

Concentration et Performance – Programme de la formation

CREPS
MONTPELLIER

Ouverture de l'Environnement Numérique de la formation

10 mai

Découverte autonome de l'ENT de formation

Visio de présentation de la formation et du premier module

17 mai - 13h à 14h

IMPORTANT

- Tous les **modules** sont accessibles dès le début de la formation
- Toutes les **visios** sont **enregistrées** et disponibles en **replay** sur l'ENT de la formation

Module 1 - Comprendre la concentration

Cours – Quiz - Atelier - débat

Activités de formation en ligne à réaliser en autonomie

Visio - Parole d'expert

21 mai - 13h à 14h

Visio – Synthèse module 1 et intro module 2

24 mai - 13h à 14h

Échéances et Dead-line

27 mai

Date limite de **dépôt** des travaux « comprendre la concentration »

30 mai

Date limite de **correction** des travaux « comprendre la concentration »

Module 2 – Entraîner la concentration au quotidien

Cours – Quiz - Atelier - débat

Activités de formation en ligne à réaliser en autonomie

Visio - Parole d'expert

28 mai - 13h à 14h

Visio – Synthèse module 2 et intro module 3

31 mai - 13h à 14h

Module 3 – Gérer la concentration en compétition

Cours – Quiz - Atelier - débat

Activités de formation en ligne à réaliser en autonomie

Visio - Parole d'expert

4 juin - 13h à 14h

Visio – Synthèse module 2 et bilan de la formation

7 juin - 13h à 14h

3 juin

Date limite de **dépôt** des travaux « gérer la concentration »

6 juin

Date limite de **correction** des travaux « gérer la concentration »

Finalisation des travaux

Fermeture de l'Environnement Numérique de la formation

13 juillet

4 badges de compétence à aller chercher