UFR STAPS DIJON Année Universitaire 2025/2026

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
Session 1 - Semestre 2
UE22B – Histoire du sport

Date : Avril 2026 Durée : 1h Promotion : **PASS Mineure STAPS**

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

Sujet de C. Erard et B. Caritey

Quelles sont les quatre tendances lourdes d'évolution identifiées par Christian Pociello pour retracer les transformations de l'espace des sports depuis la fin du XIXe siècle ?

UFR STAPS DIJON Année Universitaire 2025/2026

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
Session 1 - Semestre 2
UE22B – Histoire du sport

Date : Avril 2026 Durée : 1h Promotion : PASS Mineure STAPS

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

Sujet de C. Erard et B. Caritey

Quelles sont les quatre tendances lourdes d'évolution identifiées par Christian Pociello pour retracer les transformations de l'espace des sports depuis la fin du XIXe siècle ?

UFR STAPS DIJON Année Universitaire 2025/2026

CONTROLE DES CONNAISSANCES - EXAMEN TERMINAL
Session 1 - Semestre 2
UE22B – Histoire du sport

Date : Avril 2026 Durée : 1h Promotion : PASS Mineure STAPS

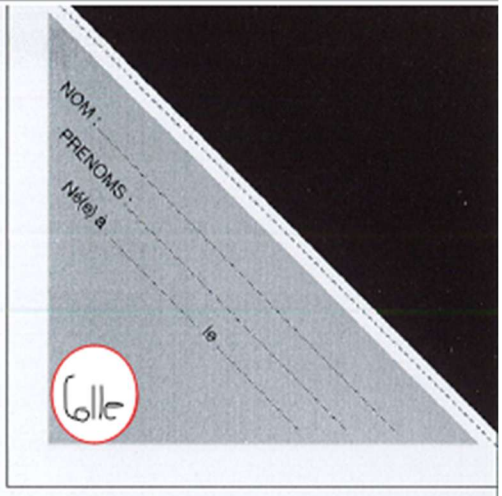
Avant de composer, remplir toutes les rubriques de l'en-tête de votre copie sans oublier d'indiquer votre nom ainsi que sur chaque intercalaire. Les candidats sont tenus de rendre une copie par sujet même s'ils ne le traitent pas.

Sujet de C. Erard et B. Caritey

Quelles sont les quatre tendances lourdes d'évolution identifiées par Christian Pociello pour retracer les transformations de l'espace des sports depuis la fin du XIXe siècle ?

UNIVERSITÉ BOURGOGNE EUROPE
UFR STAPS

DATE DE L'ÉPREUVE : .....
ÉPREUVE DE : .....
SUJET DE M./Mme : .....
ANNÉE D'ÉTUDE : .....
SESSION ANNÉE : .....
N° ÉTUDIANT : |_|_|_|_|_|_|_|_|



Sujet Psychologie du sport de A. Fournier & R. Laurin (1h)

Question de cours.

Réaliser le schéma de la théorie de l'anxiété pré-compétitive de Martens et al., 1990.

QCM (plusieurs réponses possibles)

Veuillez reporter vos réponses en grisant les cases.

1	**A**	**B**	**C**	**D**	**18**	**A**	**B**	**C**	**D**
2	A	B	C	D	**19**	A	B	C	D
3	A	B	C	D	**20**	A	B	C	D
4	A	B	C	D	**21**	A	B	C	D
5	A	B	C	D	**22**	A	B	C	D
6	A	B	C	D	**23**	A	B	C	D
7	A	B	C	D	**24**	A	B	C	D
8	A	B	C	D	**25**	A	B	C	D
9	A	B	C	D	**26**	A	B	C	D
10	A	B	C	D	**27**	A	B	C	D
11	A	B	C	D	**28**	A	B	C	D
12	A	B	C	D	**29**	A	B	C	D
13	A	B	C	D	**30**	A	B	C	D
14	A	B	C	D	**31**	A	B	C	D
15	A	B	C	D	**32**	A	B	C	D
16	A	B	C	D	**33**	A	B	C	D
17	A	B	C	D	**34**	A	B	C	D

1. **Un joueur de football, calme et posé dans toutes les situations, présente cette stabilité depuis des années. Cela renvoie à :**
   A) Une émotion
   B) Une humeur
   C) Un tempérament
   D) Un sentiment

2. **Un athlète blessé décide d'ignorer la douleur et de ne plus penser à son entraînement raté. Cette stratégie relève :**
   A) Du coping centré sur le problème
   B) Du coping centré sur l'émotion
   C) Du désengagement de l'objectif
   D) D'une réévaluation positive

