

Antenne d'AUBIERE
29 Rue Roche Genes - 63170 AUBIERE

Antenne de BRON
30 Rue Lionel Terray - 69500 BRON

Antenne de SEYSSINS
1 Avenue Louis Vicat - 38180 SEYSSINS

PROGRAMME PEDAGOGIQUE – INTEGRER LA DIMENSION MENTALE DANS SON ENSEIGNEMENT

Objectif de formation : intégrer la dimension mentale dans son enseignement

Pré-requis / publics concernés : enseignants professionnels titulaires du DEJEPS ou DESJEPS

Durée de formation : 21 heures

Dates et lieux : 2 choix possibles

- Ligue ARA de tennis - Antenne de BRON : 28, 29 et 30 janvier 2022
- Ligue ARA de tennis - Antenne de SEYSSINS : 1, 2 et 3 septembre 2022

Nombre de participants : 20 maximum par session

Intervenants et qualification :

Lionel Calderini : Coach et préparateur mental

Lionel Mansour Coach tennis DES et psychologue du sport

Sylvain Guyomarc'h : Préparateur mental

Délai d'accès : inscription jusqu'au 18 janvier (Bron) et jusqu'au 22 juillet (Seyssins) et par ordre d'arrivée

Positionnement : un questionnaire en amont de la formation est envoyé à chaque stagiaire pour évaluer son niveau et le positionner dans la formation

Modalités pédagogiques : apports théoriques, brainstorming, co-construction de contenus, partage d'expériences et mise en situation sur le court

Modalités d'évaluation : questionnaire de satisfaction et tests de connaissances

Accès aux personnes en situation de handicap : nous contacter

Antenne d'AUBIERE
29 Rue Roche Genes - 63170 AUBIERE

Antenne de BRON
30 Rue Lionel Terray - 69500 BRON

Antenne de SEYSSINS
1 Avenue Louis Vicat - 38180 SEYSSINS

Tarif et modalités de prise en charge : 630 € (frais pédagogiques et repas de midi inclus)

Personnes salariées cotisant à l'AFDAS : Prise en charge possible par l'AFDAS uniquement pour les salariés dans le cadre du dispositif « plan de développement des compétences ».

L'employeur doit faire une demande de prise en charge individuelle pour son salarié sur le portail « Adhérent » de l'AFDAS 1 mois avant le début de la formation.

Pour toutes informations, merci de contacter Elisa Pignier au 04.76.84.28.72 ou par mail à elisa.pignier@fft.fr.

Autres personnes : Règlement des frais pédagogiques et des frais annexes par le stagiaire

- Repas : 15€ le midi

Règlement au maximum 15 jours avant le début de la formation

Par chèque à la Ligue de tennis – 1 avenue Louis Vicat – 38180 Seyssins

OU

Personnes salariées cotisant à l'AFDAS : Prise en charge possible par le dispositif FNE Formation (à condition que le club ait été en activité partielle ou qu'il ait eu recours au chômage partiel en raison de la crise sanitaire)

L'employeur doit faire une demande de prise en charge FNE pour son salarié sur le portail « Adhérent » de l'AFDAS au plus tard 1 mois avant le début de la formation

Pour toutes informations, merci de contacter Elisa Pignier au 04.76.84.28.72 ou par mail à elisa.pignier@fft.fr

Autres personnes : Règlement des frais pédagogiques et des frais annexes par le stagiaire

- Repas : 15€ le midi

Règlement au maximum 15 jours avant le début de la formation

Par chèque à la Ligue de tennis – 1 avenue Louis Vicat – 38180 Seyssins

Antenne d'AUBIERE

29 Rue Roche Genes - 63170 AUBIERE

Antenne de BRON

30 Rue Lionel Terray - 69500 BRON

Antenne de SEYSSINS

1 Avenue Louis Vicat - 38180 SEYSSINS

JOURNEE 1 – EC de connaître les bases du coaching et de la PM

08h30 – 12h00	<p>Définition de la relation d'accompagnement</p> <p>La loi le lien</p> <p>Comment aller chercher l'information chez son joueur ?</p> <p>Connaissance du fonctionnement humain</p> <p>La courbe du changement - les besoins</p> <p>Débriefing de la matinée</p>
12h00 – 13h00	<p>Pause déjeuner</p>
13h00 – 16h30	<p>La questiologie</p> <p>Clarification de l'éco-système</p> <p>Optimiser la cellule du joueur</p> <p>Débriefing de la journée</p>

JOURNEE 2 – EC d'intégrer la dimension mentale dans son enseignement

08h30 – 12h00	<p>Co-construction de contenus sur la préparation mentale : notions de non-jugement et d'écoute active pour mieux se connaître et connaître l'autre</p> <p>Débriefing de la matinée</p>
12h00 – 13h00	<p>Pause déjeuner</p>
13h00 – 13h30	<p>Préparation des séances</p>
13h30 - 15h30	<p>Mise en pratique sur le court : travail sur le calme et la concentration</p>
15h30 - 16h30	<p>Débriefing de la journée</p>

Antenne d'AUBIERE
29 Rue Roche Genes - 63170 AUBIERE

Antenne de BRON
30 Rue Lionel Terray - 69500 BRON

Antenne de SEYSSINS
1 Avenue Louis Vicat - 38180 SEYSSINS

JOURNEE 3 – EC d'intégrer la dimension mentale dans son enseignement

08h30 – 12h00	Co-construction de contenus sur la préparation mentale : <ul style="list-style-type: none"> - « le process d'entraînement que je mets en œuvre a quelles conséquences / implications sur le plan mental » - « l'identité de jeu » : comment j'aide le joueur à la construire ? Débriefing de la matinée
12h00 – 13h00	Pause déjeuner
13h00 – 13h30	Préparation des séances : « le process d'entraînement pour renforcer l'identité de jeu »
13h30 – 15h00	Mise en pratique sur le court : rappel des notions de calme et de concentration (J2) et déroulé des séances
15h00 – 16h00	L'estime de soi (fil rouge des 3 jours) Comment je contribue à la développer chez le joueur ?
16h00 - 16h30	Débriefing de la journée / quizz