FEDERATION FRANCAISE DE TENNIS DE TABLE
**LIGUE REGIONALE DE L'ILE-DE-FRANCE**
*Institut Régional de l'Emploi et de la Formation*
1 - 3 Rue de la Poterie - 93200 SAINT-DENIS Tél. : 01 55 87 26 92
Mail : formation@fftt-idf.com - web : www.fftt-idf.com

# Formation Continue des éducateurs sportifs
# « Entraîner Autrement »

Le développement personnel au service de l'excellence sportive

## Les jeudi 2 et vendredi 3 avril 2020 à la Ligue IDF-de-Tennis de Table

1-3 rue de la Poterie – 93200 SAINT-DENIS

### Public concerné

- Animateur / Entraîneur / Educateur sportif de Tennis de Table
- 6 salariés minimum de structures différentes /25 personnes maximum

### Prérequis

- Être licencié FFTT en Ile de France
- Etre éducateur sportif professionnel ou bénévole (priorité aux salariés)
- Réservée aux licenciés de 18 ans et plus
- Avoir participé à la session « Technique d'Optimisation du Potentiel » de décembre 2018 serait un plus.

### Objectifs

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable :

- de formaliser sa vision du rôle de l'entraîneur dans le projet de performance de l'athlète ainsi que sa zone de confort relationnel avec l'athlète
- de questionner et d'optimiser l'efficacité de ses pratiques d'entraîneur
- d'expérimenter des techniques de questionnement permettant de développer l'autonomie de l'athlète dans une approche fondée sur la confiance en soi

### Durée

Volume horaire de **14 heures** réparties sur 2 jours de formation comme suit :

Jeudi 2 Avril 2020 de 9h30 à 17h30
Vendredi 3 Avril 2020 de 9h00 à 17h00

## Contenu / Programme

### *Jeudi 2 avril 2020*

### *Matinée – 9h30/13h00*

- 9h30 – Accueil des Participants, Introduction & Présentation du Formateur
- 9h40 – Tour de table stagiaires – Nom, Prénom, Club, Fonction, CV, attentes
- **10h00 – Module 1 – Approche philosophique**

  ✓ Questionner sa vision, ses préjugés, ses croyances
- 11h30 – Pause-Café
- **11h40 – Module 2 – La relation entraîneur-entraîné partie 1**

  ✓ S'interroger sur sa posture

- 13h00 – Déjeuner

### *Après-Midi – 14h00/17h30*

- **14h00 – Module 2 – La relation entraîneur-entraîné partie 2**
  Exercice pratique
- **15h00 – Module 3 – L'évaluation**
- Au cœur de la pratique de l'entraîneur
- 16h00– Pause-Café

  ✓ Débriefing et présentation de la journée du vendredi

### *Vendredi 03 avril 2020*

### *Matinée 9h00/12h30*

- **9h00 – Accueil**
- **9h10 – Module 4 – Entraîner autrement : outils et expériences partie 1**
- 10h30 – Pause-Café

- 12h30 – Déjeuner

### *Après-Midi – 13h30/17h00*

- **14h00 – Module 4 – Entraîner autrement : outils et expériences partie 2**
- **16h00 – Conclusion et déclusion**
- clôture par le formateur et la coordinatrice

