

# Les attentes d'un éducateur sportif

PROSPORT CONCEPT – BP AF mention A  
Pauline De Molder

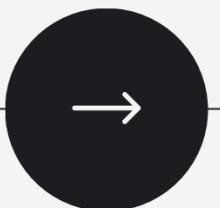
VERSION 2024

Sources:

Sport, Ecole, Société, la part des femmes A. Davisse – C. Louveau

L'enfant et le sport, Marc Durand

Référentiels Jeunesse & Sports, site officiel



**"L'éducateur sportif joue un rôle déterminant dans la construction identitaire du pratiquant puisque par sa mise en jeu l'éducateur vise avant tout sa mise en JE"**

**Sport, Ecole, Société, la part des femmes**

**A. Davisse - C. Louveau**

---

# DÉFINITION de l'éducateur

Personne qui éduque, qui a la charge de développer physiquement, intellectuellement, moralement un individu.

# DÉFINITION de l'Animateur

Personne qui anime un groupe, une activité  
donner de la vie, donner envie

---

# DÉFINITION de l'entraîneur

Personne qui entraîne, prépare le sportif dans l'atteinte d'un objectif ciblé.

Cette préparation passe par une phase de planification et programmation.

---

Un métier professionnel qui engendre un nombre de responsabilités à assumer



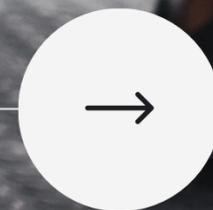
- Être en possession du diplôme (posséder les compétences reconnues)
- Connaître le public confié (ses caractéristiques)
- Être ouvert à toute évolution de la profession (se former)





# Les qualités de l'éducateur sportif

AF mention A



- Être ponctuel
- Se montrer disponible
- Être réceptif: savoir écouter et observer
- Dynamique, souriant, de bonne humeur
- Être avenant, avoir un bon relationnel et créer le contact



- Anticiper la préparation de ses cours en amont
- Être professionnel
- Être polyvalent: compétent dans les différents domaines d'activité
- Avoir une forte capacité d'adaptation face un imprévu (pbm sono, micro, remplacement imprévu)





## Accepter les contraintes du métier

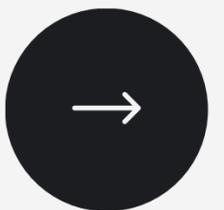
- Horaires/Planning
- Cours imposés
- Précarité du travail
- Lieux de travail différents
- Privilégier sa condition physique pour son métier au détriment de ses loisirs/sports de compétition
- POKER FACE du sourire

# HYGIÈNE DE VIE

Le corps est le 1er outil de travail, l'ES devra:

Manger équilibré, s'hydrater et gérer les excès

- Privilégier ses entraînements pour sa condition physique de coach
- Éviter le sur-entraînement
- Prévenir les blessures





# Des règles simples en cours

(pour soi-même et les pratiquants)

- Ponctualité
- Chaussures propres/serviette
- Veiller au respect du matériel
- Faire ranger le matériel utilisé
- Faire respecter les règles d'hygiène
- Veiller au respect des adhérents entre eux
- Limiter l'usage du téléphone (uniquement à la musique)

# Les clés du métier

- Préparer sa séance
- Soigner sa technique et son rôle modèle
- Adapter son coaching
- Être en connexion avec son public
- Faire vivre une expérience à chaque cours



# Préparer sa séance

---

## Construire son cours par écrit à l'avance

- Pédagogie
- Musique
- Paramètres d'efforts
- Matériel...

---

## Connaître son public

- Définir ses caractéristiques et adapter les exercices proposés

---

## Définir le/les objectif(s), sous-objectifs de séance

- en fonction du domaine d'activité et du public

# Technique et rôle modèle

---

Soigner son apparence, sa tenue, représenter physiquement le métier (tout en restant soi-même)

---

S'entraîner pour avoir une bonne condition physique dans le domaine d'activité pour lequel vous enseignez: être expert

---

Viser la technique parfaite pour les cours que vous proposez:  
RÔLE MODÈLE

# Coaching

---

Anticiper les outils qui vont aider au coaching (micro, gestion de l'espace, lumières, sono...)

---

Repérer les nouveaux pratiquants, les accueillir, les questionner, établir un premier lien

---

Se montrer disponible avant même le début du cours, apporter des consignes personnalisées destinées aux débutants

# Coaching

---

Donner la bonne  
consigne au bon  
moment

S'adapter

Réguler

Féliciter

---

Être exigeant sur les  
règles de sécurité et  
orienter ses consignes  
pour maintenir  
l'intégrité physique de  
son public

---

Être positif :  
donner des consignes  
positives et valoriser  
ses pratiquants

# Coaching



Placement  
Exécution  
Respiration  
Sécurité/correction  
Sensation  
Motivation



Amener les  
pratiquants plus  
compétents dans la  
pratique et leur  
apporter des éléments  
techniques



S'auto-évaluer (savoir  
se remettre en  
question)  
Évaluer ses  
pratiquants

# Connexion



Créer de la connexion  
entre soi-même et ses  
pratiquants: regard,  
sourire, prénom,  
consigne  
personnalisée



Créer de la connexion  
entre les pratiquants,  
fédérer un groupe



Se montrer disponible  
avant, pendant, après  
le cours

# Connexion

---

Rester soi-même, être vrai(e), s'ouvrir aux pratiquants

---

Jouer avec la variation de sa voix, la musique, le son, les lumières et tout ce qui peut aider à animer

---

S'adapter à chaque pratiquant, son caractère, ses capacités, ses pathologies...

# Fitness magic

---

Créer un rendez-vous  
immanquable avec  
votre cours :  
être un leader pour  
votre groupe

---

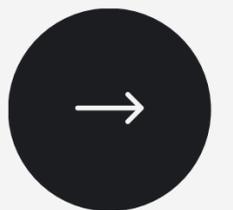
Ce sont tous les  
éléments cités  
précédemment qui  
vont créer ce Fitness  
magic

---

Vivre des émotions en  
musique  
Créer une cohésion de  
groupe

Quelque soit le domaine d'activité, votre public vient pratiquer en groupe pour:

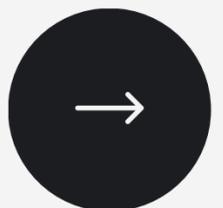
- Se divertir, s'amuser, prendre du plaisir
- Se changer les idées, se vider la tête, évacuer le stress
- Établir du lien social, faire des rencontres



L'essence du métier est donc liée au relationnel, l'ES doit être vecteur de:

- CONNEXION (avec les pratiquants et entre eux)
- ANIMATION

Tout en respectant le cadre sécuritaire du domaine d'activité



# Comment faire une séance ?

## DÉFINIR LES BASES:

- LE DOMAINE D'ACTIVITÉ
- LE PUBLIC
- LES OBJECTIFS / SOUS-OBJECTIFS
- LE TEMPS DE SÉANCE
- LE MATÉRIEL/LES BESOINS



# En conclusion

- Un métier passionnant qui demande d'être passionné
- Un métier qui demande beaucoup de travail, de la rigueur et du sérieux tout en étant un métier plaisir
- Une profession en constante évolution donc stimulante

