

**Formation continue**

**Pôle leadership**

**Toutes disciplines**

---

**Développer son  
pouvoir  
d'interaction  
pour optimiser  
la performance**

**Niveau 1**

---

Nombre de jours : 6

**3 modules de 2 jours :**

27 et 28 janvier 2025

24 et 25 mars 2025

5 et 6 mai 2025

Lieu : FFN - Clichy

Nombre de places : 12

Intervenants :

Boris MARET

Jean-Lionel REY

Volume horaire : 42



Quel que soit le niveau de pratique, la performance se joue aussi en dehors des compétences techniques, stratégiques et physiques. Ceci est d'autant plus vrai quand le niveau de performance augmente.

L'efficacité du lien entre l'entraîneur et le sportif ou entre le manager et son équipe a une part prépondérante dans les résultats.

Diriger, manager, entraîner, accompagner, apprendre, progresser, échanger, donner et prendre de l'information peut se faire uniquement en étant en relation et en communiquant.

Bien se connaître, être aligné avec son style en connaissant ses talents et ses points de vigilance, comprendre ses émotions, développe la confiance en soi et la performance.

Avoir une vision claire et savoir précisément où l'on va, permet d'atteindre plus efficacement ses objectifs.



## OBJECTIFS DE LA FORMATION

Permettre aux entraîneurs, managers de pouvoir optimiser leur processus d'entraînement afin de tendre vers un haut niveau de performance.

Donner un espace-temps, permettant :

- D'être capable de faire évoluer une réflexion globale et systémique de ce qui pourrait leur permettre d'atteindre la haute performance
- D'être capable de faire évoluer leur savoir-être en affirmant leur style
- D'être capable de faire évoluer leur savoir-faire avec l'acquisition d'outils et la mobilisation de nouvelles compétences
- D'être capable de faire évoluer leur processus d'accompagnement en se nourrissant d'avis d'experts et des expériences de chacun.



## MODALITÉS

- 3 modules de 2 jours séparés d'un à deux mois pour laisser le temps à chaque participant de pouvoir expérimenter et mettre en pratique de nouvelles manières d'agir.
- De 9h00 à 18h00 (début à 9h30 le 1<sup>er</sup> jour et fin à 17h00 le 2<sup>ème</sup> jour de chaque module)
- 2 visios de 2h seront organisées (facultatives) entre les regroupements, sur des dates à déterminer.
- Volume horaire : 42 heures
- **Formation mise en place à partir de 8 inscrits et limitée à 12 personnes.**
- **Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront enregistrées par ordre d'arrivée.**
- Prérequis : Pas de prérequis.



- Public visé : Entraîneurs toutes disciplines, directeurs techniques, managers, dirigeants...
- Modalités d'évaluation : Auto validation à chaque regroupement des compétences développées + auto évaluation en début et fin de formation (auto positionnement).



## PROGRAMME DE LA FORMATION – Niveau 1

### **Visioconférences :**

- Présentation et suivi du parcours de formation
- Partage d'expériences

### **1er module : La relation et la communication au service de la performance**

- Développer collectivement une vision d'une relation Opérationnelle et Performante (O&P)
- Comprendre la place préférentielle de chacun dans la relation
- Acquérir des outils pour développer sa communication
- Optimiser sa capacité à générer des feedbacks pour valider des acquis et renforcer la « confiance en soi »
- Modéliser sa relation et sa communication lorsqu'elles sont O&P
- Générer une piste d'évolution

### **2ème module : Incarner ses objectifs pour performer**

- Réflexion collective autour des différences entre fonction, mission et objectif
- Travail collectif autour de l'objectif
- Identifier son rêve et le modéliser
- Comprendre les liens entre son rêve et son objectif et comprendre comment ils sont reliés
- Clarifier mon objectif et l'explorer
- Mettre en place des critères d'évaluation de l'atteinte de mon objectif
- Générer un premier pas

### **3ème module : Une meilleure connaissance de soi pour mieux interagir**

- Développer collectivement une vision d'une posture professionnelle, opérationnelle et performante
- Acquérir un outil permettant d'adapter sa posture et son action au contexte et à l'environnement
- Travailler sur comment je me perçois, comment je perçois l'autre et comment je nous perçois
- Modéliser qui je suis quand je performe
- Générer une piste d'évolution





## DATES ET LIEU DE LA FORMATION

### DATES

27 et 28 janvier 2025

24 et 25 mars 2025

5 et 6 mai 2025

Lieu : Fédération Française de Natation - 104 rue Martre, 92110 CLICHY  
Metro ligne 13 station Mairie de Clichy



## MÉTHODES MOBILISÉES

L'animation d'une intelligence collective permet dans un premier temps d'enrichir l'émergence d'idées et de solutions propres au groupe, et dans un deuxième temps, que le collectif s'engage sur un chemin dans lequel chaque individualité fait émerger de nouvelles connaissances et amorce un mouvement concret vers le changement.