3. **Durant un match difficile, un capitaine ajuste la stratégie de jeu et redonne des consignes précises à ses coéquipiers. Ce joueur exerce un rôle de :**
   A) Leader social
   B) Leader motivationnel
   C) Leader opératoire
   D) Leader externe

4. **Une équipe montre une forte unité sur le terrain : tout le monde est mobilisé pour atteindre les mêmes objectifs. Il s'agit d'un indicateur de :**
   A) Cohésion sociale
   B) Cohésion opératoire
   C) Cohésion émotionnelle
   D) Intégration sociale

5. **Une équipe compte plusieurs leaders identifiés par les joueurs : un tacticien, un motivateur et un médiateur social. D'après Fransen et al. (2014), ce profil illustre :**
   A) La spécialisation des rôles de leadership
   B) La domination du capitaine
   C) Le leadership formel
   D) Le leadership charismatique

6. **Une sportive se sent mieux après avoir bu une boisson censée « améliorer la récupération », alors qu'elle ne contient que de l'eau sucrée. Ce phénomène illustre :**
   A) Un biais d'ancrage
   B) Un effet placebo
   C) Un biais de confirmation
   D) Un biais d'attribution

7. **La recherche…**
   A) Est réalisée grâce à des méthodes qualitatives et quantitatives
   B) Est inadaptée pour répondre à des problématiques de terrain
   C) Peut viser à invalider une théorie existante
   D) Vise à produire de nouvelles connaissances

8. **Si un sportif déclare : « Je m'entraîne parce que je veux être en bonne santé », sa motivation est :**
   A) Extrinsèque par régulation identifiée.
   B) Extrinsèque par régulation externe.
   C) Extrinsèque par régulation introjectée.
   D) Intrinsèque.

9. **La cohésion est considérée comme :**
   A) Une variable fixe et stable.
   B) Un processus dynamique influencé par les interactions sociales.
   C) Un indicateur individuel.
   D) Une conséquence de la performance uniquement.

10. **L'échec devrait être considéré comme :**
   A) Une preuve d'incompétence.
   B) Un signe de faiblesse.
   C) Une étape normale du processus d'apprentissage.
   D) Un phénomène à éviter à tout prix.

11. **Pourquoi la motivation extrinsèque peut-elle générer de l'anxiété ?**
   A) Parce qu'elle repose sur des facteurs incontrôlables et le regard des autres.
   B) Parce qu'elle pousse à négliger la technique.
   C) Parce qu'elle augmente la confiance en soi.
   D) Parce qu'elle réduit la concentration.

12. **Le « syndrome de l'échec » désigne :**
   A) La peur du jugement des autres.
   B) Une tendance inconsciente à s'auto-saboter pour éviter l'échec.
   C) La perte d'intérêt pour la compétition.
   D) Le refus de se remettre en question.

13. **L'orientation vers la tâche/maîtrise favorise principalement :**
   A) L'anxiété de performance.
   B) Le plaisir et la persévérance dans l'effort.
   C) La peur de l'échec.
   D) L'évitement des situations compétitives.

14. **Selon la théorie de Martens, Vealey and Burton, quelle composante de l'anxiété compétitive est liée aux réponses physiologiques telles que la tension musculaire et l'augmentation du rythme cardiaque ?**
   A) Anxiété situationnelle
   B) Anxiété somatique
   C) Anxiété cognitive
   D) Anxiété sociale

15. **Selon la théorie de la catastrophe, qu'est-ce qui se produit lorsque l'anxiété cognitive augmente au-delà du seuil de catastrophe ?**
   A) Amélioration de la performance
   B) Diminution soudaine de la performance
   C) Stabilité de la performance
   D) Augmentation de l'activation physiologique

16. **La théorie du U inversé de Yerkes et Dodson :**
   A) Décrit un niveau optimal de motivation favorable à la performance
   B) Décrit un niveau optimal d'activation favorable à la performance
   C) Décrit un niveau optimal d'anxiété favorable à la performance
   D) Décrit un niveau optimal de confiance en soi favorable à la performance

17. **Selon le modèle du self-focus, comment l'attention sur soi-même peut-elle influencer la performance ?**
   A) Amélioration de la concentration
   B) Diminution de l'anxiété
   C) Facilitation de la performance
   D) Dégradation de la performance

18. **Selon le modèle de la distraction, quel effet la distraction pendant une tâche exigeante peut-elle avoir sur la performance ?**
   A) Diminution de l'anxiété
   B) Facilitation de la concentration
   C) Déplacement de l'attention vers des informations non pertinentes
   D) Amélioration de la coordination

