

Deux options de formation :

- Préparation physique et gestion de structures sportives
- Wellness et activités physiques différenciées

## Bloc 1

U.E.	ECTS	Activités d'apprentissage	Heures	Quadri
<b>UE 1</b> <i>Connaissances du corps (découverte)</i>	6	Activités motrices individuelles	30	Q1
		Anatomie et biomécanique	45	
		Conditionnement physique	15	
<b>UE 2</b> <i>Connaissances relationnelles</i>	7	Activités sportives de coopération	30	Q1
		Psychologie appliquée (y compris les notions de psychologie du développement)	30	
		Sociologie et diversité culturelle	30	
<b>UE 3</b> <i>Communication et expression</i>	6	Expression orale et écrite	30	Q2
		Psychologie de la relation et de la communication	30	
		Rythme et expression corporelle	30	
<b>UE 4</b> <i>Préparation physique</i>	8	Paramètres de la condition physique (théorie et pratique)	15	Q1+Q2
		Planification de l'entraînement (en ce compris les notions de base de physiologie)	30	
		Préparation mentale	15	
		Renforcement musculaire et préparation physique générale (théorie et pratique)	30	
<b>UE 5</b> <i>Gestion des structures sportives</i>	8	Analyse de l'environnement institutionnel du sport en Fédération Wallonie-Bruxelles	30	Q1
		Assurances et responsabilité civile	30	
		Outils de gestion / comptabilité (théorie et pratique)	45	
<b>UE 6</b> <i>Wellness</i>	8	Éducation à la santé	30	Q2
		Hygiène alimentaire	30	
		Relaxation	15	
		Techniques de massage	30	
<b>UE 7</b> <i>Activités physiques différenciées</i>	8	Gérontologie	15	Q2
		Méthodologie adaptée (y compris les notions de psychomotricité)	30	
		Physiologie générale et appliquée	45	
<b>UE 8</b> <i>Travaux pratiques et stages</i>	9	Ateliers pratiques	60	Q1+Q2
		Cadre déontologique du coaching	30	
		Stages	30	

La formation en *Coaching sportif* ne compte ni prérequis ni corequis d'UE.

## Bloc 2

U.E.	ECTS	Activités d'apprentissage	Heures	Quadri
<b>UE 9</b> <i>Connaissances du corps (approfondissement)</i>	8	Activités motrices individuelles	15	Q2
		Analyse du mouvement	30	
		Conditionnement physique	30	
		Traumatologie et pathologie	30	
<b>UE 10</b> <i>Communication et expression</i>	8	Expression orale	30	Q1
		Psychologie sociale et relationnelle	30	
		Tendances actualisées des activités rythmiques	30	
<b>UE 11</b> <i>Management et organisation</i>	8	Anglais spécifique de base	30	Q1
		Gestion d'activités physiques de groupes	30	
		Management orienté	15	
		Outils informatiques et logiciels spécifiques	15	
<b>UE 12</b> <i>Recherche et ouverture professionnelle</i>	6	Élaboration du projet professionnel	15	Q2
		Initiation à la recherche et préparation du TFE	30	
		Stage de dépassement de soi (résidentiel)	30	

### Option « Préparation physique et gestion des structures sportives »

<b>UE 13</b> <i>Préparation physique</i>	9	Hygiène alimentaire du sportif	15	Q1
		Physiologie de l'effort	30	
		Planification de l'entraînement (théorie et pratique)	30	
		Préparation physique orientée - quantification de la charge	30	
		Tests physiques et barèmes sportifs (évaluation)	15	
<b>UE 14</b> <i>Gestion des structures sportives</i>	9	Aspects commerciaux, marketing et publicité	30	Q2
		Législations régionale et fédérale	15	
		Organisation et gestion des établissements et services	30	
		Outils de gestion / comptabilité (théorie et pratique)	45	
<b>UE 15</b> <i>Stages et travaux pratiques</i>	12	Ateliers pratiques	90	Q1+Q2
		Identité professionnelle	30	
		Stages	60	

### Option « Wellness et activités physiques différenciées »

<b>UE 16</b> <i>Wellness</i>	9	Bien-être naturel	30	Q2
		Hygiène alimentaire spécifique	30	
		Relaxation adaptée	30	
		Techniques de massage	30	
<b>UE 17</b> <i>Activités physiques différenciées</i>	9	Accompagnement différencié	30	Q1
		Activités physiques adaptées	30	
		Gérontologie appliquée	15	
		Physiologie orientée	30	
		Psychomotricité	15	
<b>UE 18</b> <i>Travaux pratiques et stages</i>	12	Ateliers pratiques	90	Q1+Q2
		Identité professionnelle	30	
		Stages	60	

## Bloc 3

U.E.	ECTS	Activités d'apprentissage	Heures	Quadri
<b>UE 19</b> <i>Connaissances du corps (perfectionnement)</i>	5	Activités sportives diversifiées	15	Q2
		Analyse du mouvement	15	
		Conditionnement physique	30	
		Épidémiologie	15	
<b>UE 20</b> <i>Communication et expression</i>	6	Anglais spécifique en situation de coaching	30	Q1
		Expression gestuelle et motrice	15	
		Techniques d'accueil et d'écoute active	30	
		Outils informatiques et montages multimédia	30	
<b>UE 21</b> <i>Groupes et collectivités</i>	5	Gestion d'équipe et teambuilding	30	Q1
		Organisation et gestion de réunions	30	
		Techniques d'animation de groupes	30	
<b>UE 22</b> <i>Recherche et ouverture professionnelle</i>	5	Brevet Européen de Premiers Secours et aspects de prévention	30	Q1+Q2
		Recherche et préparation du TFE	15	
		Sports émergents	15	
		Stage pluridimensionnel (résidentiel)	30	
<b>UE 23</b> <i>Stages d'immersion professionnelle</i>	10	Stages, séminaires et travaux pratiques	150	Q1+Q2
<b>UE 24</b> <i>Travail de fin d'études</i>	15	Travail de fin d'études		Q1+Q2

### Option « Préparation physique et gestion des structures sportives »

<b>UE 25</b> <i>Préparation physique spécifique</i>	7	Analyse du modèle de prestation et coaching spécifique	15	Q1
		Management sportif / gestion des médias et sponsoring	30	
		Notions de réathlétisation	30	
		Physiologie de l'effort et planification	15	
		Psychologie du sport et imagerie mentale	30	
<b>UE 26</b> <i>Gestion des structures sportives</i>	7	Droit spécifique et principes de sécurité	30	Q2
		Économie et comptabilité liées à la gestion d'un centre sportif	15	
		Gestion de PME	30	
		Gestion technique et administrative des infrastructures	30	
		Organisation d'événements sportifs	15	

### Option « Wellness et activités physiques différenciées »

<b>UE 27</b> <i>Wellness</i>	7	Activités aquatiques spécifiques	15	Q2
		Détente et thermalisme	30	
		Développement personnel et réalisation de soi	15	
		Gestion du stress	15	
		Posture et gainage	30	
		Techniques spécifiques de massage et de relaxation	15	
<b>UE 28</b> <i>Activités physiques différenciées</i>	7	Accompagnement différencié	15	Q1
		Psychomotricité différenciée (y compris de type gérontologique)	15	
		Réinsertion sociale par le sport	15	
		Santé mentale et sports	30	
		Sport en entreprise	15	
		Sports adaptés	30	