



ATHLETIQ
FORMATION

Formation :

Captiver l'attention et
maintenir l'engagement
des apprenants

Captiver l'attention et maintenir l'engagement des apprenants

Objectifs de la formation :

- Comprendre les mécanismes de l'attention et de la motivation chez l'adulte
- Mettre en place des techniques pour capter et garder l'attention en formation
- Animer des sessions dynamiques et interactives
- Gérer la fatigue, les distractions et les décrochages

Prérequis :

- Avoir une expérience ou un projet de formation (même débutant)

Une pédagogie concrète et engageante :

Chez Athletiq Formation, l'apprentissage repose sur l'expérience concrète et l'implication des participants tout au long du parcours.

- Formation rythmée par des échanges, des exercices interactifs et des applications directes
- Séquences pédagogiques structurées pour faciliter la compréhension et la mémorisation
- Remise de supports pratiques pour prolonger l'apprentissage en autonomie
- Mises en situation inspirées du réel pour renforcer la capacité à agir sur le terrain

Suivi et évaluation des apprentissages :

- Avant la formation : un entretien ou questionnaire permet d'identifier les attentes, le niveau de départ et les objectifs des participants.
- Pendant la formation : des activités régulières (quiz, exercices pratiques, échanges dirigés) permettent de mesurer la progression et d'ajuster les apports si besoin.
- En fin de formation : une évaluation finale valide les acquis et l'atteinte des objectifs pédagogiques fixés.
- Suivi individualisé : un livret pédagogique retrace les étapes et les résultats de chaque stagiaire.
- Traçabilité : la participation est vérifiée par des feuilles de présence signées.

Public :

- Formateurs, coaches, enseignants, intervenants
- Toute personne animant des ateliers ou des formations en présentiel ou à distance

Durée :

7 heures – 1 jour

Sanction de la formation :

Attestation de fin de formation

Prix :

A définir sur devis

Modalités pédagogiques :

Formation en présentiel ou distanciel

Captiver l'attention et maintenir l'engagement des apprenants

Contenu de formation :

Comprendre les leviers de l'attention

- Comment fonctionne l'attention chez l'adulte ?
- Les 3 types d'attention à activer : cognitive, émotionnelle, motivationnelle
- Identifier les causes de perte d'attention en formation

Techniques pour capter et relancer l'attention

- L'art de commencer fort : accroches, brise-glace, teasers
- Le rythme : varier les formats, les temps, les énergies
- Interactivité : questions, sondages, partages d'expérience, jeux pédagogiques

Créer un climat d'apprentissage stimulant

- Donner du sens pour créer de l'engagement
- Gérer les silences, les décrochages et les participants passifs
- Maintenir la dynamique tout au long de la session

Outils pratiques et bonnes pratiques

- Outils simples pour engager en visio ou en salle
- Micro-exercices et activités de recentrage
- Planifier des "moments-clés" pour réveiller l'attention