19. Quelle fonction de la motivation concerne le choix entre différentes activités ou objectifs ?

A) Déclenchement
B) Direction
C) Intensité
D) Persistance

20. Quel aspect de la motivation concerne l'énergie et l'effort investis dans la réalisation d'un objectif ?

A) Déclenchement
B) Direction
C) Intensité
D) Persistance

21. Selon Oxendine (1970), la relation anxiété-performance :

A) Est abordée selon une approche multidimensionnelle de l'anxiété
B) S'appuie sur la théorie du U inversée
C) Montre un optimum variant selon les sports pratiqués
D) Montre un optimum variant selon les individus

22. Selon la ZOF (Hanin, 1986), la relation anxiété-performance :

A) Est abordée selon une approche multidimensionnelle de l'anxiété
B) S'appuie sur la théorie du U inversée
C) Montre un optimum variant selon les sports pratiqués
D) Montre un optimum variant selon les individus

23. Quel type de mémoire est principalement impliqué dans le stockage temporaire d'informations nécessaires pour effectuer des tâches cognitives ?

A) Mémoire à long terme
B) Mémoire de travail
C) Mémoire sensorielle
D) Mémoire procédurale

24. Quel type de mémoire est responsable de l'apprentissage et de l'exécution des habiletés motrices et des procédures automatiques ?

A) Mémoire à long terme
B) Mémoire de travail
C) Mémoire sensorielle
D) Mémoire procédurale

25. Une équipe soudée en début de saison montre un déclin de performance à mi-parcours : plusieurs joueurs évoquent un manque d'ambition et un relâchement collectif. Ce phénomène illustre une baisse de :

A) L'attraction sociale
B) L'intégration opératoire
C) L'intégration sociale
D) L'attraction opératoire

26. Selon le psychologue du sport, apprendre à échouer consiste à :

A) Se résigner à la défaite.
B) Renoncer à l'idée de réussite.
C) Considérer l'échec comme un processus d'apprentissage.
D) Minimiser l'importance de la compétition.

27. L'anxiété état correspond à

A) Une prédisposition stable à percevoir les situations comme menaçantes
B) Une réponse émotionnelle présente « ici et maintenant » et variable dans le temps
C) Une tendance biologique génétique
D) Une réponse uniquement physiologique

28. L'anxiété somatique renvoie à :

A) L'inquiétude et les pensées négatives
B) La baisse de motivation
C) Les manifestations physiologiques (transpiration, fréquence cardiaque…)
D) Un sentiment de menace sociale

29. **Selon la théorie du U inversé (Yerkes & Dodson, 1908), la performance est optimale lorsque :**
    A) L'anxiété est très élevée
    B) L'anxiété est très faible
    C) Le niveau d'activation est modéré
    D) Le sportif ne fait pas attention à la tâche

30. **Selon le *Distraction effect*, l'anxiété affecte la performance parce que :**
    A) Elle augmente la vitesse d'exécution
    B) Elle améliore l'automaticité
    C) Elle perturbe la mémoire procédurale uniquement
    D) Elle consomme des ressources attentionnelles et nuit aux ajustements moteurs

31. **Dans le modèle Expectation/Valence (Famose, 2001), l'expectation correspond à**
    A) La valeur affective d'un résultat
    B) La confiance en sa capacité à réussir la tâche
    C) Le plaisir procuré par la tâche
    D) L'intensité de l'effort perçu

32. **Quel type de motivation correspond à un comportement réalisé pour le plaisir et la satisfaction qu'il procure ?**
    A) Régulation externe
    B) Régulation introjectée
    C) Motivation intrinsèque
    D) Amotivation

33. **Un individu qui cherche à montrer qu'il est meilleur que les autres poursuit un but :**
    A) Maîtrise-Approche
    B) Maîtrise-Évitement
    C) Performance-Approche
    D) Performance-Évitement

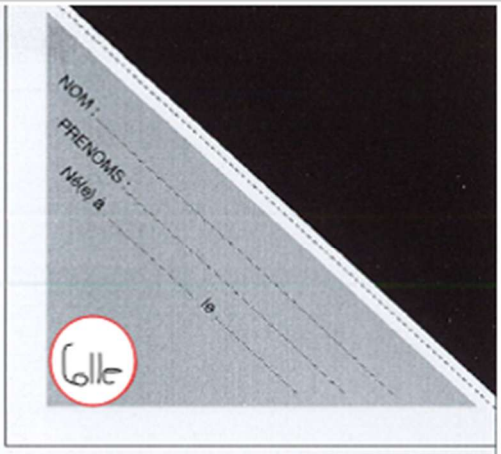
34. **Quels sont les trois besoins psychologiques fondamentaux ?**
    A) Estime de soi
    B) Autonomie
    C) Compétence
    D) Affiliation

Sujet Sociologie de K. Bretin et B. Caritey (1h)

Définissez les quatre grands types d'organisation de la pratique sportive et expliquez leur influence sur les activités sportives en vous appuyant sur des exemples tirés de travaux sociologiques.

