

SPORT



Objectifs

A l'issue de ce module, vous serez en capacité de :

- Accompagner des sportifs et des éducateurs sportifs
- Mettre en place des compétences en sophro-pédagogie sportive
- Transmettre des outils et des stratégies concrètes et spécifiques à l'accompagnement de sportifs
- Mettre en place le suivi d'un athlète



Programme

La sophro-pédagogie sportive

- Les attentes de la sophrologie sportive
- L'athlète et son environnement. Le mental
- Modèle de la performance et développement des capacités
- La compétition

Les champs d'intervention

- Gestion de l'énergie, du stress et des émotions, estime de soi, concentration
- Gestion d'objectifs et de motivation
- Cohésion d'équipe
- Gestion de la douleur et la blessure

Progression pédagogique de l'enseignement

- Etudes de cas, mises en situations
- Développer son activité auprès d'athlètes



Dates

15, 16 et 17 juin 2018

Module ouvert à partir de 10 participants.



Formateurs

Anne CARON