

Programme

En quoi le mental influence-t-il l’apprentissage et la performance chez le joueur de tennis

- **Durée de la formation**
14 heures
- **Coût**
400 euros
- **Dates de début de formation**
Lundi 6 et Mardi 7 Mai 2024
- **Modalités d’inscription et de positionnement**
Dossier d’inscription à compléter et à renvoyer avec toutes les pièces obligatoires
Il ne sera pas possible d’entrer en formation sans avoir validé tous les prérequis
Entretien téléphonique
Prise en compte de personne en situation d’handicap
- **Modalités d’organisation, d’accès à la formation**
Formation en présentiel
Cette formation peut bénéficier d’une prise en charge par les OPCO
- **Lieu de la formation**
AS Rognac Tennis – 19 Mnt du Belvédère-13340 Rognac
- **Intervenants (e)**
Sarah SEBBANE – Dirigeante d’établissements équestres et enseignante pendant de nombreuses années.
Je me suis orientée vers l’approche mental/ psychologique pour aujourd’hui proposer des accompagnements en préparation mentale auprès des sportifs et des suivis en psychothérapie auprès de tous les publics
- **Objectifs pédagogiques de la formation**
Découverte de la préparation mentale et adaptation des outils dans la communication, l’apprentissage et la performance du joueur de tennis.
- **Contenu du programme :**

Lundi 6 Mai 2024	Mardi 7 Mai 2024
<p><u>Théorie :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Explication sur le fonctionnement du mental et les impacts sur la pratique du joueur - Etude des différents profils de personnalité - Etude de cas pratiques - Comment adapter sa communication et sa pédagogie ? <p><u>Pratique :</u></p> <p>Présentation des principes sur power point. Questionnaire test de personnalité. Analyse des résultats. Echanges sur la mise en pratique dans l’enseignement.</p>	<p><u>Théorie :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Etude des canaux de perceptions liés à l’apprentissage - Etude des différents outils pour l’entraînement à la concentration, développer son focus - Savoir se définir des objectifs : Méthode et cas pratique - Etude de la gestion des émotions <p><u>Pratique :</u></p> <p>Questionnaire, analyse. Etude et mise en pratique des outils de relaxation et concentration. Utilisation du support objectifs, échanges sur la mise en pratique sur ses propres joueurs.</p>

- **Méthodes et moyens pédagogiques**
Cours théoriques en salle, présentation Power Point et atelier. Supports de formation transmis.
- **Modalités d'évaluation**
QUIZZ, questionnaire
- **Prérequis**
Aucun
- **Publics concernés**
Enseignants professionnels - DE - DES - BE1 - BE2
- **Validation**
Pas de certification. Attestation de participation délivrée en fin de formation.
- **Allègement**
Aucun
- **Inscriptions :**
Nombre de participants : Min : Max : 12
Délais d'accès : Clôture des inscriptions lundi 22 Avril 2024
Contacts administratifs :
Victoria Ticarro - victoria.ticarro@fft.fr ou au 06 80 59 93 75 / Emilie Roblot – emilie.vinh@fft.fr ou au 06 80 59 93 75
Contact référent handicap : aurelie.sciara@fft.fr ou au 06.16.74.06.76

La ligue se réserve le droit d'annuler la formation en dessous du nombre minimum d'inscription

INDICATEURS DE RESULTATS

SESSION MAI 2024

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 7 PARTICIPANTS

TAUX DE SATISFACTION DES PARTICIPANTS : 100 %

