



Cher
Eure-et-Loir
Indre
Indre-et-Loire
Loir-et-Cher
Loiret

Formation « Dirigeantes : osez s'engager ! »

13/05/2023 ; 10/06/2023 ; + 1 journée (date à définir avec le groupe)
MRESS, 6ter rue de l'Abbé-Pasty à Fleury les Aubrais

ORGANISATION PEDAGOGIQUE ET CONSIGNES



FORMATION

Dirigeantes : osez s'engager !

Formation organisée en partenariat avec Femix sports

La formation se déroulera en présentiel dans les locaux de la maison régionale de l'économie sociale et solidaire, 6ter rue de l'Abbé-Pasty 45400 Fleury-les-Aubrais

Il sera demandé à toute personne présente de respecter rigoureusement les consignes sanitaires en vigueur. Vous pouvez les consulter sur <https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

Le port du masque reste vivement conseillé.

PUBLIC VISE & PREREQUIS

Cette formation est destinée aux femmes ayant un engagement dirigeant bénévole ou salarié dans un club, comité départemental ou régional sportif de la région Centre-Val de Loire.

Maximum : 12 participantes.

OBJECTIFS DE FORMATION

1. Mieux se connaître pour gagner en impact et efficacité
2. Moi et les autres : gagner en efficacité et en management
3. Moi et l'équipe : mieux manager mon équipe en tant que dirigeante d'une association sportive

PLANNING DE FORMATION

21 heures de formation dispensées en 3 journée de 7 heures chacune.

Les journées 1 et 2 sont obligatoires. La journée 3 est facultative.

Cette programmation est prévisionnelle. Des changements pourront être opérés en fonction du contexte sanitaire et en fonction des disponibilités des différents intervenants.es.

Samedi 13 mai 2023 – 9h30/17h30

Objectifs pédagogiques :

- Savoir analyser et contrôler ses émotions
- Comprendre la dynamique du changement
- Connaître les bases des techniques et composantes de la communication
- Savoir utiliser la communication non violente
- Savoir dire non

Contenus :

- Notre réalité sociétale
- Place des femmes dans les instances dirigeantes d'association sportive
- Nos perceptions et celles des autres (la réalité dépend du point de vue de l'observateur)
- Résistances et phases du changement
- Les émotions et les comportements associés
- La communication verbale et non verbale : les mots, le ton, l'intention, les postures et le non-dit
- La communication non violente : le modèle OSBD
- Les principes et techniques de communication
- Oser dire non, dire non positivement

Samedi 10 juin 2023 – 9h30/17h30

Objectifs pédagogiques :

- Connaître le cercle relationnel d'une dirigeante d'association sportive
- Connaître les compétences d'une dirigeante
- Savoir analyser les besoins de son équipe
- Acquérir les bases du management : motiver, fixer des objectifs, déléguer, contrôler, gérer les conflits
- Connaître les bases pour piloter une réunion

Contenus :

- Qu'est-ce qu'être dirigeante ? Missions, activités, qualités
- Les besoins personnels de chacune et chacun (la pyramide de Maslow)
- Fixer des objectifs (SMART)
- Comment motiver son équipe
- Quoi et comment déléguer
- Contrôler pour motiver
- Recadrer ; jeu de rôle pour recadrer avec OSBD
- Les conflits : les causes ; les obstacles à la résolution de conflits ; les différentes attitudes face à un conflit ; comment en sortir ?
- Les états du moi : analyse transactionnelle
- Les grandes règles d'une réunion efficaces ; les différents types de réunion selon l'objectif

Date à convenir avec les participantes ayant participé aux niveau 1 & 2 et souhaitant continuer leur parcours de formation

Objectifs pédagogiques :

- Savoir utiliser le triangle dramatique (triangle de Karpman)
- Reconnaître les drivers d'un membre de son équipe
- Reconnaître les stades de maturité de son équipe
- Savoir reconnaître les comportements individuels lors d'une réunion

Contenus :

- Retours d'expériences sur les ambitions et réussites des participants suite au 2 premiers modules
- Comprendre le triangle dramatique ; utiliser l'empathie pour en sortir
- Les messages contraignants : les drivers ; répondre à leurs besoins
- Gérer le sac émotionnel : la culpabilité
- Femmes/ Hommes : ambition et stéréotypes
- Conditions pour une équipe efficace ; travail en groupe
- Les degrés de maturité des équipes
- Optimiser les réunions ; les besoins et les comportements en réunion

MODALITES PEDAGOGIQUES

La formation alternera des temps théoriques avec des temps de travail individuel ou collectif.
Des mises en situation seront organisées.

EVALUATION DES CONNAISSANCES

Un questionnaire d'évaluation des connaissances acquises sera réalisé à la fin de formation.

ALLEGEMENT DE FORMATION

Aucun allègement ne sera proposé sur cette formation.

INTERVENANTES

Formatrices qualifiées sur leurs expériences professionnelles et leurs parcours associatifs sportifs identifiées par Fémix sports.

ACCESSIBILITE

Pour toute question liée à l'accessibilité, il est indispensable de contacter la référente handicap du pôle formation du CROS CVL : Marie-Anne Tourault : formation.cvl@franceolympique.com

Des solutions seront envisagées collectivement entre l'organisme de formation et la stagiaire concernée.

PRIX

La formation est gratuite pour les participantes car prise en charge par les fonds conventionnels de la branche du sport ou par nos partenaires institutionnels.

Les frais annexes (restauration, transport, hébergement....) sont à la charge des participantes ou de leur structure.

Contacts

CROS Centre-Val de Loire

Organisme de formation enregistré sous le numéro 24450285345 auprès du préfet de la région Centre-Val de Loire

N° SIRET : 327 386 272 000 63

- Marie-Anne Tourault, CROS CVL, formation.cvl@franceolympique.com / 06.09.21.54.29

Le CROS Centre-Val de Loire est un organisme de formation certifié Qualiopi.

>>> INSCRIPTION <<<