



## LAURENT TOSELLI COACHING & FORMATION

38, rue du 19 Mars

62580 THELUS

N° Siret : 830 931 432 00017 - N° de déclaration d'activité EN COURS auprès du préfet de région Hauts-de-France

### PROGRAMME DE FORMATION L'ENTRAINEUR.E EN 3D

**PUBLIC :** Entraîneur.es / Managers sportifs / Formateurs & Éducateurs Sportifs / Préparateurs Physiques

**PRÉ-REQUIS :** Avoir une expérience d'Entraîneur.es / Managers sportifs / Formateurs & Éducateurs Sportifs / Préparateurs Physiques

**DURÉE :** 3 jours de formation soit 24h par stagiaire

**DATES OU PÉRIODE :**

**HORAIRES :** De 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h

**NOMBRE DE PARTICIPANTS :** 1

**MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS :**

Inscription à réaliser 15 jours avant le démarrage de la formation.

**LIEU :** XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

*Pour les personnes en situation de handicap, nous mettrons tout en œuvre pour vous accueillir ou pour vous réorienter. Vous pouvez nous contacter au +33(0)6 85 34 00 51 ou à l'adresse email [pm@toselli.fr](mailto:pm@toselli.fr)*

**TARIF :** XXXXXXXX € HT - TVA (20%) : XXXXXX € - TOTAL TTC : XXXXXX €

**FORMATEUR(S) :** Laurent Toselli

#### **OBJECTIF DE LA FORMATION ET COMPÉTENCES VISÉES**

A l'issue de la formation le stagiaire participant (entraîneur.e) sera capable de :

- Comprendre la dimension comportementale chez l'individu dans sa dimension globale et spécifique, afin de :
  - Explorer et comprendre la réalité de l'athlète,
  - Optimiser son accompagnement quotidien vers la performance,
  - Préparer mentalement, l'athlète à la compétition.



## LAURENT TOSELLI COACHING & FORMATION

38, rue du 19 Mars

62580 THELUS

N° Siret : 830 931 432 00017 - N° de déclaration d'activité EN COURS auprès du préfet de région Hauts-de-France

- Comprendre et initier une démarche individuelle et collective de « management » afin de
  - Mobiliser les énergies individuelles & collectives pour créer/renforcer l'effet de synergie,
  - Développer renforcer quotidiennement les niveaux de motivation, progression et confiance,
  - Adapter sa posture managériale en fonction des enjeux & objectifs spécifiques au poste d'entraîneur.e.
  - Construire et/ou renforcer son cadre de fonctionnement,
- De comprendre et appliquer les principes de base d'une communication efficace afin de
  - Apprendre à développer une posture d'écoute pour mieux explorer la réalité de ses athlètes, obtenir des informations précises, influencer positivement...
  - Structurer et conduire une réunion (causerie, entretien...) impactante,
  - Adapter sa communication en fonction des besoins individuels ou collectifs d'implication, motivation, recadrage...

### CONTENU

#### **Journée 1 : Dimension comporteMentale de l'entraîneur.e**

- Penser, agir, ressentir des émotions : « La dimension globale & spécifique de l'individu »,
- Explorer et comprendre les besoins fondamentaux de l'athlète : Progression – Confiance – Motivation,
- Définir un objectif de progression efficace : Méthode GROW,
- Développer la confiance, ancrer les réussites pour mieux préparer la compétition.

#### **Journée 2 : Dimension Managériale de l'entraîneur.e**

- Valeurs, croyances, besoins, objectifs : « les pilotes de nos actions »,
- Comment créer, renforcer et/ou développer l'effet de synergie ?
- Adopter une posture managériale adaptée (implication, imposition, négociation) en fonction de ses besoins / objectifs.
- Construire, animer et renforcer le cadre de fonctionnement de l'entraîneur.e.

#### **Journée 3 : Dimension Communication de l'entraîneur.e**

- Communication efficace en 3 principes : Questionnement, Ecoute active & reformulation,
- Entretien, réunion, causerie impactante : Objectif, construction & animation,
- Communiquer au quotidien : la routine de l'entraîneur.e.

### MODALITÉS D'ÉVALUATION D'ATTEINTE DES OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- Evaluation individuelle du profil, des attentes et des besoins du/des participant(s) avant le démarrage de la formation
- Evaluation des compétences en début et en fin de formation
- Évaluation des connaissances à chaque étape de la formation (via questionnaires, exercices, travaux pratiques, entretiens avec le formateur)



## LAURENT TOSELLI COACHING & FORMATION

38, rue du 19 Mars

62580 THELUS

N° Siret : 830 931 432 00017 - N° de déclaration d'activité EN COURS auprès du préfet de région Hauts-de-France

- Questionnaire d'évaluation de la satisfaction en fin de formation

### **MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRÉCIATION DES RÉSULTATS**

- Feuilles de présences signées du/des participant(s) et du formateur par demi-journée
- Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.

### **MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES D'ENCADREMENT DES FORMATIONS**

#### **Modalités pédagogiques :**

- Évaluation des besoins et du profil du/des participant(s)
- Apport théorique et méthodologique : séquences pédagogiques regroupées en trois modules
- Contenus des programmes adaptés en fonction des besoins identifiés pendant la formation.
- Questionnaires, exercices et étude de cas
- Retours d'expériences
- Corrections appropriées et contrôles des connaissances à chaque étape, fonction du rythme de/des l'apprenant(s) mais également des exigences requises au titre de la formation souscrite.

#### **Éléments matériels :**

- Mise à disposition de tout le matériel informatique et pédagogique nécessaire
- Support de cours au format numérique projeté sur écran et transmis au(x) participant(s) sous forme de livrable à la fin de la formation

#### **Référent pédagogique et formateur :**

Chaque formation est sous la responsabilité du directeur pédagogique de l'organisme de formation ; le bon déroulement est assuré par le formateur désigné par l'organisme de formation.