

## ETRE UN ENTRAÎNEUR D'ÉQUIPE (ETAPE 2)

**Public:** managers ayant suivi la formation « Devenir un exemple: savoir se manager »

**Durée et déroulement:** 15 heures organisées en 2 journées en présentiel (14 heures) et 1 heure à distance de coaching individuel

**Tarif :** 1 900,00 €HT/personne + TVA 20% et sur devis pour session intra entreprise

**Délai d'accès :** pour session inter entreprise, selon les dates annoncées sur le site internet pour session intra entreprise, dates à convenir

**Nombre de participants:** de 4 à 10

**Pédagogie:** elle s'appuie sur l'apprentissage des techniques d'entraînement mental et des stratégies de réussite des sportifs de haut niveau et leur transfert dans la vie professionnelle. La métaphore sportive est utilisée comme outil de prise de conscience de l'impact du mental sur les performances professionnelles aussi bien individuelles que collectives. La préparation mentale vise à se « muscler » mentalement pour résister aux pressions de toutes sortes. Elle renforce les mécanismes physiologiques, psychologiques et comportementaux d'adaptation aux situations. La théorie est illustrée par de nombreux exercices de mise en situation car c'est l'expérience qui révèle la connaissance. Ainsi les participants découvrent également les conditions d'application des techniques et des processus au travers d'une démarche d'apprentissage.

**Pré-requis :** avant la formation, un questionnaire sera transmis à chaque participant dont l'objectif est de faire une auto évaluation de positionnement préalable

**Evaluation des acquis de compétences :** quizz ou QCM à l'issue du séminaire en présentiel

**Documents pédagogiques:** un lien de téléchargement en ligne sera communiqué à chaque participant

**Accessibilité :** les exercices de mise en situation ne nécessitent aucune compétence physique spécifique. Toutefois il appartient au Client d'informer au préalable l'Organisme de formation, si l'un des participants souffre d'un handicap ou d'une contre-indication médicale. Les exercices seront adaptés à la situation du stagiaire.

**Recommandations :** prévoir des vêtements décontractés (chaussures plates, pantalon) adaptés à la météo.

### Indicateurs statistiques en 2022 :

Taux de satisfaction globale: 98 %

Taux de satisfaction sur la pédagogie: 100 %

Taux de recommandation : 100 %

## PROGRAMME

### ÉTAPE 2 MANAGEMENT: COMPÉTENCES RELATIONNELLES

Objectif: devenir un manager, libérateur d'énergie, de confiance et de plaisir pour mettre son équipe dans une dynamique relationnelle porteuse de valeur ajoutée

- Consolider et perfectionner les apprentissages du module 1 (ES)
- Optimiser les compétences d'animation d'équipe dans une dynamique de projet
- Savoir construire les compétences de travail et de coopération en équipe
- Placer son équipe dans une démarche d'amélioration continue: la réunion, terrain d'entraînement

#### SESSION DE DEUX JOURNÉES EN PRÉSENTIEL

(14 heures)

Tour de table sur l'entraînement et le plan d'action mis en place dans son quotidien professionnel depuis la première étape : partage des expériences, bénéfices obtenus et difficultés rencontrées tant au niveau individuel que collectif.

#### I. MANAGER L'ATTITUDE MENTALE

#### II. COMPÉTENCES D'ANIMATION D'ÉQUIPE (2e partie): DEVENIR UN MANAGER, LIBÉRATEUR DE CONFIANCE, CALME ET PLAISIR POUR SES ÉQUIPES

##### A. Apprendre à manager le stress pour ne plus s'en créer ni l'exporter

##### B. Maîtriser la communication

- a. Maîtriser la communication non verbale
- b. Savoir créer la relation

#### III. DEVENIR UN MANAGER ENTRAÎNEUR: Savoir mettre son équipe en dynamique de projet

##### A. Connaître les fondements d'un manager- entraîneur d'équipe

##### B. Manager le jeu collectif

##### C. La mise en oeuvre de l'entraînement dès le retour au travail en toute autonomie et durablement.

Organisation du planning de rendez-vous des séances individuelles de formation à distance.

Bilan: tour de table

#### SESSION INDIVIDUELLE A DISTANCE (UNE HEURE/PERSONNE)

La formation individuelle à distance est un élément essentiel pour soutenir et encourager l'assiduité dans l'acquisition de nouvelles compétences malgré les pressions