

Entraîneur/-euse de sport d'élite DF

entraîner, encourager, accompagner, encadrer, préparer

Les entraîneurs et entraîneuses de sport d'élite encadrent les athlètes. Grâce à leurs connaissances spécifiques au sport, à leur expérience et compétences méthodologiques, ils entraînent les sportifs d'élite dans le cadre d'un processus ciblé. Ils les dirigent de manière globale (sur le plan technique, personnel et organisationnel) et veillent au développement de leurs performances.

Les entraîneurs et entraîneuses accompagnent des enfants, adolescents et adultes dans des sports et disciplines. Leur travail vise à les amener à l'élite nationale ou internationale. Ils élaborent et dirigent des entraînements qu'ils adaptent aux capacités, à l'âge, au niveau et aux besoins

individuels des sportifs. Ils encouragent leur force mentale et élaborent avec eux des stratégies pour gérer leur concentration, leurs émotions et leur confiance en eux.

La préparation optimale de leurs protégés aux compétitions et aux championnats nationaux et internationaux fait en outre partie des tâches principales des entraîneurs. Ils mettent en œuvre toutes leurs compétences, leur expérience et leur intuition avant, pendant et après, afin que les athlètes puissent exploiter tout leur potentiel au moment décisif. Pour ce faire, ils utilisent les briefings, les pauses et les débriefings pour le coaching vers la meilleure performance possible et son évaluation.



Quoi et pourquoi?

- ▶ Afin que l'équipe nationale de football puisse participer à la Coupe du monde, l'entraîneur de sport d'élite tient compte des exigences coordinatives et techniques, psychiques et tactiques lors de la mise en place de l'entraînement.
- ▶ Afin que le sportif de haut niveau puisse agir avec succès de manière autonome, l'entraîneuse de sport d'élite se concentre sur l'optimisation de son autocontrôle et active ses ressources et ses points forts.
- ▶ Afin de tirer le meilleur parti de ses athlètes, l'entraîneur de sport d'élite tient compte de leurs facteurs personnels tels que la condition physique, la santé, l'alimentation et la récupération.
- ▶ Afin d'optimiser les performances des personnes qu'elle encadre, l'entraîneuse de sport d'élite travaille également en étroite collaboration avec d'autres spécialistes, comme des physiothérapeutes ou des psychologues du sport.

Les faits

Admission En passant l'examen: Brevet fédéral d'entraîneur de sport de performance ou formation équivalente et au moins 1600 heures d'activité d'entraîneur avec des athlètes de cadre dans le domaine de la relève ou de l'élite. Recommandation de Swiss Athletics, qualification pratique jugée suffisante par des experts de la fédération et 3 bilans avec un Coach Developer. Attestation de stage (au moins 60-80 heures de travail) à un niveau reconnu par la fédération sportive ainsi qu'une formation reconnue dans le domaine des premiers secours/sanitaires.

Formation Formation continue en cours d'emploi (entre 22 et 70 jours) sous forme de modules. Le responsable de Swiss Athletics et la Formation des entraîneurs définissent les modules que le/la candidat(e) doit suivre. Remarque: les frais de cours sont partiellement pris en charge par la Confédération.

Les aspects positifs Les entraîneurs et entraîneuses de sport d'élite mènent leurs protégés au succès et contribuent à donner une image positive du sport et de la Suisse en Suisse et à l'étranger. Ils ont un rôle de modèle à jouer dans la promotion d'un sport sain, loyal et respectueux.

Les aspects négatifs Les horaires de travail sont souvent irréguliers. Les engagements en soirée et le week-end, les camps d'entraînement et les voyages de compétition peuvent être stressants. Le marché du travail est limité et les changements de personnel sont fréquents.

Bon à savoir Les entraîneurs et entraîneuses de sport d'élite travaillent souvent pour des associations, des clubs ou des fédérations, par exemple en tant qu'entraîneur principal, entraîneur de discipline ou entraîneur adjoint. On les rencontre souvent sur les terrains d'entraînement ou les sites de compétition.

Profil requis

	avantageux	important	très important
empathie, capacité à travailler en équipe	■	■	■
intérêt pour le sport et l'exercice physique, compétences pédagogiques	■	■	■
persévérance, discipline	■	■	■
qualités de dirigeant, capacité de communiquer	■	■	■
réflexion analytique, pensée en réseau, sens de l'observation	■	■	■
résilience, constitution robuste	■	■	■
sens des responsabilités	■	■	■
talents organisationnels	■	■	■
volonté de faire un effort, ferveur	■	■	■
volonté de travailler selon un horaire irrégulier	■	■	■

Plans de carrière

↑	Spécialiste du sport HES (HEFSM), enseignant/e de sport EPF (Bachelor ou Master)
↑	Directeur/-trice d'école de sport DF (diplôme fédéral)
↑	Entraîneur/-euse de sport d'élite DF
↑	Entraîneur/-euse de sport de performance BF ou titre équivalent (voir admission)