INTITULE DE l'ACTION : Corps et entrainement, corps et coaching

DATES & HORAIRES DU/DES MODULE(S) (si plusieurs programmations, indiquer les différentes dates et horaires prévus J1, J2 et J3) : 9, 10 et 11 juin

NOM DE LA DIMENSION : Humaine

NOM DU CHEF DE PROJET : Le Meur Yann

Objectifs pédagogiques* :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable d'identifier les différents processus corporels mis en œuvre dans la relation entraineur-entrainé, coach-coaché orientée performance sportive

Programme détaillé* :

La formation permettra d'identifier l'implication du corps de l'entraineur (du coach) à l'entrainement (en coaching) et de travailler les axes de travail relatifs au corps de l'entraineur (du coach) (et en échos ceux à travailler chez l'entrainé (le coaché)).

Profils formateurs :

- Yann Le Meur (INSEP): « Après avoir obtenu un Doctorat en sciences physiques et un master en Psychologie du Sport, mené une carrière de joueur de rugby (Racing Club de France ; Bègles ; International de 1992 à 1998) et exercé le métier de manager en entreprise (IBM, EDF ; Encadrement d'équipe jusqu'à 1250 personnes) ou de coach pour les joueurs et anciens joueurs professionnels de rugby (Provale (Union des Joueurs de Rugby Professionnels)), Yann assure la direction pédagogique et scientifique de l'Executive Master « Trajectoire Manager Sport » (EM TMS) de l'INSEP (Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance) et accompagne les athlètes, les entraineurs et les managers dans des contextes à forts enjeux.

  Sa singularité réside essentiellement dans l'animation des individus et des collectifs afin qu'ils produisent, à partir de leurs propres expériences, de la performance en garantissant le lien entre habiletés humaines et agilité des organisations. »

- François LECASTREC (FF Voile) : « Tour à tour athlète, kinésithérapeute, préparateur physique, Entraineur National, coach, François Le Castrec pilote le développement des habiletés mentales et physiques auprès de l'Equipe de France de voile olympique. Il complète son expérience de terrain en lient la typologie jungienne et les préférence motrices, l'espace, la variabilité de fréquence cardiaque, les mouvements oculaire, la méditation. « Bottom up ou top bottom », sa conviction est que les voies d'approches sont multiples et qu'elles sont à explorer vers la performance en respectant la singularité de chacun. »

Description* :

- 3 jours 10h-18h30, 9h-19h, 9h-16h (temps de déjeuners 1h30)
- INSEP
- 12 stagiaires

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement :

- La pédagogie d'apprentissage est principalement centrée sur des mises en situation. A cette fin une tenue souple est nécessaire.
- Les connaissances théoriques seront apportées en cours de formation, les expériences de chacun venant les animer.
- Un questionnaire pré-module permet d'identifier les attentes et besoins des participants en amont de la formation.
- Un bilan de la formation est effectué au cours de la dernière ½ journée de formation ; il est complété par l'envoi d'un questionnaire de satisfaction.

Conditions spécifiques* :

Public visé :

- Cette formation s'adresse aux entraineurs ou aux coachs.
- Elle s'adresse en priorité à un public confirmé évoluant dans le monde de la performance sportive.

Contact :

Cécile MORLET

cecile.morlet@insep.fr - 01 41 74 43 38