

## Individualiser l'accompagnement des athlètes à partir des préférences motrices (niveau 1)

*Parce que les compétences techniques ne suffisent pas à manager une équipe, cette formation permet à la fois d'identifier ses préférences de fonctionnement, de mieux cerner ses différences avec les autres et s'approprier des clés concrètes pour optimiser son management.*

**Pour qui :** Entraîneur, joueur, préparateur physique, professionnels de santé, enseignant d'EPS...

**Prérequis :** aucun

**Durée :** six jours (45 heures en présentiel)

**Tarifs :** 1950€ TTC

**Lieux et dates :** à déterminer

### Objectifs de formation

---

- Comprendre la notion de dynamique motrice et cérébrales® et ses applications possibles
- Détecter le profil moteur d'un joueur parmi les 16 profils identifiés
- Individualiser ses entraînements en fonction des dynamiques et à partir de l'apprentissage différentiel
- Créer des exercices permettant le développement des habiletés motrices spécifiques

### Points forts et approche pédagogique

---

La pédagogie interactive permet de personnaliser les échanges

Des séquences vidéo permettent d'illustrer

Les mises en situation concrètes et ateliers d'expérimentation à chaque étape de la formation permettent d'ancrer les bonnes pratiques

Les protocoles de profilage permettent de structurer sa pratique sur le terrain après la formation

Remise à chaque participant d'un manuel reprenant les principales informations, permettant la prise de note ainsi que l'application des protocoles de profilage après la formation

### Évaluation de la formation

---

Évaluation de la satisfaction

- Questionnaire d'évaluation à chaud de la formation
- Débriefing de la session à froid avec l'organisateur (rendez-vous téléphonique)

Évaluation des acquis

- Tout au long de la formation par des mises en pratiques observées et analysées
- QCM

## Programme

---

### Niveau 1

#### 1. La vision et la philosophie d'Axel®

- Présentation de l'approche ActionTypes®
- Éthique de l'utilisation des préférences motrices
- Vision et philosophie d'Axel® : la dynamique motrice et cérébrale®

#### 2. La connaissance de soi et l'intérêt dans sa pratique sportive

- Identifier son système de fonctionnement préférentiel et naturel
- Prendre conscience de ses qualités et points forts
- Identifier comment capitaliser sur ses points forts
- Prendre conscience de l'impact de son mode de fonctionnement dans sa pratique
- Identifier ses points de vigilance

#### 3. La notion de dynamique motrice®

- Comprendre la notion de dynamique motrice, de grande boucle et de petite boucle
- Incidences dans sa pratique
- Incidences dans le profilage

#### 4. Le profilage et le fonctionnement des 4 grands profils

- Le protocole du profilage
- Le profilage des types d'équilibre
- Le profilage des points mobile et stable
- Fonctionnement des 4 grands profils

### Niveau 2

#### 1. Analyse des pratiques des participants sur les acquis du précédent module

- Échanges d'expérience
- Analyse de pratique
- Renforcement de sa capacité à tester : ateliers

#### 2. Passage de 4 à 16 profils

- Nouveaux tests permettant de développer le profilage
- Impact de l'horizontalité et la verticalité dans sa pratique sportive
- Impact du rythme préférentiel
- Mise en place d'un protocole de profilage complet – mise en pratique sur des golfeurs « cobayes »

#### 3. Pédagogie adaptée aux dynamiques motrices

- L'apprentissage différentiel
- Mise en pratique sur le terrain

### Niveau 3

#### 1. La vision et la philosophie d'Axel®

- Présentation de l'approche ActionTypes®
- Éthique de l'utilisation des préférences motrices
- Vision et philosophie d'Axel® : la dynamique motrice et cérébrale®

#### 2. La connaissance de soi et l'intérêt dans sa pratique sportive

- Identifier son système de fonctionnement préférentiel et naturel
- Prendre conscience de ses qualités et points forts
- Identifier comment capitaliser sur ses points forts
- Prendre conscience de l'impact de son mode de fonctionnement dans sa pratique
- Identifier ses points de vigilance

**3. La notion de dynamique motrice®**

- Comprendre la notion de dynamique motrice, de grande boucle et de petite boucle
- Incidences dans sa pratique
- Incidences dans le profilage

**4. Le profilage et le fonctionnement des 4 grands profils**

- Le protocole du profilage
- Le profilage des types d'équilibre
- Le profilage des points mobile et stable
- Fonctionnement des 4 grands profils

---

**Accessibilité handicap**

Veillez nous contacter pour nous permettre d'étudier vos besoins.

---

Prestataire enregistré sous le numéro : 23760371276 auprès du préfet de la région Haute-Normandie (DREETS)  
TVA intracommunautaire FR94444036313 00013.  
Datadocké.

---