

MF1 - COMMUNICATION ET GESTION DE PROJET = 80 HEURES

=> **Présentiel : 40 heures**

=> **Distanciel : ≈ 40 heures**

Unités de compétences concernées : UC1 - UC2

Objectifs :

Développer les compétences nécessaires à la communication professionnelle, à la gestion de projet et au fonctionnement efficace d'une structure sportive.

Ce module permet de maîtriser les outils et méthodes de planification, de coordination et de communication interne et externe.

En présentiel (40 heures)

| |
|---|
| 1. Communication professionnelle et travail en équipe (5h) <ul style="list-style-type: none">- Identifier les rôles, statuts et fonctions dans une structure.- Participer à une réunion, prendre la parole, rendre compte de ses activités.- Gérer les relations internes et externes (collègues, partenaires, usagers).- Développer l'écoute active, la posture professionnelle et la communication assertive. |
| 2. Fonctionnement d'une structure sportive (5h) <ul style="list-style-type: none">- Identifier les différents types de structures : associations, clubs, fédérations.- Comprendre la gouvernance, les statuts, le rôle des bénévoles et salariés.- Participer à la gestion quotidienne : adhésions, licences, assurances, matériel.- Appliquer les obligations légales et réglementaires de fonctionnement. |
| 3. Outils numériques et gestion administrative (5h) <ul style="list-style-type: none">- Utiliser les outils bureautiques et collaboratifs (Word, Excel, PowerPoint, Google Workspace, Trello).- Rédiger des documents administratifs et des comptes rendus.- Gérer la communication interne (mails, tableaux de bord, plannings).- Comprendre les procédures administratives et financières d'une structure sportive. |
| 4. Méthodologie et conduite de projet (10h) <ul style="list-style-type: none">- Réaliser un diagnostic de besoins (ressources, contraintes, publics, environnement).- Définir les objectifs, résultats attendus et indicateurs d'évaluation.- Identifier les partenaires, les moyens matériels, humains et financiers.- Structurer un plan d'action cohérent et réaliste. |
| 5. Élaboration et conduite d'un projet (10h) <ul style="list-style-type: none">- Construire un budget prévisionnel et suivre les dépenses.- Planifier les étapes du projet (chronogramme, Gantt).- Anticiper les imprévus et proposer des solutions de rechange.- Rédiger un dossier de subvention ou un projet associatif complet.- Élaborer un plan de communication et de promotion du projet. |
| 6. Étude de cas projet / mise en situation (5h) <ul style="list-style-type: none">- Présenter oralement un projet collectif et analyser les retours. |

À distance (≈ 40 heures)

| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">• La démarche de projet (7h)• L'évaluation du projet (7h)• Comptabilité et gestion (6,5h)• Marketing & techniques de vente (6,5 h)• Sites web & réseaux sociaux (6,5 h)• Statut d'exercice (6,5h)• Créer et gérer une association (3h)• Création d'entreprise (7 h) |
|--|

Compétences visées :

- Participer au fonctionnement de la structure
- Conduire un projet d'action
- Communiquer efficacement et évaluer ses actions

MF2 - GESTION DU SECTEUR SPORTIF ET RÉGLEMENTATION = 65 HEURES

=> **Présentiel : 35 heures**

=> **Distanciel : ≈ 30 heures**

Unités de compétences concernées : UC1 – UC3 – UC4

Objectifs :

Connaître les cadres institutionnels, juridiques, éthiques et environnementaux du sport, et exercer son activité dans le respect des règles et des valeurs sportives.

En présentiel (35 heures)

| |
|--|
| 1. Organisation du sport polynésien et cadre institutionnel (5h) <ul style="list-style-type: none">- Identifier les institutions locales et nationales (IJSPF, Fédérations, DJS, etc.).- Comprendre les missions et interactions des différents acteurs du sport.- Situer la place du BPPES dans le système sportif polynésien. |
| 2. Réglementation et sécurité dans les activités physiques (7,5h) <ul style="list-style-type: none">- Appliquer la législation du sport et les obligations de sécurité.- Gérer les risques dans la pratique sportive.- Connaître les procédures en cas d'accident ou d'incident.- Sensibiliser aux responsabilités civiles et pénales. |
| 3. Responsabilité et éthique professionnelle (5h) <ul style="list-style-type: none">- Identifier les valeurs de la laïcité et de la République.- Prévenir les discriminations, harcèlements et violences sexuelles.- Promouvoir l'éthique sportive, la citoyenneté et le respect. |
| 4. Gestion environnementale et développement durable (5h) <ul style="list-style-type: none">- Intégrer les enjeux écologiques dans la gestion d'activités.- Concevoir des événements éco-responsables.- Appliquer les principes de transition écologique dans les clubs. |
| 5. Droit du sport et statuts des éducateurs (7,5h) <ul style="list-style-type: none">- Identifier les statuts d'exercice et leurs implications juridiques. |
| 6. Étude de cas "Sécurité et réglementation" (5h) <ul style="list-style-type: none">- Résoudre un cas concret de responsabilité d'éducateur. |

À distance (≈ 30 heures)

| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Sociologie du sport (2h)• Discrimination, laïcité et violences sexuelles (9h)• La santé dans le sport (5h)• Transition écologique et développement durable (6,5h)• Événements écoresponsables (7,5h) |
|--|

Compétences visées :

- Appliquer la réglementation
- Assurer la sécurité
- Promouvoir l'éthique
- Contribuer au développement durable du sport

MF3 - PÉDAGOGIE ET ENCADREMENT = 74 heures

=> **Présentiel : 44 heures**

=> **Distanciel : ≈ 30 heures**

Unités de compétences concernées : UC3 – UC4 – UC5

Objectifs :

Concevoir, animer et évaluer une action éducative et d'animation adaptée aux caractéristiques des publics, en intégrant les connaissances pédagogiques, physiologiques et sociales.

