



FORMATION PROFESSIONNELLE CONTINUE
NIVEAU 4 et 5
Habiletés Mentales



DEVIS / PROGRAMME - 2026/2027

Ligue Méditerranée de Football
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro : 93130968113
Siret : 782 812 903 00030

Document à transmettre à l'organisme qui prendra en charge votre formation

Volume Horaire : 16 heures

Public concerné	▪ Responsable technique de club amateur ▪ Entraîneur général de club amateur ▪ Entraîneur d'une équipe de niveau régional
Objectifs	La connaissance du joueur et de l'entraîneur - Témoignage d'un entraîneur, sur les techniques au service de la performance mentale (concentration)... L'optimisation de la performance individuelle - La concentration et l'attention au service de la performance sportive avec un repérage des effets sur la gestion du stress et des émotions, l'estime de soi et la confiance en soi... L'optimisation de la performance collective - Le développement de la concentration comme levier d'optimisation des qualités mentales sur le terrain et les effets sur le groupe.
Prérequis	Le candidat doit au moment de son entrée en formation être titulaire du diplôme d'entraîneur de football de Niveau 3 (UEFA A BEF) ou Niveau 4 (UEFA B BMF)
Programme	A partir d'une problématique de terrain sur la concentration, nous évoquerons, sur l'ensemble des deux jours, les bonnes pratiques à mettre en place pour stimuler cette habileté mentale au cœur de la performance. Le témoignage d'un entraîneur expert viendra compléter l'approche proposée.
Méthodes et Supports	▪ Exposés théoriques, mises en situation pratiques, temps d'échanges, travaux de groupes. ▪ Supports pédagogiques sous forme de diaporamas, documentations remises aux stagiaires

LIGUE MEDITERRANEE DE FOOTBALL

S.A.G. 11.723 - SIRET 782 812 903 00030

Siège social : Europôle de l'Arbois - 390, Rue Denis Papin - CS 40461 - 13592 AIX EN PROVENCE Cedex 3

T : +33 (0)4 42 90 17 80 - F : +33 (0)4 42 54 15 65

secretariat@mediterranee.fff.fr - <https://mediterranee.fff.fr>

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE FOOTBALL

Agréée par le Ministère de la Guerre n°7615 - Reconnue d'utilité publique par décret du 4 décembre 1922
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro : 93130968113 auprès du Préfet de la Région



FORMATION PROFESSIONNELLE CONTINUE
NIVEAU 4 et 5
Habiletés Mentales



**Planning et
organisation**

Une attestation de formation sera délivrée au terme de la session.
Elle répond aux exigences de formation continue des entraîneurs dans le cadre de l'application du Statut des Educateurs et de la délivrance des licences UEFA.

Responsable Pédagogique de la Formation : VERGER Jean-François

Dates : 07 et 08 décembre 2026

Coût

Coût pédagogique : 174€ en demi-pension

Lieu de la formation : Grasse

Hébergement et restauration : Demi-pension comprise + possibilité d'hébergement (à la charge du participant)

Une demande de co-financement peut être effectuée auprès de la Commission d'aide à la formation de la LFA à l'adresse suivante formation@fff.fr

Attention : les stagiaires sont tenus de pratiquer lors des séances pédagogiques de terrain et doivent donc se munir de leurs équipements sportifs.

LIGUE MEDITERRANEE DE FOOTBALL

S.A.G. 11.723 - SIRET 782 812 903 00030

Siège social : Europôle de l'Arbois - 390, Rue Denis Papin - CS 40461 - 13592 AIX EN PROVENCE Cedex 3

T : +33 (0)4 42 90 17 80 - F : +33 (0)4 42 54 15 65

secretariat@mediterranee.fff.fr - <https://mediterranee.fff.fr>

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE FOOTBALL

Agréée par le Ministère de la Guerre n°7615 - Reconnue d'utilité publique par décret du 4 décembre 1922
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro : 93130968113 auprès du Préfet de la Région