

ATELIER

Exemple de pédagogie active :
Coaching sportif et management des équipes
Caroline BESSAC, Enseignante EPS INSA Lyon

PRESENTATION DE L'ATELIER



30 min :

- **Présentation de chacun - attentes**
- **Objectif de l'atelier**
- **Rappel sémantique**
- **Origine de la formation**
- **Cadre – contenu- évaluation**

1h00 : animation de l'atelier

ATELIER : former l'élève à la posture de coach

A partir de cet exemple en sport, l'idée plus générale est de développer chez l'étudiant coach :

- **une posture de coach**, dont il pourra se servir quelque soit sa fonction future dans son métier d'ingénieur (posture de manager / coach ou de collaborateur)
- **des compétences transversales**
- **l'accès à une réflexion liée au développement, et l'optimisation du potentiel** des individus et des équipes dans le respect de ce qu'ils sont.

Aussi cette démarche pédagogique peut s'étendre pour former des :

Etudiants tuteurs / Coach

Chefs de projet / Coach

Référents/ Coach

ATELIER : former l'élève à la posture de coach

Autour des questions suivantes :

Quels sont ou seraient :

**les situations à mettre en place,
les intentions pédagogiques à adopter, par les enseignants,
pour que l'élève coach/chef de projet / ou tuteur soit en mesure de
réaliser sa mission en confiance, et en mesurant ce qui est en jeu ?**

Comment à la fois, le laisser agir, l'accompagner, et l'enrichir d'outils ?

Comment susciter son auto- analyse et sa réflexion ?

RAPPEL SEMANTIQUE

COACHING en milieu sportif =



- Exploiter au mieux le potentiel d'une personne ou d'une équipe en vue d'un résultat précis et mesurable souvent lié au dépassement de certaines limites initiales.
- Origine du terme attribué à Timothy Gallewey, professeur de Harvard dans un contexte tennis :
Coacher = Amener le joueur « à lever ou à contrôler les obstacles intérieurs qui l'empêchent d'atteindre son niveau optimum de performance »

RAPPEL SEMANTIQUE

MANAGEMENT = (définition Alternative Economie 2014)

- Le management au sens strict désigne l'activité d'un dirigeant, à quelque niveau qu'il se situe, **chargé d'encadrer et de diriger plusieurs salariés**. Les principales attributions de ce manager sont **d'organiser, de coordonner et de contrôler** le travail de ses collaborateurs, **d'animer l'équipe** et d'en assurer les relations avec la hiérarchie, les autres entités de l'organisation et les interlocuteurs extérieurs. Il a aussi une responsabilité dans le maintien et **le développement des compétences** des femmes et des hommes qu'il encadre.
- Le management est **un ensemble de pratiques vivantes** et changeantes, de techniques et d'outils nécessitant un savoir-faire plus que des connaissances théoriques.

RAPPEL SEMANTIQUE



COACHING HORS CADRE SPORTIF (Enterprise, scolaire, personnel...) =

- Accompagner une personne ou une équipe en vue de maximiser sa « performance », répondre à un questionnement, un besoin, dans le cadre d'objectifs professionnels (prise de fonction, changements, prise de décisions, leadership...)
- Développer des compétences des individus ou des équipes.
 - La démarche peut s'inspirer **de certaines valeurs sportives « valorisantes »** : esprit d'équipe, la coopération, potentiel humain, gestion du stress, l'émulation, l'intelligence situationnelle ou encore le tutorat

Mais la grande différence est que ce coaching se limite à aider/accompagner la personne ou l'équipe en **les laissant trouver leurs propres solutions**

