

## Programme

### Préparation mentale et accompagnement psychologique du Sportif - Niveau 1

- **Durée de la formation**  
7 heures
- **Coût**  
400 euros
- **Dates de début de formation**  
Lundi 6 Mai 2025
- **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**  
Centre de formation Ligue Provence Alpes Côte d’Azur de Tennis 1175 chemin de Cruyes 13090 Aix en Provence
- **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

Théorie :

- 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 ?

Pratique :

Présentation des principes sur power point.  
Questionnaire test de personnalité. Analyse des résultats.  
Echanges sur la mise en pratique dans l’enseignement.

- **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 : 8 Max : 12

Délais d'accès : Clôture des inscriptions lundi 28 Avril 2025

Contacts administratifs :

Victoria Ticarro - victoria.ticarro@fft.fr ou au 06 80 59 93 75 / Emilie Roblot – emilie.vinh@fft.fr ou au 06 74 88 33 29

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 %**

REF PREPM131  
Mise à jour le  
28/08/2024

