

# FPC MULTI-DISCIPLINE (WEBINAIRE I)

## IMAGERIE MOTRICE - LES FONDAMENTAUX

### OBJECTIFS

#### ÊTRE CAPABLE DE :

- Connaître le concept d'imagerie motrice
- Connaître les principales recherches scientifiques sur l'imagerie motrice
- Identifier les domaines d'application de l'imagerie motrice

### PUBLICS / PREREQUIS

Toutes disciplines, entraîneurs de niveau performance

### PROGRAMME DETAILLE

- **Connaître le concept d'imagerie motrice :**
  - Connaître les différentes manières de se représenter mentalement un mouvement
  - Etablir un profil sur les facilités et difficultés à l'utiliser
  - Appréhender les moyens d'évaluation et de contrôle de la qualité d'imagerie
- **Connaître les principales recherches scientifiques sur l'imagerie motrice :**
  - Connaître les fondements neurophysiologiques de l'imagerie motrice
  - Connaître les principaux ouvrages permettant de vulgariser l'utilisation de l'imagerie
  - Appréhender les différentes manières d'utiliser l'imagerie
- **Identifier les domaines d'application de l'imagerie motrice :**
  - Perfectionnement technique et apprentissage moteur, confiance en soi, anxiété, motivation
  - Stratégie et tactique
  - Rééducation fonctionnelle et réathlétisation

### METHODES PEDAGOGIQUES

- Apports théorique et illustrations pratiques dans les activités gymniques (acrobatiques et d'expression)

### MODALITES D'EVALUATION

Production de documents écrits  
Fiches synthétiques sur l'imagerie motrice

### FORMATEURS

- Aymeric GUILLOT, formateur et préparateur mental.
- Fanny GUY, master en neurosciences, attachée de recherche

### ORGANISATION

- **Mardi 21 janvier 2025**
- **10h00-12h00**
- **En visioconférence**
- **5 participants minimum (limité à 30)**

### TARIFS

- **69 €**

*Les frais pédagogiques et annexes (déplacement et séjour) sont à la charge de la structure/du participant  
Les formations de l'Académie sont éligibles aux financements de OPCO*

### INSCRIPTIONS

- **Avant le 31 décembre 2024, connectez-vous à votre espace licencié sur [ffgym.fr](http://ffgym.fr) puis [cliquez ici](#)**

*Délai de traitement : 3 semaines*

*L'accès à la formation peut faire l'objet d'adaptation pour les personnes en situation de handicap*

### CONTACT

[formation@ffgym.fr](mailto:formation@ffgym.fr)  
Référént handicap :  
[delphine.dignement@ffgym.fr](mailto:delphine.dignement@ffgym.fr)