

**Évaluation de la performance cognitive - FEPA10CM**
**Mention**

APAS	IEAP BTI	IEAP IEMH	IEAP FHIE	MS	EOPS
					X

**Semestre d'étude**

Master APAS				Master MS				Master EOPS				Master IEAP		Master IEAP		Master IEAP		Master IEAP									
S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S1	S2	S3	S4	S3	S4	S3	S4						
													IEMH/BTI		FHIE		BTI		BTI		IEMH		IEMH		FHIE		FHIE
								X																			

**Nature et volume du cours**

Cours magistral (CM)	Travaux dirigés (TD)	Pédagogie Active	Travail Personnel Etudiant	Stage
h	8 h	h	h	semaines

**Objectifs de l'enseignement**

L'évaluation des fonctions cognitives constitue une dimension essentielle et encore émergente de l'analyse de la performance sportive, en particulier dans les contextes de prise de décision rapide, de fatigue, de stress et d'incertitude. Cet enseignement vise à permettre aux étudiants d'acquérir une maîtrise opérationnelle des outils et méthodes d'évaluation cognitive appliqués au sport, en laboratoire comme en situation de terrain.

Le cours a pour objectif de rendre les étudiants capables de concevoir, mettre en place, conduire et analyser une évaluation des fonctions cognitives en lien avec la performance sportive. Les étudiants apprendront à évaluer notamment l'attention, la mémoire de travail, les fonctions exécutives, la vitesse de traitement de l'information, l'inhibition et la prise de décision, à l'aide d'outils standardisés et de tâches écologiquement valides.

Une attention particulière est portée à l'impact de la fatigue physique et mentale, du stress et du contexte environnemental sur les performances cognitives, ainsi qu'à l'adaptation des protocoles aux différentes populations (sportifs de haut niveau, jeunes, sportifs amateurs, populations spécifiques). Les aspects méthodologiques, éthiques et sécuritaires de l'évaluation cognitive sont également intégrés.

Cet enseignement vise également à développer la capacité des étudiants à interpréter de manière critique les données cognitives recueillies, à identifier les déterminants cognitifs de la performance sportive (attention soutenue, flexibilité cognitive, anticipation, prise de décision), et à utiliser ces informations pour orienter l'entraînement, la préparation mentale et la prévention des contre-performances.

Enfin, le cours met fortement l'accent sur le développement de compétences pratiques avancées, à travers la prise en main d'outils numériques d'évaluation cognitive, la construction de protocoles expérimentaux simples, et la mise en situation proche des conditions professionnelles réelles (évaluation de soi, d'un pair ou d'un sportif volontaire).

**Mots-clés**

fonctions cognitives, attention, fonctions exécutives, prise de décision, fatigue mentale, performance sportive, évaluation cognitive, tests cognitifs, préparation mentale, individualisation de l'entraînement

**Compétences à aborder**

Mettre en œuvre une évaluation des fonctions cognitives appliquée au sport  
 Identifier les fonctions cognitives impliquées dans la performance sportive  
 Adapter un protocole d'évaluation cognitive à une population sportive donnée  
 Utiliser des outils numériques et des tests cognitifs standardisés  
 Évaluer l'impact de la fatigue physique et mentale sur la performance cognitive  
 Analyser et interpréter des données cognitives de manière critique  
 Faire le lien entre évaluation cognitive, performance et entraînement  
 Proposer des pistes d'individualisation de l'entraînement cognitif et mental

Développer une démarche rigoureuse, éthique et scientifique de l'évaluation

**Modalités d'évaluations envisagées (CC + SAE)**

Session 1 : 100%CC

Session 2 : idem

**Plan de cours**

**I. Pourquoi évaluer les fonctions cognitives en sport ?**

Place des fonctions cognitives dans la performance sportive

Exemples issus des sports collectifs, de combat et d'endurance

Limites des approches uniquement physiologiques ou techniques

**II. Fonctions cognitives et performance sportive**

Attention (sélective, soutenue, partagée)

Mémoire de travail et anticipation

Fonctions exécutives : inhibition, flexibilité cognitive, planification

Prise de décision et vitesse de traitement de l'information

**III. Outils et tests d'évaluation cognitive**

Tests cognitifs standardisés (papier-crayon et numériques)

Tâches de prise de décision en contexte sportif

Intérêt et limites des tests hors contexte vs écologiques

Fiabilité, validité et reproductibilité des mesures

**IV. Mise en œuvre pratique des évaluations (TP)**

Recueil des informations pré-test (profil sportif, fatigue, sommeil)

Choix des tests et construction d'un protocole

Conditions de passation et standardisation

Introduction à l'évaluation cognitive sous fatigue physique

**Bibliographie indicative :**

Les enseignements déposés sur Ametice sont accompagnés d'une littérature très dense sur tous les aspects de la performance de force et d'endurance.