



## MODALITÉS D'INSCRIPTION

### Téléchargement du dossier de candidature :

<http://www.univ-brest.fr/fc>  
<http://www.envsn.sports.gouv.fr/>

### Dépôt ou envoi postal du dossier de candidature au : SUFCEP UBO

20 avenue Le Gorgeu CS 93837  
29238 Brest cedex 3

Envoi de votre dossier par mail :  
[jean.delhommeau@univ-brest.fr](mailto:jean.delhommeau@univ-brest.fr)

Dépôt des candidatures avant le :  
voir site.

## ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

### ENSEIGNANTS UBO

**Gilles Kermarrec** : MCF STAPS, responsable scientifique du DU.  
**Cyril Bossard** : MCF STAPS

### ENSEIGNANTS ENVS

**Gilles Monier** : Coordinateur du DU, préparateur mental et coaching pour la voile olympique et professionnelle 1996-2012, CTPS  
**Michel Bazile** : Professeur de sport, Conduite de projet de professionnalisation, Management des organisations  
**Céline Joviado** : Professeur de sport, Accompagnement des SHN, Spécialiste sport-collectif  
**Franck Lecomte** : Professeur de sport, Préparateur physique et mental  
**Robert Yermia** : Professeur de sport, Coordinateur DES-JEPS

### ENSEIGNANTS EXTÉRIEURS

**Nadine Debois** : PRAG EPS, Dr en STAPS au Service Recherche de l'INSEP. Chef de Projet du groupe ressource « Psychologie et Performance ».  
**Richard Ouvrard** : Coach - Accompagnateur, formateur et responsable pédagogique de l'E.M.A (Executive Master d'Accompagnateurs) à l'INSEP.  
**Faustine Merret** : Championne Olympique JO d'Athènes. Professeur de sport.  
**Alain Sarthou** : CTPS, Chargé de mission nationale au MJSVA  
**Juliette Tournant** : coach de dirigeants, superviseur de coaches, auteur de « La Stratégie de la bienveillance », « Secrets du mental », conférencière et formatrice.  
**François Lecastrec** : entraîneur équipe de France olympique, Coaching et accompagnement.



ueb  
**UBO**  
université de bretagne  
occidentale

### UBO

#### Service Universitaire de Formation Continue

20 avenue Le Gorgeu CS 93837  
29238 Brest cedex 3

<http://www.univ-brest.fr/fc>

### ENVS

#### Ecole Nationale de Voile et des Sports Nautiques

Beg Rohu  
56510 Saint-Pierre Quiberon  
T. 02 97 30 30 43

<http://www.envsn.sports.gouv.fr>

# DU ACCOMPAGNATEUR DE PERFORMANCE

2<sup>ème</sup> promotion



**Contact pédagogique**  
Gilles Kermarrec  
[gilles.kermarrec@univ-brest.fr](mailto:gilles.kermarrec@univ-brest.fr)  
[gilles.monier@envsn.sports.gouv.fr](mailto:gilles.monier@envsn.sports.gouv.fr)

**Contact administratif**  
[jean.delhommeau@univ-brest.fr](mailto:jean.delhommeau@univ-brest.fr)  
T. 02 98 01 80 55

**Lieu de la formation**  
Saint-Pierre Quiberon



SPORT ET  
ÉDUCATION  
PHYSIQUE





## OBJECTIFS DE LA FORMATION

L'objectif de ce diplôme universitaire est de former des « accompagnateurs de performance » qui interviendront auprès de personnes évoluant dans le monde du sport ou travaillant dans des secteurs pour lesquels les notions de résultat et de performance sont très présents. Les cadres, les sportifs de haut niveau, les entraîneurs ou les managers sont souvent confrontés à une obligation de résultats et de performance tout en devant faire face (souvent de manière isolée) à de nombreuses pressions. La formation proposée s'inscrit dans cette problématique : former des professionnels compétents pour accompagner des personnes impliquées dans la réalisation d'un projet de performance. Pour dispenser les outils et méthodes appropriés, la formation s'appuiera sur les savoirs développés et déjà éprouvés dans la pratique du sport de compétition et dans les milieux du travail.

