

# Formation M<sup>2</sup>S - "Manager son Métier de Sportif"



## Durée

10 mois  
Du 1er septembre au 30 juin



## Volume horaire

172h d'intervention d'experts  
139h de modules e-learning  
35h de stage  
54h de suivi personnalisé et d'évaluations  
300h en structure sportive



## Coût

23.45€/heure  
Financement :  
conseil régional AuRA  
AFDAS

- Interventions d'experts en présentiel et intersessions en modules e-learning
- Possibilité de suivre la formation totalement à distance (visio-conférence)
- Formation sur mesure : choisissez les compétences que vous souhaitez valider !



## Objectifs

- Acquérir des compétences transverses pour parvenir à un haut niveau d'efficacité dans les stades, salles, bassins ...
- Gagner en autonomie et en polyvalence
- Réfléchir à son orientation et définir son projet professionnel



## Conditions d'accès

- Avoir 16 ans minimum
- Être sportif professionnel salarié **ou** être SHN (Sportif de Haut Niveau) ou sportif en PPF (Projets de Performance Fédéraux) **ou** être un jeune intégré en Centre de Formation en sortie de cycle
- Niveau B1 minimum en langue française

## LES + DE LA FORMATION

- Intervenants issus du sport de haut niveau
- Effectif limité et suivi personnalisé par un formateur référent
- Plateforme de cours en ligne avec accès 24h/24 aux contenus e-learning (vidéos, quiz ...)
- Stage de découverte en entreprise
- Adapté à l'emploi du temps sportif : 4h/ semaine d'intervention d'experts + 5h en e-learning



## Programme

4 modules, 10 compétences

### Module 1 : Environnement réglementaire et champ du sport

C1. Pratiquer sa discipline sportive dans son cadre réglementaire et culturel ([contrat de travail](#), [fiscalité](#), [valeurs de la République](#), etc.)

### Module 2 : Motricité et enjeux sanitaires pour le sportif

C2. Se préparer à la performance sportive ([alimentation](#), [préparation physique](#) etc.)

C3. Prévenir les risques liés à sa pratique sportive et à son environnement ([récup'](#), [prévention des blessures](#) etc.)

### Module 3 : Communication et marketing du sportif

C4. S'engager dans une démarche stratégique de partenariats ([réseaux sociaux](#), [marketing](#), [sponsors](#) etc.)

C5. Gérer sa communication avec l'environnement externe ([communiquer dans les médias](#), [outils informatiques](#) etc.)

C6. S'adapter aux contextes internationaux et interculturels du sport de haut niveau ([anglais](#) ou [FLE](#))

### Module 4 : Projet professionnel et personnel

C7. Optimiser sa performance le jour J en compétition ([préparation mentale](#), [soft skills](#) etc.)

C8. S'approprier son projet de performance ([bilan d'orientation](#), [stage](#), [recherche d'emploi](#) etc.)

C9. Interagir avec son environnement sportif de proximité ([management](#), [profils de personnalité](#) etc.)

C10. Intégrer un projet collectif de performance ([entraînements](#), [jour de match](#), [débrief](#), [vidéos](#), etc.)



## Evaluation

**Pour chaque compétence :**  
quiz + cas pratique

**Certification finale :**  
rapport de stage  
+ entretien avec le jury

**Remise d'une attestation de suivi de formation mentionnant les compétences validées**

Inscription possible tout au long de l'année

## Contact

[contact@adps-formation.com](mailto:contact@adps-formation.com)

04.51.11.00.26

<https://adpsformation.com/m2s/>