

Sport et dynamiques motrices® Parcours complet certifiant

Pour qui :

Entraîneur, joueur, préparateur physique, professionnels de santé, enseignant d'EPS...

Prérequis :

Aucun pour la formation

Prérequis de diplômes pour la certification RS 7012 (vois ci-dessous)

Durée :

42 heures en présentiel

3 X 2 jours

Tarifs : 1 950.00 € TTC en financement direct / 2450,00 € TTC en financement CPF

Lieux : Paris

Personnes en situation de handicap, nous contacter

Objectifs opérationnels de la formation

A l'issue de la formation les participants seront capables de

- Comprendre leurs propres dynamiques motrices
- Observer et tester les dynamiques motrices® d'un athlète en situation
- Développer leurs propres tests kinétiques
- Individualiser leurs entraînements en fonction des dynamiques
- Créer des situations et exercices spécifiques
- Faire le lien entre les dynamiques motrices et cérébrales®
- Utiliser les fondamentaux des dynamiques cérébrales dans son coaching

Méthodes pédagogiques

La méthode pédagogique propose de multiples mises en situation afin que le stagiaire développe sa propre perception des cohérences **motrices** de chaque athlète en situation.

Chaque sport proposant des situations d'expression motrice qui lui sont spécifiques, il s'agit pour l'entraîneur de construire son propre modèle d'observation du mouvement pour s'approprier la logique des tests kinétiques. L'objectif est que chaque participant puisse adapter ses tests kinétiques ou les élaborer dans son propre contexte.

Les cohérences émergeant dans une variation permanente, la méthodologie de l'entraînement différentiel (W. Schöllhorn) permet à l'entraîneur de créer les conditions de susciter une modification du modèle de perception de l'athlète.

La finalité de la formation est double :

- L'entraîneur vivra l'expérience de son propre modèle de perception et ce qui en découle dans sa pratique
- Il deviendra capable de procurer la même expérience à ses athlètes.

Moyens pédagogiques :

- Apports théoriques
- Séquences vidéo
- Études de cas
- Mises en situation concrètes et ateliers d'expérimentation
- Échanges d'expérience
- Travaux inter-sessions

Remise à chaque participant de fiches récapitulatives de la formation facilitant la mise en application sur le terrain.

Modalité de suivi et d'évaluation tout au long de la formation

- Exercices d'observation des dynamiques motrices® en situation
- Exercices de testing kinétique
- Conception de séances d'entraînements différentiel
- Mises en pratiques observées et analysées

Validation de la certification

[Description de la certification](#)

Le passage de la certification RS7012 est obligatoire dans le cadre d'un financement CPF, sans obligation de résultat. Les prérequis pour cette certification sont les suivants : être titulaire du DESJEPS, du DEJEPS, du BEES2. Nous consulter pour vérifier les équivalences.

En l'absence de ces prérequis, le participant sera certifié par Axel sport mais cette certification ne sera pas enregistrée par la Caisse des Dépôts.

Contenu du parcours

Module 1 - 14 heures en présentiel

Objectifs pédagogiques

- Comprendre la notion de dynamique motrice et ses applications possibles
- Connaitre les motricités et leurs combinaisons
- Identifier ses propres dynamiques motrices
- Observer et tester les dynamiques motrices d'un athlète en situation

Programme

1. introduction

- Présentation de l'approche Axel®
- Les univers de performance selon Axel®
- Univers de performance et dynamiques motrices®
- Éthique de l'utilisation des dynamiques motrices®

2. Les dynamiques motrices®

- Présentation
- Les motricités et leurs combinaisons
- Mise en mouvement et cohérences motrices

3. Identifier sa dynamique motrice®

- Identifier sa propre cohérence hors situation
- Observer les changements de son expression corporelle dans différentes situations

4. Observations des dynamiques motrices d'un athlète

- Les critères d'observation
- Importance de la mise en mouvement

5. Le testing kinétique

- Profilage hors situation
- Testing en situation : créer les conditions de l'émergence d'une réponse motrice

Module 2 - 14 heures en présentiel

Objectifs pédagogiques

- Approfondir sa capacité d'observation et de testing des cohérences motrices d'un athlète en situation
- Approfondir sa connaissance des motricités
- Développer ses propres tests kinétiques
- Créer des situations et exercices d'entraînement de la perception

Programme

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

- Échanges d'expérience
- Analyse de pratique

2. Observations des dynamiques motrices d'un athlète (suite)

3. Le testing kinétique (suite)

4. Créer des situations et exercices

- Présentation du travail de Wolfgang Schöllhorn
- Modifier le modèle de perception de l'athlète à travers des situations d'entraînement différentiel
- Créer des exercices individualisés

Module 3 - 14 heures en présentiel

Objectifs pédagogiques

- Créer des séances d'entraînement individualisées adaptés aux objectifs et dynamiques des sportifs
- Faire le lien entre les dynamiques motrices et cérébrales®
- Utiliser les fondamentaux des dynamiques cérébrales® dans sa communication

Programme

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

- Échanges d'expérience
- Analyse de pratique

2. Lien entre préférences motrices et cérébrales

- Présentation des préférences cérébrales de perception et d'action
- Historique des fonctions cérébrales (CG Jung, MBTI, questionnaires de personnalité, kinésiologie)
- Personnaliser sa communication en prenant en compte les préférences cérébrales

3. Individualiser l'entraînement

- Études de cas
- Présentation de séances préparées ou réalisées

4. Pré-activation énergétique

- Présentation du travail de Ralph Hippolyte
- Intérêt et utilisation de la pré-activation énergétique pour la performance sportive

5. Certification

- [Description de la certification](#)