

# DEVELOPPEMENT PERCEPTIVO-COGNITIF

## & ASPECTS

## MENTAUX BY



DÉVELOPPEZ UN APPRENTISSAGE COGNITIF.

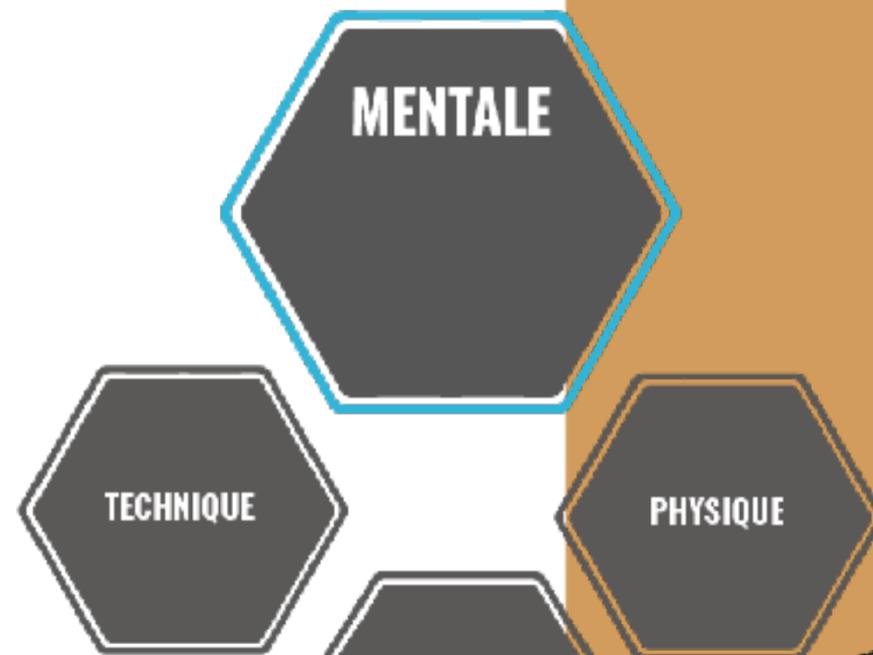


QUI SUIS-JE ?

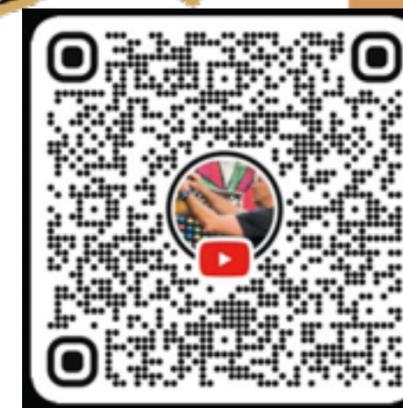
CREATEUR METHODOLOGIE  
COACH PLUS SKILLS MINDTRAIN & PLANETO

ARNAUD LABBÉ

20 ans entraineur en France et au Canada.  
Cadre Technique pendant 10 ans à la FFF.  
Optimisation de la performance depuis 10 ans  
Créateur de la Méthodologie Cognitive Mindtrain.  
Formateur sur le Pôle International de la FFF/  
FIFA.  
Entraîneur DES JEPS Football // CFCT FFF.



MINDTRAIN



PLAY, PRACTICE & PROGRESS



coach plus

WWW.COACHPLUS.FR





**coach plus**  
SKILLS

**MULTISPORT**



**COMMENT ACCOMPAGNER LES INDIVIDUS, LES ATHLÈTES et LES ENTRAINEURS sur le développement PERCEPTIVO-COGNITIF ?**

- SYSTEME ATTENTION et CONCENTRATION ( Neuro-moteur )
- METACOGNITION / PM ( connaissance de soi)

