

PROGRAMME DE FORMATION

Préparation SPORT ACADEMY

Durée : 9 mois

(Combinant les modules : Prépa Sport Academy, Entraînement, Éducation et Coaching)

Dates : Octobre à juin

Nombre de sessions : 1

Horaires : Du lundi au vendredi, de 8h30 à 13h et de 14h à 16h30

Lieu : INNOVA FORMATION, BRON

Introduction : La **Prépa Sport Academy** est une formation immersive pour devenir **coach sportif, éducateur, ou entraîneur**, adaptée aux jeunes et adultes en reconversion. Ce programme combine cours théoriques, ateliers pratiques et accompagnement personnalisé pour acquérir les compétences en encadrement, gestion de groupes, et adaptation aux publics. Avec un réseau de partenaires, il facilite l'accès aux stages et rencontres professionnelles, assurant une transition vers une carrière réussie dans le sport.

Réseau professionnel / Les avantages avec Metisports : Metisports bénéficie d'un large réseau de professionnels et de structures sportives partenaires, incluant des clubs, associations, et salles de sport. Ce réseau offre aux participants des opportunités de stages, d'alternance, et de débouchés variés. Grâce à ces partenariats, les stagiaires accèdent à des stages immersifs et des rencontres régulières avec des experts, facilitant ainsi leur intégration professionnelle dans le secteur sportif.

Objectif de la Formation : La Prépa Sport Academy prépare les participants à intégrer le secteur du sport en tant que coach sportif, éducateur, ou entraîneur sportif. Cette formation vise à développer des compétences techniques, pédagogiques et relationnelles pour encadrer des activités sportives adaptées à différents publics.

Les objectifs principaux sont :

- Former des professionnels polyvalents capables d'encadrer des séances sportives, de gérer des groupes et d'accompagner les pratiquants de manière personnalisée.
- Acquérir des connaissances en préparation physique, sécurité, et psychologie du sport, indispensables pour une pratique sécurisée.
- Faciliter l'insertion professionnelle par des stages, alternances et rencontres professionnelles, tout en préparant aux certifications clés (PSC1, TEP, CQP Fitness).

En combinant théorie, pratique et accompagnement personnalisé, la Prépa Sport Academy aide les participants à atteindre un haut niveau de compétence pour une carrière réussie dans le sport.

Niveau : Débutant à Intermédiaire — Cette formation est conçue pour accueillir des participants sans prérequis techniques particuliers, qu'ils soient jeunes, adultes en reconversion, ou toute personne motivée par une carrière dans les métiers du sport.

Public visé : Personnes de 16 ans et plus, passionnées par le sport, désireuses d'acquérir des compétences dans l'encadrement sportif et l'accompagnement personnalisé.

Prérequis

- **Âge minimum** : 16 ans
- **Motivation** à intégrer une formation dans les métiers du sport
- **Condition physique** : Une bonne condition physique de base est recommandée

Qualités

- Passion pour le sport et dynamisme
- Rigueur et patience
- Adaptabilité et empathie
- Qualités relationnelles et sens de l'écoute
- Capacité à encadrer et motiver des groupes

Descriptif de la formation : La **Prépa Sport Academy** est une formation de 9 mois pour devenir **coach sportif, éducateur, ou entraîneur**. Structurée en quatre modules, elle combine théorie, pratique, et accompagnement personnalisé :

1. **Préparation de base (3 mois)** : Découverte des métiers, encadrement de groupes, certification PSC1.
2. **Entraînement et Performance (2 mois)** : Techniques de préparation physique et suivi de performance.
3. **Éducation et Animation (2 mois)** : Pédagogie pour l'encadrement et gestion de groupe.
4. **Coaching Sportif (2 mois)** : Coaching individuel, relation client, et certifications.

Avec des cours, ateliers pratiques et études de cas, la formation est immersive et connectée au milieu sportif, offrant stages et rencontres professionnelles pour une insertion réussie.

