



## VISION & SPORT

Optimiser les performances visuelles  
lors de la pratique d'un sport

### OBJECTIFS DÉTAILLÉS

- Connaître l'impact de la vision sur les performances sportives
- Mettre en place un programme d'entraînement visuel

### PUBLIC & PRÉREQUIS

Professionnels du monde sportif, professionnels de la santé visuelle.

### PROGRAMME THÉORIQUE

- Acuité visuelle et troubles réfractifs
- Sensibilité aux contrastes
- Motricité oculaire
- Coordination œil/main
- Champ visuel central et périphérique
- Vision binoculaire et stéréoscopique
- Aptitudes visuelles et sport
- Plan d'entraînement visuel adapté

### PROGRAMME PRATIQUE

- Mesures indispensables pour la mise en place de l'entraînement visuel : acuité visuelle, réfraction, PPC, phories, acuité stéréoscopique
- Entraînement de l'acuité visuelle dynamique
- Amélioration des fonctions motrices monoculaires et binoculaires dynamiques
- Optimisation de la vision stéréoscopique et des vergences
- Travail sur la coordination œil/main et œil/pied
- Amélioration de la mémoire visuelle et de l'empan perceptuel
- Entraînement de flexibilité et de la facilité accommodative
- Prise de conscience de la vision périphérique
- Présentation de l'entraînement avec lunettes stroboscopiques



#### DURÉE

2 jours (14h)  
en présentiel



#### LIEU

A l'ISV-Formation ou sur site



#### TARIFS

A l'ISV : 840€ net de taxes\*  
Sur site : nous contacter

*\* Exonération de TVA au titre d'activités s'inscrivant dans le cadre de la Formation Professionnelle Continue.*



**INSTITUT DES SCIENCES DE LA VISION-FORMATION**

Formations supérieures en Optométrie

24 rue Robinson, 42100 Saint-Etienne  
info@isvision.fr / 04 77 95 31 70