



PROGRAMME DE FORMATION

1 ORGANISATION

Cette formation a été construite pour répondre aux demandes et aux contraintes de sportifs en activité en France. Elle se fait sur un rythme de 2 journées complètes de formation, non consécutives.

Les modalités pédagogiques seront variées :

- Face à face pédagogique
- Atelier théâtre
- Simulation / mise en pratique
- Vidéos
- Témoignages de joueurs

La durée totale de la formation est de **14 heures**.

2 CONTENU

Jour 1 9h00 – 13h00

Accueil / présentation - **30'**

Atelier pratique avec Aparté Théâtre - **3h30**

- Travailler l'intonation, l'élocution et l'aisance
- Maîtriser sa communication non verbale
- Gérer le stress
- Apprendre à respirer
- Prendre confiance en soi

14h30 – 17h30

- Revenir de manière théorique sur les expériences et les acquis de la matinée - **1h30**
- Découvrir les bases de l'interview (différents types, les durées, les possibilités de préparation) - **1h**
- 1ère simulation - **30'**

3 INSCRIPTIONS

Nous limitons à **15** le nombre de joueurs inscrits par session.

La formation est intégralement prise en charge par **Uniformation** pour tous les joueurs salariés.

Jour 2 9h00 – 13h00

- Valoriser son image et son club - **1h**
- Savoir adapter son niveau de langage et sortir de son vocabulaire technique - **1h**
- Eviter ou ne pas répondre à une question - **30'**
- Echanger avec des sportifs experts / témoins qui viendront partager leur expérience - **1h30**

14h30 – 17h30

- Mises en situations / entraînements dans différents contextes - **2h30**
- Conclusion / évaluation / satisfaction - **30'**

Pour plus de renseignements, contactez

Laure au **06 81 88 62 39** - laure.vitou@provale.fr
ou **Lucas** au **06 77 80 31 09** - lucas.bouty@provale.fr