Objectifs Pédagogiques : Les objectifs de la Prépa Sport Academy sont de préparer les participants aux métiers de coach sportif, éducateur, et entraîneur :

- Encadrement sportif : Compétences en gestion de groupes, animation, et sécurité.
- Préparation physique : Planification et adaptation des entraînements selon les besoins.
- Compétences relationnelles : Pédagogie, motivation, et relation de confiance.
- Gestion et organisation : Bases administratives et organisation d'activités.
- Certifications : Obtention du PSC1, TEP, et CQP Fitness.
- Insertion professionnelle : Accès à des stages et réseau professionnel pour une intégration réussie.

La formation combine théorie et pratique pour préparer efficacement les participants à une carrière dans le sport.

Méthodes et Moyens Pédagogiques : La Prépa Sport Academy propose un apprentissage dynamique adapté au métier.

Méthodes Pédagogiques

- Cours interactifs : Théorie en préparation physique, pédagogie sportive et anatomie.
- Ateliers pratiques : Simulations d'encadrement, coaching, et mises en situation réelle.
- Études de cas : Analyse de scénarios concrets pour développer la prise de décision.
- Travail en groupe : Apprentissage collaboratif et gestion de groupe.
- Suivi individualisé : Feedback régulier pour ajuster la progression.

Moyens Pédagogiques et Techniques

- Supports numériques : Accès à une plateforme en ligne avec ressources et vidéos.

- Équipements sportifs : Matériel pour exercices pratiques.
- Salle équipée : Espaces adaptés pour cours théoriques et visuels interactifs.
- Outils de suivi : Logiciels pour la planification et le suivi des performances.
- Réseau de partenaires : Stages pratiques et échanges avec des professionnels.

Contenu de la Formation : La Prépa Sport Academy est une formation de 9 mois en quatre modules pour les métiers de coach sportif, éducateur, et entraîneur.

1. Préparation de Base (3 mois)
 - Introduction aux rôles (coach, éducateur, entraîneur)
 - Encadrement et gestion de groupes
 - Premiers secours (PSC1)
 - Préparation aux TEP
2. Entraînement et Performance (2 mois)
 - Planification des entraînements
 - Techniques de préparation physique
 - Suivi et évaluation de performance
 - Bases en anatomie et physiologie
3. Éducation et Animation (2 mois)
 - Techniques d'animation pour divers publics
 - Sécurité et gestion de groupes
 - Planification d'activités sportives
 - Préparation aux stages pratiques
4. Coaching Sportif (2 mois)
 - Coaching individuel et relation client
 - Planification d'entraînements personnalisés
 - Préparation aux certifications (CQP Fitness)

Ce programme complet alterne théorie, pratique et expériences immersives pour développer des compétences professionnelles.

Équipe pédagogique : L'équipe pédagogique de la Prépa Sport Academy est composée de professionnels qualifiés et expérimentés dans le domaine du sport et de l'encadrement sportif. Ces experts mettent à profit leur expérience terrain et leur expertise pédagogique pour assurer un enseignement de qualité, adapté aux besoins des participants et aux réalités du secteur sportif.

Approche pédagogique de l'équipe : Chaque formateur utilise une approche pédagogique interactive, centrée sur l'accompagnement et le suivi personnalisé des participants. L'équipe favorise l'apprentissage par la pratique, en proposant des ateliers, des mises en situation et des retours réguliers pour assurer une progression optimale et préparer efficacement les stagiaires à une insertion professionnelle réussie. Cette diversité et complémentarité des compétences de l'équipe pédagogique permettent aux participants de bénéficier d'un apprentissage complet et pratique, couvrant tous les aspects des métiers du sport.

Dispositif de Suivi et d'Évaluation : La Prépa Sport Academy assure un suivi structuré pour accompagner chaque participant et garantir l'acquisition des compétences nécessaires.

Suivi pédagogique

- Accompagnement personnalisé : Suivi individuel avec retours réguliers.
- Bilans intermédiaires : Évaluations à la fin de chaque module.
- Suivi post-formation : Aide à l'insertion professionnelle (recherche d'emploi, conseils).

Évaluation

- Évaluations continues : Tests théoriques et pratiques.
- Mises en situation : Simulations d'encadrement et coaching.

