

# COACH SPORTIF

## Module de spécialisation

### PUBLIC

Toute personne ayant suivi le programme complet d'Accompagnant professionnel ou Praticien(cienne) en thérapies brèves

### OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

Vous encadrez des usagers, dans la pratique de leur activité physique, en contribuant à améliorer leur bien-être physique ou mental. Au cours de cette formation, vous serez capable d'acquérir des outils, méthodes, protocoles spécifiques, pour obtenir des résultats concrets.

À l'issue de cette formation, le coach sportif sera capable d'aider des jeunes sportifs ou sportifs confirmés à :

- Se connaître et se reconnaître,
- Renforcer leurs acquis,
- Déclencher et maintenir la motivation, la détermination,
- Identifier leurs forces, leurs faiblesses, et les stratégies pour dépasser leurs limites,
- Développer la performance,
- Transformer leurs émotions limitantes, telle la peur, en boosters,
- Mettre ne place un programme d'accompagnement personnalisé,
- Évaluer leurs stratégies d'échec et de réussite.

Cette formation vous permettra d'intégrer la posture de coach sportif, les outils et techniques spécifiques à cette discipline, ainsi que les différents modes de communication de crise en entreprise.

### MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Questionnaire en ligne d'évaluation des besoins en amont de la formation. Apports théoriques et pratiques (cas concrets, exercices d'application, jeux de rôle). Alternance d'explications, de démonstrations et d'expérimentations directes des techniques après chaque module, en sous-groupes, binôme, permettant l'intégration immédiate des contenus. Mise à disposition de supports pédagogiques papiers et/ou numériques. Des Feedback, des pratiques et des révisions supervisées.

### ÉVALUATION & VALIDATION

En début de formation : évaluation diagnostique des connaissances. En cours de formation, des évaluations formatives seront réalisées par des mises en pratique et des feed-back individuels en fin de module. La formation sera sanctionnée par un test écrit et un certificat de suivi sera remis à chaque stagiaire.

### CODE FORMATION : SPE90

**PLUS-VALUE :** Formation coaching  
Démarche pragmatique orientée résultats

Accompagnement vers l'emploi

**PRÉ-REQUIS :** Accompagnant professionnel ou Praticien en thérapies brèves

**DURÉE :** 21 heures / 3 jours

**DATES :** Voir le calendrier

#### HORAIRES :

08h30-12h30 et 13h30-17h30

**LIEU :** Immeuble Montana – Parc d'activités de Jabrun – 97122 Baie-Mahault

#### INTERVENANT :

Formateur spécialiste de la préparation mentale

**NOMBRE DE PARTICIPANTS :** 4 à 8

#### SUIVI :

Feuille de présence signée par le Formateur et les stagiaires  
Évaluation continue  
Évaluation en fin de formation  
Questionnaire de satisfaction à chaud et à froid  
Attestation de présence  
Certificat de formation

**Les + :** Suivi sur 3 mois après la formation et retour d'expériences  
Session de révision et de supervision en individuel ou en groupe