UNIVERSITÉ BOURGOGNE EUROPE
UFR STAPS

DATE DE L'ÉPREUVE : .....
ÉPREUVE DE : .....
SUJET DE M./Mme : .....
ANNÉE D'ÉTUDE : .....
SESSION ANNÉE : .....
N° ÉTUDIANT : |_|_|_|_|_|_|_|_|



UE22A – Psychologie sociale (A. Fournier et S. Barre)

Question de cours (13 points)

1. Quels sont les liens entre stéréotypes, préjugés, et discrimination. Définir chacun des termes et faire une conclusion sur les ressemblances et différences.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2. Présentez les conditions qui font qu'une équipe est orientée « action ». Indiquez ce que cela nécessite au niveau cognitif pour qu'elle soit intelligente collectivement.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

……
……
…..……
……..……
……
……..……
……
……
……
……
……
……

QCM (7 points)

Placez des croix pour chaque bonne réponse dans la grille ci-dessous.
Une ou plusieurs réponses sont possibles pour chaque question (les points seront attribués si toutes les bonnes réponses, uniquement, sont sélectionnées par question. Pas de point négatif).

Question	A	B	C	D	Question	A	B	C	D
1					16				
2					17				
3					18				
4					19				
5					20				
6					21				
7					22				
8					23				
9					24				
10					25				
11					26				
12					27				
13					28				
14									
15									

1. D'après l'approche prototype vs exemplaire, lesquelles de ces affirmations sont correctes ?
A. Le prototype correspond à la moyenne statistique réelle des membres du groupe
B. L'approche par exemplaires est plus sensible aux cas atypiques
C. Le prototype est plus utilisé sous pression temporelle
D. L'approche par exemplaires élimine le risque de stéréotypisation

2. Quels critères permettent à la paresse sociale de se produire ?
A. Lorsqu'il n'y a pas de risque de sanction.
B. Lorsque la cohésion est forte.
C. Lorsque les objectifs personnels et collectifs sont alignés.
D. Lorsque le groupe est grand.

3. « Sentiment plus ou moins favorable que chaque individu éprouve à l'égard de lui-même » (Rosenberg, 1979) » est la définition :
A. Du soi social.
B. Du concept de soi.
C. De l'estime de soi.
D. De la présentation de soi.

4. L'accessibilité cognitive d'une catégorie augmente la probabilité que :
A. Elle soit utilisée pour interpréter une situation ambiguë
B. Elle influence la perception même si elle est non pertinente
C. Elle soit activée uniquement si elle est objectivement correcte
D. Elle oriente l'attention vers des indices cohérents

5. Les comportements intergroupes sont basés sur :
A. Catégorisation sociale
B. Identification sociale
C. Ressources limitées
D. Réflexes instinctifs uniquement

6. La valeur de soi :
A. Est enrichie par l'estime de soi.
B. Est enrichie par les compétences sportives perçues.
C. Fait partie du concept de soi.
D. Est stable et objective.

7. Selon la théorie réaliste des conflits :
A. La compétition crée de l'hostilité
B. Les ressources limitées favorisent le conflit
C. Les objectifs communs réduisent le conflit
D. Les groupes sont naturellement agressifs

8. Le sexisme :
A. Peut être ordinaire et non conscientisé.
B. N'est pas une attitude.
C. Considère une hiérarchie entre deux catégories de genre.
D. N'est produit que par les personnes ouvertement sexistes.

9. Une équipe de basket gagne son match, et explique cette victoire par « un coup de chance ». L'attribution causale est :
A. Externe.
B. Instable.
C. Incontrôlable.
D. Interne.

10. La catégorisation sociale repose sur :
A. Des caractéristiques perçues comme pertinentes
B. Des critères objectifs universels
C. Le contexte
D. Des appartenances sociales

11. L'identité peut être plus saillante selon :
A. Le contexte
B. L'humeur
C. La situation intergroupe
D. Le niveau d'activation physiologique

12. La normalisation :
A. Est illustrée par le conformisme.
B. Correspond à une influence informationnelle.
C. Montre que le groupe influence notre jugement.
D. Souligne la création d'une norme commune à tous les groupes.