ORIGINE DE LA FORMATION,

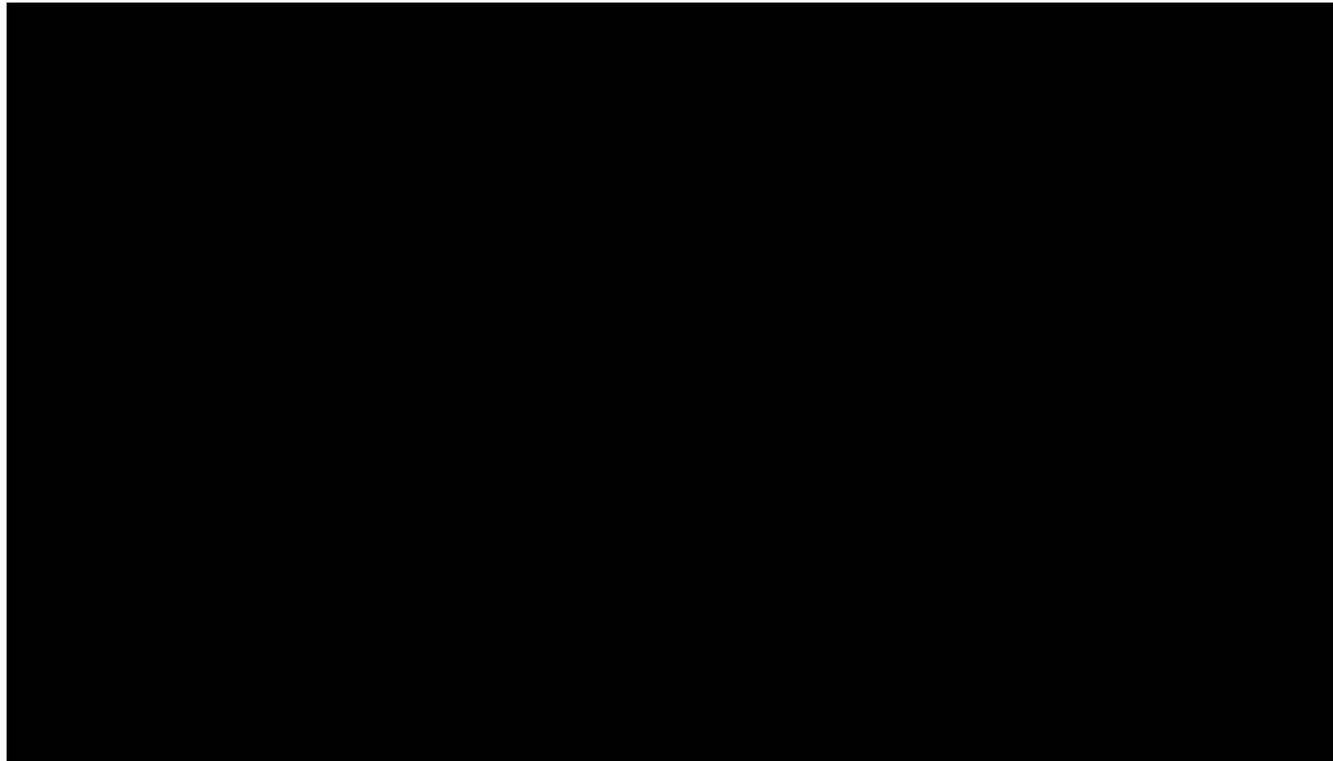
Des Acteurs :

Deux enseignants d'EPS convaincus et un superviseur de managers de chez Volvo séduit par le projet,

Des convictions fortes :

1. L'expérience sportive est un exemple **d'apprentissage expérientiel** : Une immersion dans l'action et par l'action
2. Utiliser le coaching comme outil d'apprentissage s'inscrit dans **une pédagogie orientée plus vers l'individu** ,
3. Nos étudiants sportifs ont un vécu, il est intéressant d'exploiter leur vécu, et de les conduire vers une expérience nouvelle, celle du coaching. C'est-à-dire vivre des situations réelles.
4. Le coaching sportif interpelle **les dimensions cognitives, corporelles et affectives** qui nous semble essentielles pour la « transformation de l'individu » et contribue à une **meilleure connaissance de soi**
5. Le coaching sportif en compétition développe des **compétences liées au management des autres, des équipes, et des projets.**
6. Cette expérience associée à des **contenus théoriques, des échanges de pratiques et des débriefings** contribuera au développement de compétences comportementale voire managériales

ORIGINE DE LA FORMATION



LE CADRE DE LA FORMATION , Cours à la carte

- **LE PUBLIC**

- Des étudiants de second cycle inscrits en cours spécialisés (entraînements sportifs, reconnus comme cours d'EPS) et en pratique de compétition de notre Association Sportive,
- Un groupe de 25 à 30 max, afin de favoriser l'apprentissage par les échanges(de pratiques, de connaissances,

- **DES CONDITIONS**

- 4 à 6 situations de coaching le jeudi après midi
- Des apports théoriques (3 enseignants d'EPS et des intervenants extérieurs) =
- Accompagnement (débriefe ,connaissance de l'activité) et l'analyse de sa pratique (Enseignant référent)

- **DURÉE DE LA FORMATION : Début** : Fin Octobre 2018 – **Validation** : Mai 2019.

- **.VOLUME HORAIRE : 40 Heures**

20 heures de face à face : 7 * 2h00 + 6h00 de débriefe avec l'enseignant référent à l'issue des compétitions

20 heures de travail perso : pratique sur le terrain + rapport + Soutenance

OBJECTIFS POUR « L'ELEVE COACH »

- **LES OBJECTIFS :**

- ✓ **Expérimenter le coaching sportif** : identifier les difficultés rencontrées et y apporter des réponses adaptées.
- ✓ Etre capable **d'analyser sa pratique**, et d'y apporter les ajustements nécessaires
- ✓ Etre capable **d'évaluer ses transformations personnelles** (comportement – posture – discours- observations- décisions - gestion des émotions,,,))
- ✓ **Identifier les leviers principaux** qui sous tendent **la performance d'une équipe ou un compétiteur.**
- ✓ **S'engager dans une réflexion** sur les liens possibles entre le management des sportifs et le management des équipes en entreprise.

