

## Activité Formation

### La vie d'un sportif de haut niveau, du rêve à la réalité...

■ ■ ■ Destiné aux sportifs en formation, ce module prépare le jeune à sa vie au sortir du centre de formation et à son entrée dans le monde du travail : comprendre le milieu du sport professionnel et appréhender sa réalité quotidienne, savoir définir son projet de carrière sportive, savoir gérer sa carrière dans la durée, prendre en compte toutes ses composantes et anticiper ses aléas, mettre en place les conditions de sa performance, ...

■ ■ ■ Durée indicative : 2 jours répartis en 4 demi-journées

■ ■ ■ Présentation des objectifs et du programme

#### **½ J1: Du rêve à la réalité**

Savoir être lucide pour mieux agir sur sa carrière

A l'issue de cette première séquence, les participants auront enrichi leur représentation du sport professionnel dans lequel ils vont évoluer par la confrontation à d'autres expériences ; ils auront appréhendé l'ampleur de l'apprentissage à réaliser et disposeront d'une vision globale des actions à entreprendre

#### **J2 à 4: Se construire une réalité de rêve**

Apports méthodologiques et mise en place des conditions de la réussite

##### **½ J2 : construire son projet de carrière**

A l'issue de cette deuxième séquence, les participants auront appris à construire leur projet de carrière, en baliser la progression, et ils auront identifié les conditions qui agissent sur la performance du sportif de haut niveau ainsi que les grandes étapes d'une carrière

##### **½ J3 : poser les fondements d'une carrière de haut niveau**

A l'issue de cette deuxième séquence, les participants auront clairement identifié les bases à poser pour bien démarrer leur carrière

##### **½ J4 : gérer sa carrière sportive dans la durée**

A l'issue de cette deuxième séquence, les participants seront en mesure d'organiser leur carrière dans la durée, en agissant sur de nouveaux leviers pour valoriser leur carrière et en sachant décider quand et comment y mettre fin.

■■■ Approche pédagogique

Le module est ajusté à chaque discipline sportive concernée, l'adaptation est concertée avec un responsable du centre de formation/ pôle concerné, et le programme peut être modifié pour insister sur certaines dimensions ou en aborder de complémentaires. Les sessions seront co-animées avec un ancien joueur de haut niveau qui apporte son expérience et témoigne de son parcours.

Les participants seront invités à être acteurs dans la formation, par la réalisation d'exercices concrets et de travaux intersession.

Un document support de la formation leur sera fourni.

## Activité conseil :

### Conseil en formation et à l'intégration de sportifs de haut niveau

■■■ Destiné aux entreprises qui souhaitent recruter des sportifs, notre accompagnement consiste à :

- ↳ Evaluer la bonne adéquation entre le sportif candidat à l'embauche (son profil, ses compétences, son projet) et le poste à pourvoir
- ↳ Proposer un plan de formation pour ajuster les compétences du sportif aux besoins du poste et à l'entreprise
- ↳ Définir un plan d'intégration du sportif dans l'entreprise pour faciliter son adaptation
- ↳ Accompagner le sportif dans sa prise de fonction et le changement qu'il vit

■■■ moyens et outils :

- ↳ Test de personnalité GOLDEN®
- ↳ Bilan de potentiel
- ↳ Définition de poste
- ↳ Formations
- ↳ Coaching
- ↳ Conduite du changement

## Activité coaching

### Concilier projet sportif et projet d'intégration à la vie professionnelle

■■■ Destiné aux sportifs qui veulent préparer leur reconversion tout en poursuivant leur carrière sportive, notre accompagnement consiste à :

- ↳ Clarifier leur projet sportif et sa conciliation avec un projet de reconversion
- ↳ Faire un bilan de leurs expériences et de leur potentiel
- ↳ Les aider à choisir un projet de reconversion respectueux de leurs ambitions et de leurs capacités
- ↳ Les accompagner dans sa préparation et sa mise en œuvre en respectant leurs objectifs de carrière sportive

■■■ moyens et outils:

- ↳ Test de personnalité GOLDEN®
- ↳ Bilan de potentiel
- ↳ Conseil en formation
- ↳ Coaching
- ↳ Mise en relation avec des entreprises partenaires
- ↳ Conduite du changement

