



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**.

3 INSCRIPTIONS

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

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'

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

Candice Boulanger - candice.boulanger@provale.fr

06 67 71 39 18