L'implication conjointe de 2 organismes de formation vise à répondre aux attentes et exigences liées à ce métier émergent.

## PUBLIC CONCERNÉ

**La formation est destinée :**

- aux salariés des secteurs publics et privés en situation de manager des équipes
- aux professionnels du secteur libéral exerçant des activités de consultant interne ou externe
- aux professionnels intervenant directement auprès des sportifs (entraîneurs, kinésithérapeutes, psychologue, préparateurs physiques)
- aux étudiants de l'UFR Sports titulaires d'une licence et /ou titulaires d'un BE ou d'un DES.

**Coût de la formation :** 3080 TTC (tarif unique)

**Observations particulières :** une offre complémentaire d'hébergement et de restauration sera proposée lors du déroulement des unités de formation sur l'ENVS.

## ORGANISATION GÉNÉRALE DE LA FORMATION

**Conditions d'admission**

L'admission des candidats se fera sur la base d'un examen attentif des éléments contenus dans le dossier candidature.

## DURÉE ET MODALITÉS

**Durée globale de 380h**

● **280 H de formation soit :**

- 10 regroupements de 28 h chacun (du Lundi AM au Vendredi Matin) correspondant à 10 Unités de Formation Capitalisables. Chacune des 10 UFC intègre cours magistraux (CM), travaux dirigés (TD) et travaux pratiques (TP)
- 100h de stage en milieu professionnel.

● **Lieux des cours :** ENVS (Quiberon) pour 90% du temps /UBO (Brest) pour 10%

- Possibilité de suivre la formation sur 2 ans.

## ORGANISATION DU DISPOSITIF

### 3 DOMAINES DE FORMATION INTÉGRANT 10 UNITÉS DE FORMATION CAPITALISABLES

**A : Le protocole d'intervention en accompagnement**

UFC1-Contextes et déontologie de l'intervention

Déontologie et respect de l'équilibre des individus. Performance individuelle et performance collective.

Les capacités mentales mobilisées dans la performance. Approche de l'entretien : les techniques d'explicitations.

UFC2-Construire un protocole spécifique pour chaque coaching

Transfert des compétences de coaching du domaine sportif aux autres champs professionnels

Les conceptions de l'exercice d'une activité professionnelle (poste – mission – performance). Connaissance, estime et confiance individuelle et collective.

UFC3-L'entretien d'accompagnement

Techniques d'entretiens/ Nature de la commande/ Evaluation de la demande / Stratégie des objectifs/ goal setting

UFC4-Projet : aide à l'émergence le suivi et la réalisation d'un projet performant  
Accompagnement du projet de performance

**B : Les principales techniques d'optimisation de la performance**

UFC5-Accompagnement et stratégie d'ajustement- protocole d'intervention

UFC6-Impact du stress et des émotions sur la performance/nature de la relation : Introduction aux techniques de régulations du comportement « agir et s'adapter » / Peur de la réussite peur de l'échec.

UFC7-Utilisation des techniques de régulations mentales du comportement : Activation et désactivation / concentration / imagerie/ fixation d'objectif / discours interne/ engagement/ énergie positive

UFC8-Réussite individuelle et collective. Principe d'engagement et de motivation personnelle et collective

**C : Le coaching et le management des équipes**

UFC9-L'organisation, la collaboration et la cohésion de groupe./ Intervenir dans une équipe.

UFC10-Management, relation, communication interpersonnelle, leadership.

**Compétences visées**

- Conduire des entretiens visant à accompagner l'individu dans une démarche de perfectionnement et de respect de la personne.
- Concevoir un dispositif d'accompagnement de la personne pour améliorer la performance individuelle professionnelle ou sportive.
- Concevoir un dispositif d'accompagnement pour améliorer la performance en équipe.

**Modalités d'obtention du DU**

Examen écrit se rapportant aux enseignements suivis  
Rédaction et soutenance d'un rapport de stage.