Moyens et encadrement mis en œuvre :

- Séances de formation en salle.
- Études de cas concrets et mises en situation.
- Outils d'intelligence collective du type Word Café, Cherchons ensemble...
- Exposés théoriques.
- Partage d'expériences.
- Téléchargement « itératif » de l'apprentissage.

### INTERVENANTS :

- Boris MARET : Coach mental, préparateur mental et formateur dans le sport de haut niveau. Exécutive Master - Accompagnateur des acteurs du sport de haut niveau (INSEP), facilitateur clean, praticien TOP.
- Jean-Lionel REY : Conseiller Technique National, Entraîneur du pôle France natation de l'INSEP de 1996 à 2015, Formateur, coach, Exécutive Master - Accompagnateur des acteurs du sport de haut niveau (INSEP)



## COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

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

- capable de modéliser sa vision d'une relation et communication opérationnelle et performante.



- capable de faire évoluer sa capacité à être en relation et à communiquer.
- capable de comprendre les conditions interrelationnelles nécessaire à l'intelligence collective
- capable de déterminer et clarifier un objectif.
- capable d'optimiser sa confiance en soi et la capacité à se mettre en mouvement
- capable de mettre à jour mes schémas de performance et de contre-performance



## ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Pour les personnes en situation de handicap veuillez nous contacter à : [infan@ffnatation.fr](mailto:infan@ffnatation.fr) pour que nous puissions étudier votre demande et définir des aménagements adaptés.

Référente handicap FFN : Frédérique CROCHARD

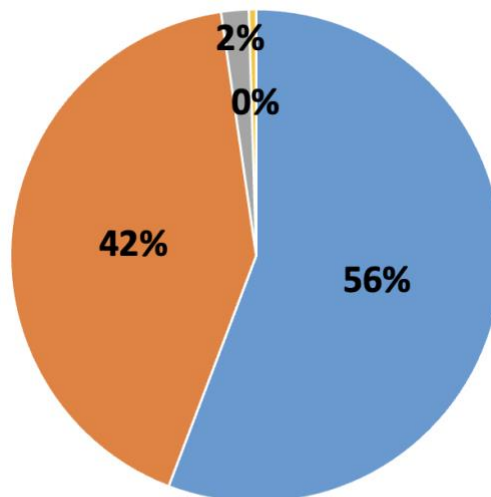
Mail : [frederique.crochard@ffnatation.fr](mailto:frederique.crochard@ffnatation.fr)



## TAUX DE SATISFACTION

**Taux de satisfaction : 98%**

Taux de retour d'enquête : 58% (1043 sur 1799)



■ Très satisfait ■ Satisfait  
■ Peu satisfait ■ Insatisfait



## € COÛT DE LA FORMATION

### Financement de la formation :

Cette action de formation fera l'objet d'une demande de financement par les fonds conventionnels de la branche du sport.

Si cette demande n'aboutit pas, le coût de la formation sera de 1550€.

### Prise en charge des frais annexes :

Une partie des frais annexes (hébergement, restauration, déplacement) pourra être prise en charge si la demande de financement est validée.

Nous reviendrons vers vous au plus vite pour vous indiquer si la demande de financement est prise en charge par les fonds conventionnels de la branche du sport.

Pour plus de précisions, veuillez contacter : [infan@ffnatation.fr](mailto:infan@ffnatation.fr)



## CONTACTS

Référent pédagogique	Boris MARET	<a href="mailto:borismaret@gmail.com">borismaret@gmail.com</a>	
Référente Handicap	Frédérique CROCHARD	<a href="mailto:frederique.crochard@ffnatation.fr">frederique.crochard@ffnatation.fr</a>	
Référent administratif et technique de l'INFAN	Valentin MATHOU	<a href="mailto:valentin.mathou@ffnatation.fr">valentin.mathou@ffnatation.fr</a>	01 70 48 45 51



## ÉQUIVALENCE, SUITE DE PARCOURS

Un niveau 2 pourra être proposé.

Cette formation pourra être prise en compte pour la partie des connaissances pédagogiques de la formation continue des brevets fédéraux.





## ÉTAPES A SUIVRE POUR L'INSCRIPTION

Date limite d'inscription : 6 janvier 2025

### 1. Inscription

**Je m'inscris à la formation**

**Développer son pouvoir d'interaction pour optimiser la performance niveau 1**



<https://forms.gle/p9XpxLFYUmxN82C87>

2. Réception d'un mail de confirmation d'inscription.
3. Quelques jours avant la formation, réception d'une convocation, fiche de présentation de la formation, planning détaillé.
4. Jour J de la formation.
5. Quelques jours après la formation : réception de la facture acquittée + certificat de réalisation de la formation + contenus éventuels (si la formation a été intégralement suivie et à jour de son règlement).

Les conditions générales de vente sont téléchargeables [ICI](#).

