



**PRÉSENTIEL
DISTANCIEL
ASYNCHRONE**

FORMATION

DÉVELOPPER VOTRE CARRIÈRE

56H

OBJECTIF DE LA FORMATION

L'objectif principal d'une formation est de préparer les individus, notamment les joueurs, à interagir efficacement avec les médias tout en gérant leur image personnelle de manière stratégique. Cette double approche vise à leur permettre de maîtriser les interviews, conférences de presse et déclarations publiques tout en développant une marque personnelle authentique qui résonne avec les fans et attire les sponsors. En alliant communication médiatique et valorisation de leur image, les participants apprennent à maximiser leur impact médiatique et leur valeur en dehors du terrain, tout en renforçant leur attractivité pour les opportunités professionnelles et commerciales.



PROGRAMME DE LA FORMATION

Module 1 : Introduction au Media Training (5 heures)

- A quoi ça sert ?
- Pourquoi y faire attention ?
- Comprendre le paysage médiatique

Module 2 : Techniques d'interview et de réponse (4 heures)

-
-
-
-

Savoir se présenter
Les fondamentaux de l'interview
Répondre aux questions difficiles
Utilisation de messages clés

Module 3 : Gestion de crise et scénarios délicats (3 heures)

- Préparation à la gestion de crise
- Communication en situation de crise
- Rétablir l'image après une crise
- Étude de cas

Module 4 : Efficacité en club partenaire (4 heures)

-
-
-

Prenez conscience de votre personnalité
Adaptez votre style de communication
Construisez de meilleures relations avec les partenaires

Module 5 : Posture et communication non verbal (4 heures)

- Préparation visuelle
- Gestion du regard, des gestes et des expressions faciales
- Gestion de sa voix
- Entraînements pratiques de présentation visuelle

Module 6 : Optimiser ses performances (4 heures)

-
-
-

Gestion du mental
Posture après l'effort
Relaxation et respiration

Module 7 : Relation avec les différentes presse (4 heures)

- Prenez conscience des différentes communications dans la presse
- Décodez les actions, les paroles, le comportement
- Adaptez votre style de communication

PROGRAMME DE LA FORMATION

MODULE 1 : ÉVALUER SON IMAGE DE MARQUE

- Identifier qui on est (DISC)
- Comprendre mes attentes d'aujourd'hui et de demain

4H

MODULE 2 : OPTIMISER L'ÉQUILIBRE ENTRE VIE SPORTIVE ET VIE PERSONNELLE

- Stratégie pour gérer les exigences élevées du sport de haut niveau tout en préservant un équilibre sain dans sa vie personnelle
- Gestion du temps, des priorités et relation personnelles en dehors du sport

4H

MODULE 3 : VALORISER SON PROFIL ET NÉGOCIER DES PARTENARIATS

- Préparation et prise de contact avec des partenaires potentiels
- Conduire un entretien pour un partenariat futur
- Gérer les objections et conclure l'entretien

6H

MODULE 4 : SE METTRE EN LUMIÈRE

- Stratégie des réseaux sociaux
- Utiliser l'outil vidéo pour se mettre en valeur
- Gestion de ses réseaux (fil Instagram, LinkedIn, Tik Tok)

6H

MODULE 5 : AMÉLIORER LA CONCENTRATION ET LA RÉCUPÉRATION MENTALE

- Favoriser une préparation mentale efficace par des outils actifs de relaxation
- Gestion des pics de performances et de récupération

4H

MODULE 6 : ÉTUDE DE CAS

- Mise en place de cas pratiques différents qui sert d'évaluation

4H

PRÉREQUIS ET PUBLIC VISÉ

Aucun prérequis. Joueurs souhaitant développer leur image et leur attractivité marketing et la prise de parole

COMPÉTENCES ATTESTÉES

- 1 Analyser son profil et ses aspirations professionnelles pour identifier ses forces et ses axes de progression, et définir un positionnement personnel cohérent et valorisant en lien avec la marque employeur.
- 2 Identifier les enjeux liés à l'équilibre entre vie sportive et personnelle, analyser ses propres habitudes et contraintes, et mettre en œuvre des stratégies adaptées pour préserver sa santé et son bien-être.
- 3 Préparer et conduire des négociations en identifiant les intérêts des parties prenantes, construire des partenariats stratégiques durables et formaliser les accords en cohérence avec les objectifs de l'organisation.
- 4 Élaborer des contenus numériques adaptés, optimiser sa présence en ligne sur les plateformes professionnelles et valoriser son image en cohérence avec les valeurs de l'entreprise ou de son projet professionnel.
- 5 Préparer et adapter ses messages à destination des médias, répondre de manière pertinente lors d'interviews ou de prises de parole publiques, et gérer efficacement sa communication pour garantir une image professionnelle et maîtrisée.
- 6 Identifier les signaux et les risques d'une crise médiatique, préparer des messages adaptés, réagir de manière professionnelle lors d'interventions publiques ou face aux médias, et adapter sa communication afin de préserver l'image de l'organisation.
- 7 Identifier les enjeux et les attentes d'un club partenaire, coordonner efficacement les actions en lien avec ce dernier, optimiser la communication et développer une collaboration pérenne pour renforcer l'impact des projets communs.

ACCESIBILITÉ

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

Nos intervenants adaptent les rythmes, temps de formations et les modalités pédagogiques en fonction des différentes situations de handicap.

Si vous êtes en situation de handicap, contactez notre référent handicap M. LASVIGNE par mail contact@adjan.fr afin d'adapter au mieux la formation à vos besoins spécifiques.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Évaluations formatives : QCM, comptes rendus...
- Évaluations sommatives : QCM, comptes rendus...
- Évaluation de satisfaction

MÉTHODES ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Apport de connaissances, mises en situation
- ▶ Accompagnement pendant la formation par un formateur
- ▶ Questionnement sur le forum BEEDEEZ
- ▶ Illustration de la formation avec des cas concrets (exemples pratiques tirés notamment des sanctions)

ATTESTATION

Une attestation de formation vous sera délivrée à la fin de la formation sous les conditions suivantes : Assiduités, réalisation des évaluations

DURÉE DE LA FORMATION

Cette formation se déroule sur une période totale de 56h (évaluation comprise).

MODALITÉS ET DÉLAI D'ACCÈS

Inscription via notre convention de formation : au minimum 30 jours avant le démarrage de la session

Si prise en charge par un OPCO : vous devez en faire la demande à votre OPCO un mois avant le démarrage de la session.

Un test de positionnement avant la formation est effectué sous la forme d'un questionnaire afin de juger le niveau du stagiaire entrant.

Inscription via : contact@adjan.fr

CONTACTS :

03 72 60 60 31
contact@adjan.fr

TARIF :

Le coût de la formation est de : 2240€/HT

Version 1.0

17/11/25