus hautes performances. Pour y répondre, Mathieu Nedelec et Alexis Ruffault testent des dispositifs à l'INSEP, dont ils nous exposeront les premiers résultats.

Alexis Ruffault



Mathieu Nedelec



RENSEIGNEMENTS



Programme



Inscriptions



Informations pratiques

<https://jesfps20brest.sciencesconf.org>



SUIVEZ-NOUS

Site internet

<https://www.sfpsport.fr/>

LinkedIn

<https://www.linkedin.com/in/s-f-p-s-181474143/>

Facebook

<https://www.facebook.com/sfpsport>

CONTACTEZ-NOUS

Adresse e-mail

contact.sfps@gmail.com