**#JOUEURS #JOUEUSES #ECOLE #SANTÉ #ETUDIANT**

**#APPRENTISSAGE**

**#PREFORMATION**

**#DEVELOPPEMENT**

**ENFANT**

**ADULTE**

**SENIOR**





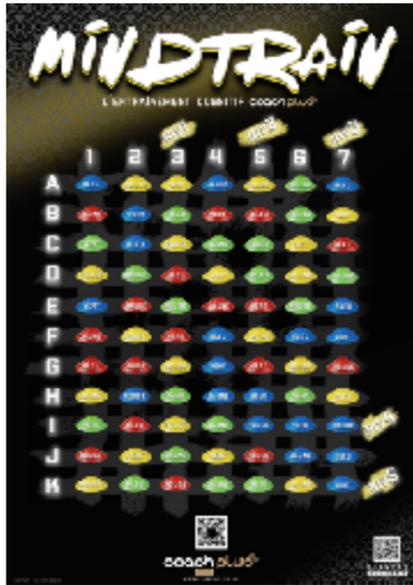
# MINDTRAIN POSTER

coach plus  
SKILLS



# PERCEPTION KIT

# MINDTRAIN TAPIS



## Objectif de la demande

Présentation Mindtrain : une méthodologie innovante en deux étapes :

- 1. Entraînement perceptivo-cognitif : amélioration du neuromoteur avec posters et tapis Mindtrain.
- 2. Individualisation & préparation mentale : intégration des tâches complexes ( Technique , Physique , cognitives , perturbation mentale via tâches complexes.)
- Formation en présentiel le contenu existant à améliorer suivant les études et résultats Entraînement et Metacognition. ( Entraîneurs et Clubs )
- Formation en distanciel pour un premier niveau Entraînement ( Entraîneurs amateurs et parents )
- Contexte : expérimentée avec enfants et athlètes, validée par plusieurs fédérations.
- Objectif : obtenir une évaluation scientifique interdisciplinaire en contexte multisport.

**#INNOVATION  
ENTRAINEMENT**

**#METHODOLOGIE  
COGNITIVE**

## Démarche possible

Étude interdisciplinaire avec 4 étudiants :

- - Master 2 entraînement (axe terrain multisport ).
- - Master 2 préparation physique ( axe performance ).
- - Master 2 psychologie ( axe cognition & mental; Protocole retour de commotions).
- - Master 2 Staps - APA ( axe santé, prévention adaptation )
- - Master 2 MEEF ( Amélioration attentionnel des enfants par le sport en milieu scolaire )
  
- Méthodologie :
  - - Comparaison groupe expérimental vs groupe contrôle.
  - - Outils de mesure : tests attentionnels, évaluations neuromotrices, indicateurs de performance, questionnaires psychologiques et métacognitifs.
- Objectif : valider l'efficacité Mindtrain sur le registre cognitif, moteur et psychologique.

**#INNOVATION  
ENTRAINEMENT**

**#METHODOLOGIE  
COGNITIVE**

## Études envisagées

- Cinq axes d'exploration scientifique :
- 1. Enfants et athlètes : impact sur attention, concentration; psychomotricité & performance sportive. ( écoles primaires et club de sport associatif )
- 2. Préparation physique : intégration dans programmes d'entraînement et performance avec charge cognitive.
- 3. Retour de blessure : rôle dans la rééducation et la réintégration au terrain.
- 4. Analyse psychologique & métacognition : effets sur stress, émotions et préparation mentale.
- 5. Prévention et seniors : contribution du protocole MINDTRAIN dans la prophylaxie cognitive pour retarder les effets liés au vieillissement ( Maintien des qualités motrices, Alzheimer, maladies neurodégénératives. )

**#INNOVATION  
ENTRAINEMENT**

**#METHODOLOGIE  
COGNITIVE**



## Développement Application Entraînement Cognitif

- Application iOS & Android : Application Mindtrain.
- Exercices multisport, challenges, quiz avec gamification
- Développement de 10 facteurs cognitifs (mémoire, attention, flexibilité mentale par signaux visuels, auditifs)
- Capsules vidéos pour accompagner enfants, athlètes, adultes et seniors & Formations des entraîneurs et enseignants.
- IA vidéo : analyse des mouvements, trajectoires, gestuelle par des objets connectés ( Lunette , Gps, etc ) .

**#INNOVATION  
ENTRAINEMENT**

**#METHODOLOGIE  
COGNITIVE**

