

BOXE FORM

BOXE SANTÉ

SOCIO BOXE

BOXE PERFORMANCE



INITIATION À LA PRÉPARATION MENTALE EN BOXE

Qualification fédérale

Qualification fédérale favorisant l'acquisition de compétences dans la prise en charge de la préparation mentale du boxeur.

PRÉREQUIS

- Être titulaire du diplôme de PREVOT FEDERAL ou équivalent.
- Être licencié FFBoxe à la date d'inscription

PRÉROGATIVES

- Accompagner la préparation mentale du boxeur

RESTRICTIONS

- Le titulaire de la qualification fédérale ne peut pas**
- Se substituer à un professionnel de l'accompagnement psychologique
- Effectuer une analyse "psychologique", établir un diagnostic

OBJECTIFS

- Être capable de situer la place de la préparation mentale dans la pratique boxe
- Sensibiliser le boxeur à l'intérêt et aux différents aspects de la préparation mentale
- Mettre en place une démarche d'éducation à la préparation mentale

FORMATION - MODALITES

- PRESENTIEL – en centre : 21 heures
- FOAD : 15 heures
- TUTORAT – en structure : 20 heures

VALIDATION - MODALITÉS

- En centre : suivi pédagogique
- FOAD : qcm

INFORMATIONS UTILES

PARTENAIRES

STATISTIQUES

Taux de féminisation : à venir
Taux de réussite : à venir
Taux de satisfaction : à venir

CONTACTS

Secrétariat : formations@ff-boxe.com

TARIFS

- **OPTION 1** – frais pédagogiques + hébergement-restauration : 770 euros
- **OPTION 2** - frais pédagogiques + restauration : 635 euros

FINANCEMENTS

Des financements de cette formation sont possibles, prendre contact auprès de : CONSEIL REGIONAL ; CONSEIL DEPARTEMENTAL ; MON COMPTE BENEVOLE

NOMBRE DE PLACES

25 places par centre de formation

BOXE FORM

BOXE SANTÉ

SOCIO BOXE

BOXE PERFORMANCE



INITIATION À LA PRÉPARATION MENTALE EN BOXE

Qualification fédérale

Qualification fédérale favorisant l'acquisition de compétences dans la prise en charge de la préparation mentale du boxeur.

DATES ET LIEUX

CREPS Centre-Val de Loire : du 05/03/27 au 07/03/27

Sport Bretagne : du 19/03/27 au 21/03/27

CREPS Pays de Loire : 02/04/27 au 04/04/27

PUBLIC CIBLE

Entraîneur diplômé fédéral, professionnel et / ou d'état

COORDINATION

T. GAUTIER

FORMATEURS- INTERVENANTS

S. Schianno-Romellio ; préparateurs mentaux INSEP

AFFILIATION / LICENCE ATTRIBUÉE APRES CERTIFICATION

Sans objet

ALLEGEMENTS- EQUIVALENCES

En cours de définition

ORIENTATIONS GENERALES - CONTENUS

- Comprendre les mécanismes psychologiques de la performance en boxe.
- Accompagnement psychologique vs préparation mentale
- Appréhender les concepts et limites de la préparation mentale en boxe
- Identifier les besoins individuels en préparation mentale des boxeurs.
- Mettre en œuvre des outils concrets de préparation mentale
- Intégrer la préparation mentale dans la planification de l'entraînement.
- Place de l'entraîneur, du préparateur mental dans l'accompagnement du boxeur

les facteurs psychologiques de la performance sportive ; les émotions dans la performance et sa préparation ; accompagnement psychologique vs préparation mentale ; Interagir avec les acteurs de l'accompagnement psychologique ; les facteurs mentaux clés de la performance sportive ; liens et interactions entre "mental" et préparation physique ; entre "mental" et préparation "technique" ; les objectifs de préparation mentale ; les objectifs de préparation mentale ; facteurs et mécanismes psychologiques et mentaux de la performance en boxe ; les attentes et besoins en préparation mentale du boxeur ; les outils et "techniques" de la préparation mentale en boxe ; programmation de la préparation mentale ; le travail mental dans les séances d'entraînement ; suivi et évaluation de la préparation mentale du boxeur ; les postures d'accompagnement (de l'entraîneur, du préparateur mental) ; la relation entraîneur - entraîné dans la préparation mentale ; la relation entraîneur - entraîné dans la préparation mentale