CONTENU DE FORMATION



CONTENU THEORIQUE

La connaissance de Soi
La connaissance des autres – la communication
Le leadership en question
La gestion des rapports de Force
Les facteurs de la performance
La cohésion et dynamique d'Equipe/de Groupe

CONTENU SPECIFIQUE

Etudes de cas et échanges de pratique
Rencontre avec l'entreprise d'ENFRASYS
Séance de clôture: intervention et rencontres avec des managers(table ronde)

CONTENU PRATIQUE

Coaching de 6 matches minimum : avant /pendant /après + débriefe avec l'enseignant référent

COMPETENCES DEVELOPPEES

COMPETENCES CIBLEES :

C1 : Se connaître, se gérer physiquement et mentalement.

- C1-1 Découvrir et trouver une posture adaptée
- C 1-2 Evaluer son « Potentiel relationnel » (empathie, ressenti)
- C 1-3 Appréhender la dimension émotionnelle du coach

C2 : Travailler, apprendre, évoluer de manière autonome.

- C2-1 Connaître la spécificité de l'activité et enrichir son niveau d'expertise
- C2-2 Observer, choisir décider
- C2-3 Analyser sa pratique, s'auto évaluer
- C2-4 Acquérir des connaissances, des outils de coaching et de management

C3 : Interagir avec les autres, travailler en équipe

- C 3-1 Communiquer
- C3-2 réguler, optimiser l'action, le potentiel du joueur de l'équipe
- C3-3 Dynamiser Motiver

EVALUATION

Un rapport de 10 pages + une soutenance :

« En vous basant sur un cas concret issu de votre expérience de coaching, vous devez analyser votre pratique, en vous appuyant sur des apports théoriques abordés lors de la formation » :

- -Présentation du cas étudié
- -Analyse de votre pratique/moyens mis en œuvre/apports théoriques
- -Bilan et perspectives

Oral devant un Jury de deux personnes

(Présentation : 6 à 10'- Questions réponses : 10 à 15') composé d'enseignants et de managers

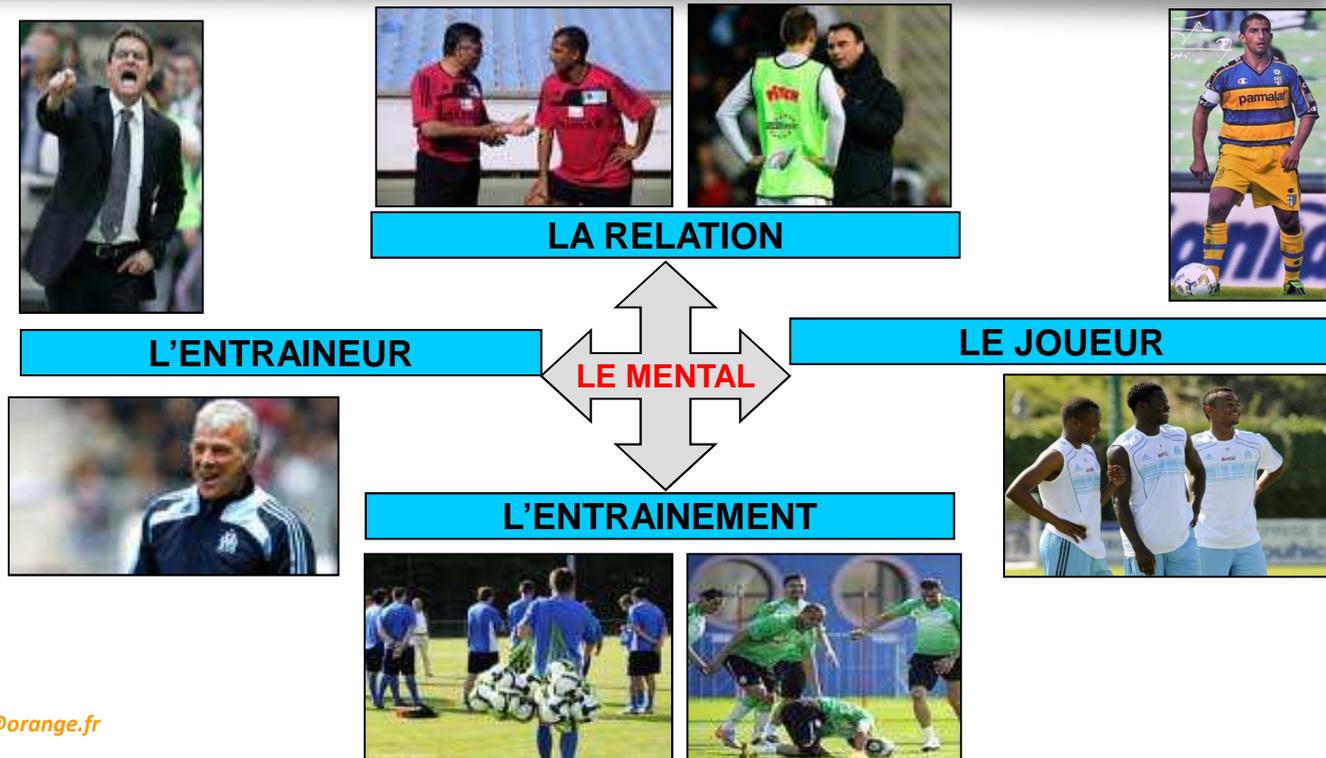
Critères de notation :

