

Moniteur sportif : entraîneur (ancien niveau 3)

RÉF | 2853

OBJECTIF ET CONTENU

Objectif

Le Moniteur Sportif "**Entraîneur**" aura comme rôle essentiel de :

- Faire prendre du plaisir dans l'entraînement et la compétition
- Former, éduquer et entraîner à la compétition
- Développer et renforcer les facteurs techniques et tactiques de l'activité
- Former, éduquer et optimiser l'entraînement
- Maximaliser l'intégration des qualités mentales, cognitives et émotionnelles dans l'entraînement et la compétition
- Intégrer et renforcer les qualités physiques dans l'entraînement et la compétition
- Détecter et sélectionner le talent sportif
- Implémenter son action dans une programmation collective

Public cible :

- Tous les âges (distinction entre activités à maturation précoce et tardive)
- Sportifs en phase de systématisation d'entraînement
- Sportifs en phase d'optimisation d'entraînement
- Top niveau national, international

Cadres d'intervention :

- Clubs (équipes structurées, cellule d'entraînement à orientation compétitive, ...)
- Programmes ADEPS d'entraînement, de développement et de renforcement de haute performance
- Fédérations sportives communautaires, nationales et/ou internationales

Programme

Etapes pour devenir "Moniteur sportif entraîneur" :

- Cours généraux "Entraîneur" (téléchargeables sur le site de l'ADEPS)
 - Cadre institutionnel du sport européen et du sport mondial
 - Lutte contre le dopage 2/2 - entre prévention et répression

3 : Concevoir, planifier et réguler l'entraînement à court, moyen et long terme

4 : Planifier et évaluer des compétitions

5 : Efficacité en entraînement et en leadership

6 : L'accompagnement de l'athlète tout au long de sa vie

7 : Optimisation des facteurs physiologiques de l'activité et de la performance sportive

8 : Optimisation des facteurs biomécaniques de l'activité et de la performance sportive

9 : Optimisation des facteurs neuro-musculaires de l'activité et de la performance sportive

10 : Optimisation des facteurs nutritionnels de l'activité et de la performance sportive

11: Optimisation des facteurs psychologiques de l'activité et de la performance sportive

12 : Rôles de l'entraîneur dans les diagnostics, traitements et suivi de pathologies sportives

13: Prévention et prophylaxie dans les gestes et les performances sportives

14: Notions de gestion de relations avec le sportif et son environnement

- Cours spécifiques à la discipline choisie : 60 heures de cours spécifiques (minimum) sont organisés par la Fédération liée à la discipline choisie (contacter la fédération compétente dans la discipline sportive choisie - [liste disponible sur le site de l'ADEPS.](#))
- Stages didactiques spécifiques à la discipline choisie : des stages didactiques (20 heures) sont organisés par la fédération compétente dans la discipline sportive choisie (liste disponible sur le site de l'ADEPS).
- L'homologation / la certification du brevet par l'Administration générale du Sport (Adeps)

Certification(s) visée(s)

Brevet de l'ADEPS, homologué par la Fédération Wallonie-Bruxelles

Type de formation [Institutionnel](#)

ORGANISATION

Début

La date de la prochaine session sera précisée dès la reprise des inscriptions.

90€ (cours généraux) + 15€ (homologation du brevet) +

Coût coûts cours spécifiques

CONDITION D'ADMISSION

Prérequis administratifs

- Avoir obtenu les brevets de "Moniteur sportif initiateur" et de "Moniteur sportif éducateur"
- Avoir 21 ans minimum au plus tard le jour de l'examen des cours généraux
- Avoir minimum 3 années d'expérience avérée dans l'encadrement sportif et dans le champ de compétences d'un Niveau 2 ou d'un Moniteur Sportif Educateur

EN PRATIQUE

Pour s'informer et postuler

Il n'y a pas d'inscription actuellement.

Informez-vous des prochaines inscriptions sur le [site internet de l'ADEPS](#)

Organisme

ADEPS - Administration générale du sport
Boulevard Léopold II, 44
1080 Bruxelles
Tél: 02/413.20.76
<http://www.sport-adeps.be/>