En présentiel (44 heures)

| |
|---|
| 1. Analyse des publics et des contextes (6h) <ul style="list-style-type: none">- Identifier les caractéristiques des différents âges et niveaux de pratique.- Comprendre les motivations et besoins des pratiquants.- Adapter son intervention à la diversité des publics. |
| 2. Pédagogie et communication éducative (6h) <ul style="list-style-type: none">- Choisir les méthodes d'enseignement adaptées (directive, active, participative).- Favoriser la motivation, l'autonomie et la coopération.- Gérer la dynamique de groupe et les situations conflictuelles. |
| 3. Construction d'une séance et d'un cycle d'apprentissage (12h) <ul style="list-style-type: none">- Définir des objectifs pédagogiques et des contenus cohérents.- Élaborer des fiches de séance.- Programmer un cycle d'apprentissage complet. |
| 4. Évaluation et suivi des pratiquants (7,5h) <ul style="list-style-type: none">- Observer et analyser les comportements des pratiquants.- Construire des outils d'évaluation adaptés.- Réajuster son action à partir des résultats obtenus. |
| 5. Bases scientifiques du mouvement (5h) <ul style="list-style-type: none">- Notions d'anatomie, de physiologie et de neuroanatomie appliquées au sport.- Prévention des blessures et adaptation de l'effort. |
| 6. Mise en situation pédagogique : micro-enseignement (7,5h) <ul style="list-style-type: none">- Conduire une séance complète devant le groupe. |

À distance (≈ 30 heures)

| |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Caractéristiques des publics (15,5h)• Physiologie, anatomie et neuroanatomie (6,5h)• Sport au féminin : périnée et prévention IUE (5h)• Sport et handicap (4h)• Se former à la recherche d'information (4h) |
|---|

Compétences visées :

- Concevoir et encadrer des actions éducatives
- Adapter sa pédagogie aux publics
- Évaluer et ajuster sa pratique

MF4 - ENTRAÎNEMENT ET PRÉPARATION PHYSIQUE = 54 HEURES

=> **Présentiel : 34 heures**

=> **Distanciel : ≈ 20 heures**

Unités de compétences concernées : UC6

Objectifs :

Maîtriser les principes scientifiques et méthodologiques de l'entraînement sportif. Être capable de planifier, mettre en œuvre et évaluer un programme d'entraînement.

En présentiel (34 heures)

1. Principes de l'entraînement (14,5h)

- Comprendre la planification et la périodisation.
- Déterminer les objectifs d'un cycle d'entraînement.
- Identifier les facteurs de performance.

2. Développement des qualités physiques (12h)

- Méthodes d'entraînement de la force, endurance, vitesse, coordination.
- Prévention et récupération.
- Tests de terrain et suivi de performance.

3. Observation et analyse (7,5h)

- Mettre en œuvre des outils de suivi et d'évaluation.
- Interpréter les données pour ajuster les séances.
- Utiliser les technologies de suivi sportif.

À distance (≈ 20 heures)

- Santé dans le sport (6h)
- Anglais du sport (14h)

Compétences visées :

- Concevoir
- Planifier et encadrer un cycle d'entraînement adapté à la mention
- Assurer le suivi et la sécurité des pratiquants

MF5 – TECHNIQUES SPÉCIFIQUES À LA MENTION = 70 HEURES

=> **Présentiel : 70 heures**

Unités de compétences concernées : UC5 - UC6

Objectifs :

Développer la maîtrise technique, tactique, pédagogique et sécuritaire propre à la discipline choisie.

En présentiel (70 heures)

| |
|--|
| 1. Techniques fondamentales (18h) <ul style="list-style-type: none">- Maîtrise des gestes techniques spécifiques à la mention.- Adaptation aux conditions de pratique.- Application des principes de sécurité. |
| 2. Perfectionnement et performance (18h) <ul style="list-style-type: none">- Analyse technicotactique.- Observation et correction des comportements de pratiquants.- Mise en œuvre de stratégies de progression. |
| 3. Conduite de séances spécifiques (24h) <ul style="list-style-type: none">- Organisation et animation de séances adaptées au niveau du public.- Gestion du matériel, des espaces et de la sécurité.- Évaluation des acquis techniques. |
| 4. Préparation à la compétition (10h) <ul style="list-style-type: none">- Gestion de l'effort, récupération, nutrition.- Élaboration de stratégies de performance.- Arbitrage, règlements et éthique sportive. |

Compétences visées :

- Encadrer et perfectionner les pratiquants dans la discipline
- Assurer leur sécurité
- Contribuer au développement de la pratique