- Examens finaux : Évaluation des acquis par module.

Certification

- PSC1 : Premiers secours.
- Préparation TEP : Tests physiques pour certifications.
- CQP Fitness : Accompagnement vers la certification de coach sportif.

Ce dispositif garantit progression, compétences renforcées, et préparation aux métiers du sport.

Certification

- **PSC1** : Attestation de compétences en premiers secours.
- **TEP** : Préparation et inscription
- **DIPLOMES FEDERAUX** : préparation et inscription
- **TESTS TECHNIQUES CQP FITNESS** : préparation et inscription

Débouchés Professionnels : La Prépa Sport Academy offre aux participants les compétences pour divers métiers dans le sport :

- Coach sportif : Encadrement personnalisé en salle, structure sportive ou indépendant.
- Educateur sportif : Animation de groupes pour tout public dans clubs et associations.
- Entraîneur : Préparation physique et gestion de progression pour athlètes.
- Animateur loisirs : Organisation d'activités sportives en centres de vacances, MJC.
- Personal trainer : Coaching individuel à domicile, en salle ou en ligne.
- Assistant de gestion : Administration et relation client en structure sportive.
- Préparateur physique : Optimisation de la performance d'athlètes (avec spécialisation).

Cette formation prépare efficacement aux certifications et à une carrière réussie dans le secteur sportif.

Suivi Post-Formation : La Prépa Sport Academy propose un suivi pour accompagner les diplômés dans leur insertion professionnelle.

Insertion professionnelle

- Aide à la recherche d'emploi : Conseils et opportunités avec les partenaires sportifs.
- Ateliers CV et entretiens : Optimisation de la présentation et préparation aux entretiens.
- Réseau professionnel : Accès à des partenaires et anciens diplômés.

Suivi personnalisé

- Bilan de compétences : Évaluation et recommandations pour l'évolution.
- Coaching : Suivi avec mentor pour les premiers mois de carrière.
- Événements et ateliers : Participation à des formations continues et rencontres pro.

Critères d'entrée pour l'évaluation : Les participants doivent respecter ces critères pour évaluation dans la **Prépa Sport Academy** :

1. **Participation active** : Engagement constant dans les cours et ateliers.
2. **Respect des consignes** : Adhésion aux règles de sécurité et directives.
3. **Validation des compétences** : Réussite aux évaluations théoriques et pratiques.
4. **Progression physique** : Amélioration continue de la condition physique.

Ces critères assurent une progression optimale et l'acquisition des compétences essentielles.

Personnalisation de la Formation : Chaque participant de la Prépa Sport Academy bénéficie d'un suivi individualisé pour adapter la formation à ses besoins et objectifs.

- Évaluation initiale : Identification des forces et axes d'amélioration.

- Plan personnalisé : Modules ajustés selon les compétences et ambitions (coaching, éducation sportive, préparation physique).
- Feedback régulier : Suivi et conseils pour guider la progression.
- Orientation vers stages : Opportunités alignées avec les projets de chaque participant grâce au réseau Metisports.

Cette personnalisation aide chaque participant à progresser à son rythme et à atteindre ses objectifs professionnels.

Conditions d'Accès et Modalités d'Inscription

- **Inscription** : Remplir le dossier de candidature sur le site Metisports
- **Entretien** : Validation des motivations et prérequis lors d'un entretien d'admission
- **Confirmation** : Inscription définitive après validation de l'entretien et paiement des frais de formation

Conclusion : La Prépa Sport Academy est une formation immersive et complète pour devenir coach sportif, éducateur, ou entraîneur. Ce programme intensif allie théorie, pratique, et accompagnement personnalisé, offrant les compétences et certifications essentielles pour évoluer dans le sport. Avec un réseau professionnel et un suivi post-formation, il garantit une insertion réussie et transforme une passion en une carrière durable.

Contact pour plus d'informations :

- **E-mail** : formation@metisports.com
- **Téléphone** : 04 78 95 35 48
- **Site web** : www.metisports.com