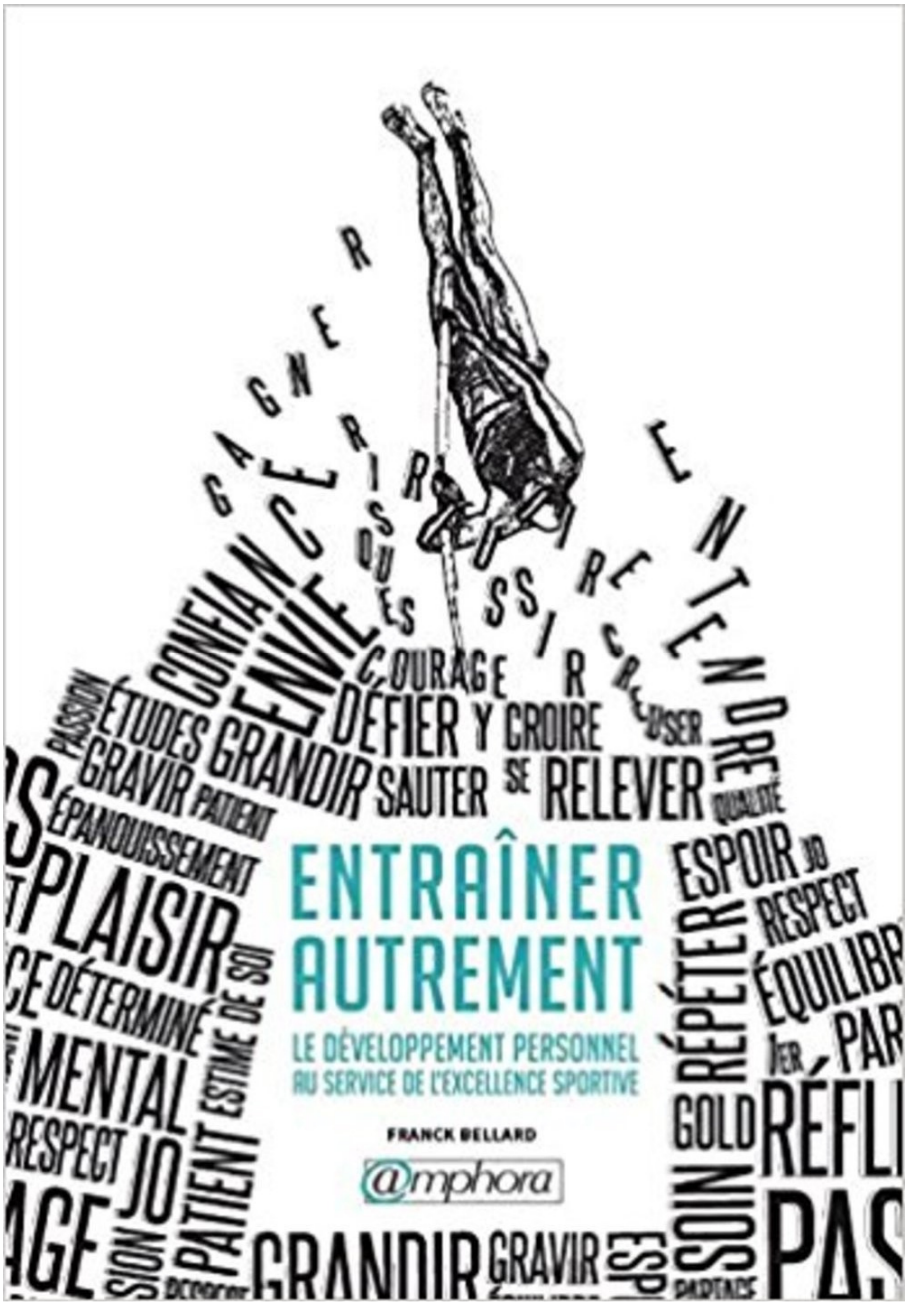
## Moyens pédagogiques

- Fondamentaux théoriques nécessaires à la compréhension et à l'introspection
- Illustrations des concepts et outils par diverses approches (vidéos, cas concrets…) analysées par les stagiaires avec un retour du formateur ;
- Expérimentations et entraînements commentés ;
- Partage sur des situations vécues en tant qu'entraîneur et/ou entraîné pour intégration dans son quotidien ;

- Travail personnel et entraînements en intersession débriefés avec le formateur ;
- Documents (fiches techniques…) en version informatisée ;
- Documents audios pour l'entraînement personnel des stagiaires.

## Intervenant et profil

- **Franck BELLARD :** Professeur de sport **-** Formateur à l'INSEP – ancien judoka de haut-niveau

## Modalités de validation

Délivrance d'une attestation de formation à l'issue de celle-ci.