13. L'effet témoin montre que :
A. Plus il y a de témoin, moins il faut de temps pour que quelqu'un intervienne.
B. Plus il y a de témoin, moins on intervient.
C. Si l'urgence me concerne, je mets moins de temps pour intervenir.
D. Cela dépend des caractéristiques personnelles des témoins

14. Le biais d'assimilation consiste à :
A. Exagérer les différences intergroupes
B. Exagérer les ressemblances intragroupes
C. Minimiser les différences intragroupes
D. Uniformiser les membres d'un groupe

15. Dans l'étude de Tajfel (groupes minimaux) :
A. Les groupes étaient en réalité aléatoires
B. Les groupes étaient basés sur des différences réelles fortes
C. Il y avait favoritisme endogroupe
D. Il y avait maximisation des différences

16. Quelles affirmations concernant l'intelligence collectives sont vraies ?
A. La somme des performances individuelles implique forcément une bonne performance collective.
B. L'hétérogénéité des profils des individus est utile pour prendre de meilleures décisions.

Suite des propositions page suivante

C. La convergence des points de vue permet de créer un référentiel commun, ce qui est utile pour les groupes qui doivent prendre des décisions.
D. Elle nécessite une étape cohésion sociale.

17. L'étude de Lapiere (visite des hotels/restaurants avec un couple chinois, puis contact téléphonique) :
A. A pour résultat que la majorité des établissements n'ont pas accepté le couple lorsqu'il se présentait physiquement.
B. Montre qu'une attitude engendre toujours un comportement.
C. Montre que l'appel téléphonique produit une manipulation persuasive.
D. Montre qu'une attitude n'engendre pas forcément un comportement.

18. Il y a discrimination du point de vue de la loi lorsqu'il y a :
A. Traitement défavorable
B. Critère reconnu par la loi
C. Situation visée par la loi
D. Ressenti subjectif uniquement

19. En sport, des dérogations existent concernant :
A. Recrutement de travailleurs handicapés
B. L'inaptitude médicale
C. La préférence personnelle du recruteur
D. La nationalité

20. L'identité sociale est :
A. Une partie du concept de soi
B. Liée à l'appartenance groupale
C. Purement individuelle
D. Émotionnellement signifiante

21. Qu'est-ce que l'état agentique :
A. L'acceptation le contrôle total d'une personne possédant un statut similaire au notre.
B. On ne s'estime plus responsable de nos actes.
C. La culpabilisation.
D. La responsabilisation.

22. Dans la théorie des émotions intergroupes :
A. L'émotion dépend de l'identité activée
B. Les évaluations cognitives modulent l'émotion ressentie
C. L'émotion intergroupe peut orienter des comportements collectifs
D. L'émotion intergroupe est indépendante de la perception de menace

23. Lorsque l'endogroupe est perçu comme faible face à l'exogroupe :
A. La peur est plus probable que la colère
B. L'affrontement direct est favorisé
C. L'évitement peut apparaître
D. L'identité personnelle devient dominante

24. La dissonance cognitive :
A. Est un état de tension inconfortable.
B. Se produit lorsqu'un comportement est incompatible avec une attitude.
C. Engendre une modification des croyances de l'individu.
D. Remet en question le comportement comme conséquence de l'attitude.

25. La présence d'autrui sur nos performances :
A. Nous fait faire moins bien ce que nous trouvons simple.
B. Est inhibitrice en fonction du nombre de personnes.
C. Est facilitante en fonction du nombre de personnes.
D. Nous permet de faire encore mieux ce que nous faisons généralement bien.

26. Le favoritisme endogroupe peut s'expliquer par :
A. Un besoin d'estime de soi
B. Une recherche de différenciation positive
C. Une hostilité préalable envers l'exogroupe
D. Une simple activation catégorielle

27. Dans le paradigme « Qui a dit quoi ? » :
A. Il y a plus d'erreurs intra-catégorielles
B. Il y a plus d'erreurs inter-catégorielles
C. Les erreurs intra-catégorielles relèvent de l'assimilation
D. Les erreurs inter-catégorielles relèvent du contraste

28. Dans l'expérience de Milgram :
A. Dans la condition où l'expérimentateur ne dit rien, la grande majorité des sujets s'arrêtent à 120 volts.
B. Dans la condition où l'expérimentateur demande de continuer, plus de la moitié des participants est allée au bout de l'expérience.
C. L'expérimentateur incarne un rôle de témoin
D. La soumission est librement consentie