

# Diplôme National d'Entraîneur 1 VB (DNE1 VB)

## Module 7 « Stress et volley-ball »

### Public concerné

- Entraîneurs amateurs.
- Entraîneurs en formation professionnelle.

### Pré requis

- Aucun

### Durée et lieu de la formation

- 2 jours (12 heures) en présentiel + 2 heures d'accompagnement collectif

OU

- 12 heures en FEAD + 2 heures d'accompagnement collectif

Les dates et lieu sont précisés dans le planning de la formation fourni en annexe.

### Moyens techniques nécessaires

Salle de réunion équipée projection.

Disposer d'un ordinateur en présentiel.

Plus en cas de visioconférence, d'une connexion internet, d'un micro casque ou kit oreillette.

### Intervenants

Formateurs DTN ou prestataire externe FFVolley  
Le nom des formateurs figure au planning joint en annexe.

### Contacts Référents

Nicolas SAUERBREY  
DTN Adjoint en charge des Formations

**06.69.30.05.92.**

[nsauerbrey.dtn@ffvb.org](mailto:nsauerbrey.dtn@ffvb.org)

Assistante de la Formation  
**01.58.42.22.25.**

[secretariat.formation@ffvb.org](mailto:secretariat.formation@ffvb.org)

### Objectifs pédagogiques

- Connaître les champs d'intervention de la préparation Mentale
- Comprendre la notion de stress
- Faire comprendre le rôle de l'entraîneur sur le stress
- Comprendre la notion d'une pensée
- Apprendre les outils pour gérer le stress
- Comment gérer au mieux les aspects du stress sur le plan individuel et collectif
- Connaître le stress pour mieux performer.
- Apprendre à introduire du stress dans l'entraînement

### Compétences visées

- Être capable de définir des objectifs de préparation mentale.
- Être capable de travailler et d'intégrer un préparateur mental dans un staff.
- Être capable de donner une commande de travail à un préparateur mental.
- Être capable de reconnaître et de gérer les situations de stress en tant qu'entraîneur.
- Être capable de reconnaître et de gérer les situations de stress pour son collectif.
- Être capable d'identifier une pensée négative ou positive
- Être capable d'introduire ou de diminuer le stress pour être performant.
- Mise en place de routines mentales en volley-ball
- Être capable de mettre en place des protocoles de gestion du stress.
- Être capable de modifier son approche de l'activité pour gérer le stress.
- Savoir gérer les facteurs du stress pour l'influencer.
- Être capable de modifier le degré de stress dans une séance.
- Ou, quand et comment, introduire le stress à l'entraînement.

### Modalités et délais d'accès

Conditions d'inscription : Être licencié(e) FFvolley - Être âgé(e) de + 18 ans - Maîtrise de la Langue Française.

Inscription 2 mois avant le début du stage et clôture des inscriptions 1 mois avant le début du stage.

### Modalités pédagogiques

### Personne en Situation de Handicap (PSH)

Si vous êtes une Personne en Situation de Handicap (PSH), merci de prendre contact avec le référent HANDICAP de la FFVolley :

Mme. Isabelle COLLET :  
[isabelle.collet@ffvb.org](mailto:isabelle.collet@ffvb.org)

OU

Mme. Chrystel BERNOU, cheffe de projet para volley santé :  
[para.volley.sante@ffvb.org](mailto:para.volley.sante@ffvb.org)

### Tarifs

Frais pédagogiques

- Sans prise en charge OPCO : 144€ HT/stagiaire
- Avec prise en charge OPCO : 204€ HT/stagiaire

Frais pension complète (optionnel si présentiel) ou restauration

- € HT/stagiaire

La Fédération n'est pas assujettie à la TVA.

### Références administratives

**N° SIRET** : 784 406 126 00044

**APE** : 9312Z

**N° déclaration d'activité** :  
11 94 08285 94

**Qualiopi** : Certificat B00359

- La formation a une durée de 12 heures répartie sur 2 journées en présentiel ou sur une succession de visioconférences (selon la programmation établie par la FFVolley), + 2 heures d'accompagnement collectif.

Chaque séquence peut alterner : Apport de connaissances, méthodes participatives, tables rondes, TP en petits groupes, travail en sous-groupes et échanges, travail vidéo, mise en pratique sous forme de conduite d'exercices, possibilité de suivi accompagnement individualisé, construction de documents, présentation orales individuelles ou en groupes.

### Modalités de positionnement

Un positionnement est effectué en amont de la formation, au travers d'un questionnaire individuel portant sur leur profil, leurs responsabilités, leurs attentes spécifiques. Ce questionnaire est ouvert aux formateurs, et abordé en ouverture de la formation.

### Modalités d'évaluation

Les candidats sont soumis à 1 épreuve de certification :

- Epreuve orale qui consiste à présenter une étude de cas réel effectué par le candidat lors de l'accompagnement collectif. Il devra établir le diagnostic d'une situation de stress collectif ou individuelle afin de déterminer et justifier les axes de travail qu'il a utilisé.

Si le candidat ne valide pas l'épreuve de certification il lui est proposé de suivre un complément de formation avant d'être soumis à une épreuve de rattrapage sur le même déroulement que l'épreuve initiale.

### Fin de formation

A l'issue de la formation, un certificat de réalisation, attestation de présence sont délivrés à chaque stagiaire dès la fiche émargements rendue et validée par le formateur.

Une attestation de fin de formation est délivrée par la Fédération une fois les mentions des épreuves de certification initiale ou de rattrapage délivrées.

Les mentions « Acquis », « Non acquis », « Ajourné », "Rattrapage" sont reportées sur l'espace personnel entraîneur du candidat.

====

