

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 1 – SEMESTRE 1
UE12a – Aspects Musculaires

Date : décembre 2020

Durée : 2h

Promotion : **M1 EOPS**

**Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie
sans oublier d'indiquer votre nom.
Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même s'ils ne le traitent pas.**

Sujet De Y. Gatti

Quelles connaissances sur la foulée de création de vitesse sont utiles à l'entraîneur pour une bonne préparation physique ? Illustrez.

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 1 – SEMESTRE 2
UE22C – Préparation mentale**

Date : 8 avril 2021

Durée : 1h

Promotion : **M1 EOPS**

Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie sans oublier d'indiquer votre nom. Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet.

Sujet de M. NICOLAS :

Après avoir défini le stress d'un point de vue psychologique, montrez comment la combinaison de différentes techniques de préparation mentale pourrait favoriser la gestion du stress et l'adaptation de l'athlète aux multiples contraintes sportives. Donnez un exemple précis dans votre discipline sportive.

**CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
SESSION 1 – SEMESTRE 2
UE22C – Préparation mentale**

Date : 8 avril 2021

Durée : 1h

Promotion : **M1 EOPS**

Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie sans oublier d'indiquer votre nom. Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet.

Sujet de M. NICOLAS :

Après avoir défini le stress d'un point de vue psychologique, montrez comment la combinaison de différentes techniques de préparation mentale pourrait favoriser la gestion du stress et l'adaptation de l'athlète aux multiples contraintes sportives. Donnez un exemple précis dans votre discipline sportive.