

Coaching individuel - FEPB08BM

Mention

APAS	IEAP BTI	IEAP IEMH	IEAP FHIE	MS	EOPS
					X

Semestre d'étude

Master APAS				Master MS				Master EOPS				Master IEAP		Master IEAP		Master IEAP		Master IEAP		Master IEAP			
S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S3	S4	S3	S4	S3	S4		
										X													

Nature et volume du cours

Cours magistral (CM)	Travaux dirigés (TD)	Pédagogie Active	Travail Personnel Etudiant	Stage
12 h	h	h	h	semaines

Objectifs de l'enseignement

Cet enseignement vise à initier les étudiants aux principes et à la posture du coaching individuel en contexte de performance sportive, à partir d'un accompagnement personnalisé. Le cours repose sur des analyses individuelles réalisées avec chaque étudiant, afin de leur faire vivre concrètement les mécanismes du coaching, du suivi et de l'accompagnement de l'athlète.

L'objectif est de permettre aux étudiants de mieux se connaître en tant qu'athlètes et futurs professionnels, d'identifier leurs leviers de performance, leurs freins et leurs ressources, et de comprendre comment un accompagnement individualisé peut influencer la performance, l'engagement et la durabilité du parcours sportif. Le cours s'inscrit dans une approche humaine, réflexive et professionnalisante, directement issue du terrain du sport de haut niveau.

Mots-clés

coaching individuel, accompagnement de l'athlète, performance, posture du coach, suivi personnalisé, haut niveau

Compétences à acquérir

Comprendre les principes du coaching individuel en sport
 Identifier les besoins spécifiques d'un athlète
 Analyser les facteurs humains influençant la performance
 Adopter une posture d'écoute et d'accompagnement
 Mettre en lien dimensions mentale, sportive et professionnelle

Modalités d'évaluations envisagées (CC + SAE) :

100% SAE

Plan de cours :

I. Fondements du coaching individuel en sport

Différences entre coaching individuel et accompagnement collectif
 Rôle, posture et responsabilités du coach
 Spécificités du suivi en contexte de performance

II. Analyse individuelle et accompagnement personnalisé

Entretiens individuels et échanges personnalisés

Identification des leviers et freins à la performance

Compréhension du parcours sportif et personnel

III. Coaching individuel et développement de la performance

Construction d'un accompagnement adapté

Transfert vers la performance sportive et professionnelle

Réflexion sur la posture du futur intervenant EOPS

Bibliographie indicative :

Les enseignements déposés sur Ametice sont accompagnés d'une littérature très dense sur tous les aspects de cet enseignement.