Psychologie 1

ECTS
6 crédits

Composante
UFR Sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS)

Période de l'année
Toute l'année

Diplômes intégrant cet élément

- Licence Sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS) - Entraînement sportif - format hybride (SHIFT)

Langue(s) d'enseignement: Français

Ouvert aux étudiants en échange: Non

Présentation

Description

L'UE Psycho 1, dédiée à la psychologie du sport et de l'activité physique, se déroule en distanciel uniquement (visualisation des contenus numériques + 5 régulations) et est répétée durant les périodes 1 et 2.

Objectifs

L'UE1 Psycho 1 vise à :

- Comprendre l'effet de l'activité physique sur le développement et le fonctionnement psychologique
- Comprendre l'effet des facteurs psycho-sociologiques sur la performance motrice et l'engagement/la participation

Pré-requis recommandés

Informations non contractuelles.
Dernière mise à jour le 30 juin 2026

Aucun prérequis

Syllabus

L'UE Psycho 1 est structurée en deux éléments constitutifs :

- Chapitre 1 : Apprendre à connaître les pratiquants (4.5 ECTS) : Ce chapitre s'intéresse à la personnalité, à la motivation et aux états affectifs des pratiquants de sport et d'activité physique.
- Chapitre 2 : Les relations interpersonnelles (1.5 ECTS) : Ce chapitre traite de l'effet de la présence des autres sur les performances individuelles et collectives, ainsi que de l'identité sociale.

Bibliographie

Cox, R. H. (2012). *Psychologie du sport*. Bruxelles : De Boeck Supérieur.
Jowett, S., & Lavallee, D. (2008). *Psychologie sociale du sport*. Louvain-la-Neuve : De Boeck Supérieur.
Weinberg, R. S., & Gould, D. (2015). *Psychologie du sport et de l'exercice physique*. Bruxelles : De Boeck Supérieur.

Infos pratiques

Contacts

Responsable pédagogique

Sandrine Isoard-Gautheur
sandrine.isoard-gautheur@univ-grenoble-alpes.fr

Campus

Grenoble - Domaine universitaire

Informations non contractuelles.
Dernière mise à jour le 30 juin 2026