



Mental Formation

Performance sportive

APPRENEZ À OPTIMISER LE MENTAL



FORMATION

Optimiser la préparation mentale du sportif avec les préférences motrices

Présentation

**Vous souhaitez compléter vos compétences en préparation mentale ?
Apprenez à utiliser les profils neuro moteurs.**

Cette formation permet de perfectionner ses connaissances en préparation mentale en intégrant les préférences motrices du sportif dans le programme d'entraînement mental

Devenez un expert de la préparation mentale par le corps

Expert des profils neuro moteurs, Guillaume RIVAS accompagne la performance mentale des athlètes depuis plus de 15 ans. Co-fondateur de Sparks, il développe une méthode pour révéler les forces intrinsèques et libérer le potentiel individuel en analysant les préférences motrices de l'individu.

SPARKS



Guillaume Rivas

Mental Formation vous propose d'apprendre à entraîner le mental en observant la posture statique et la dynamique de mouvement du sportif.

Optimiser la préparation mentale du sportif avec les préférences motrices

Objectifs pédagogiques

- 1 Profiler les préférences posturales et comportementales
- 2 Analyser les typologies cérébrales et attentionnelles
- 3 Restituer le profil complet de l'athlète
- 4 Optimiser la communication et la coopération avec les profils
- 5 Élaborer une stratégie d'optimisation mentale de la performance
- 6 Animer des séances d'entraînement neuro-moteur personnalisé

Public

- Entraîneur, éducateur sportif, coach sportif, préparateur physique, préparateur mental, psychologue du sport, médecin du sport
- Mental Formation renseigne, accueille, accompagne et forme les stagiaires en situation de handicap. Lors de la prise de contact, un échange sur le type et le niveau de handicap permet de savoir si les moyens mis en œuvre sont suffisants pour assurer la participation et l'organisation de la salle de formation

Pré-requis

Professionnels du sport ou de l'accompagnement

Durée

- 6 jours - 60 heures réparties en :
- 42 h de formation en présentiel
 - 5 h de mise en situation professionnelle. Profilage de 10 sportifs que vous choisissez
 - 8 h de tutorat en visioconférence entre chaque module de 2 jours
 - 5 h de travail personnel

Date et lieu de formation

- En présentiel : 83 Rue Grande 77300 Fontainebleau
- 20 stagiaires maximum par session

Moyens pédagogiques

- Cours théoriques
- Travaux pratiques
- Jeux de rôle
- Fiches techniques
- Cahier de formation



Optimiser la préparation mentale du sportif avec les préférences motrices

Programme

Les préférences neuro-motrices et comportementales

- Les concepts de la méthode de profilage et de performance mentale
- Le fonctionnement du corps et de la posture physique
- Les méthodes de testing et de profilage
- Le lien profilage/préparation mentale

Le profilage statique

- Les structures d'activation physique et mentale
- Les tests des structures posturales
- Les profils motivationnels
- L'entraînement mental d'optimisation psycho-tonique

Le profilage dynamique

- Les structures d'expression physique et mentale
- Les tests de coordination posturale
- Les profils d'expression
- L'entraînement mental d'optimisation psycho-tonique

Évaluation

Rédaction d'un rapport écrit contenant une synthèse de 10 profilages de sportifs

Sessions de formation

- Session septembre 2024 : les 23 et 24/09, les 28 et 29/10, les 25 et 26/11/2024.

Tarif

- 2 700 euros HT
- Exonération de TVA, art 261.4.4° a du CGI pour l'activité de formation professionnelle



Optimiser la préparation mentale du sportif avec les préférences motrices

Qualité

Qualité de la formation

Mental Formation est un organisme de formation professionnelle certifié conforme à la norme qualité Qualiopi

Prise en charge financière des formations

Personnel

Mental Formation propose des facilités afin d'étaler le paiement sur la durée de la formation.

Par votre employeur

- 1 Contactez-nous pour obtenir les documents nécessaires à votre dossier de prise en charge

- 2 Transmettez le dossier au responsable RH de votre entreprise
- 3 Votre employeur réalise les démarches auprès de son OPCO (AFDAS...)
- 4 Obtenez l'accord de financement

Par Pôle Emploi

Vous êtes demandeur d'emploi et vous souhaitez monter en compétence pour améliorer votre employabilité ? Vous pouvez demander un financement de votre formation à Pôle Emploi.

- 1 Prenez rdv avec votre conseiller Pôle Emploi pour exposer votre projet professionnel
- 2 Contactez-nous pour constituer le dossier de prise en charge





CONTACT

06 30 05 76 46

info@mental-formation.fr

www.mental-formation.fr