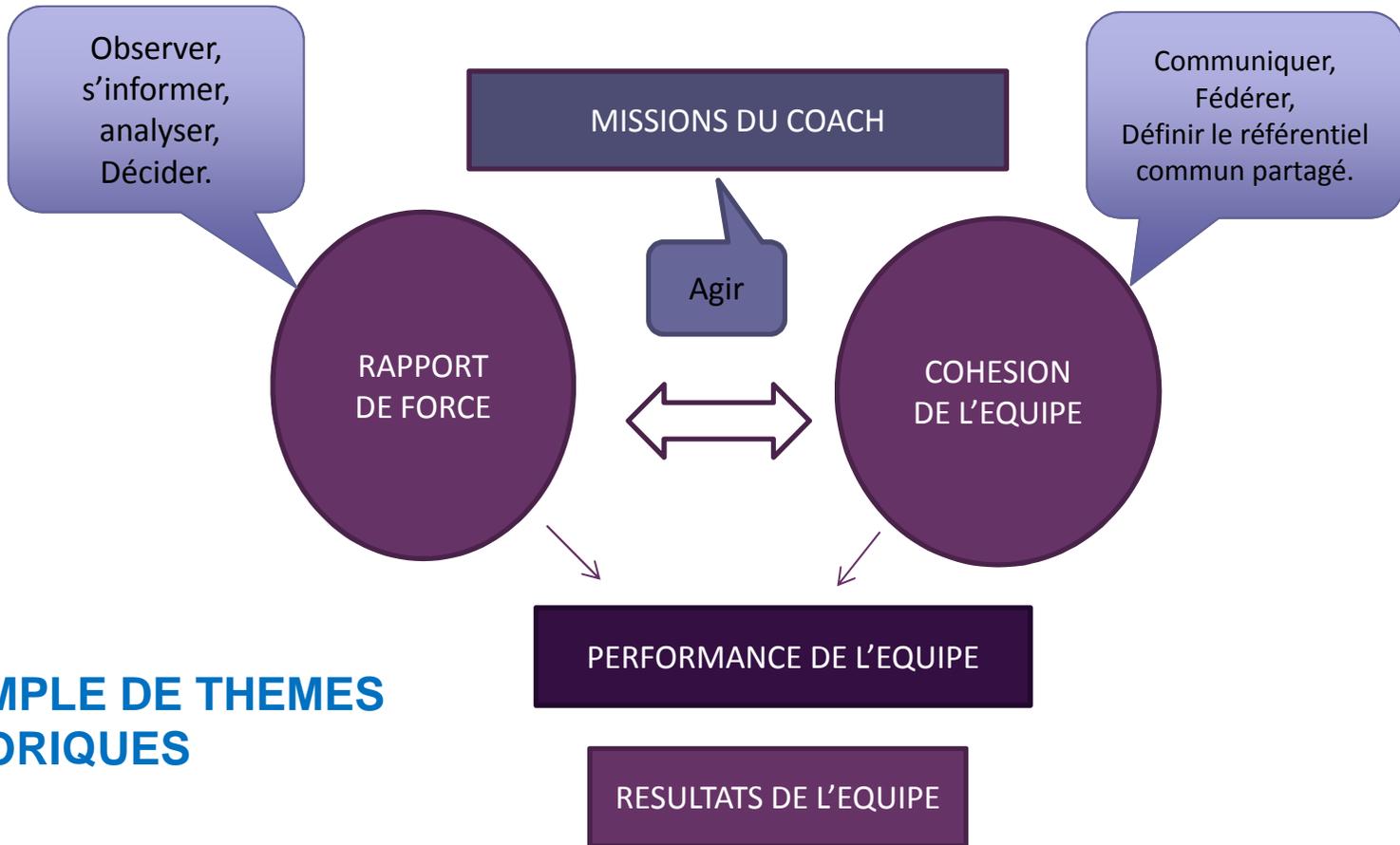
- Implication / 5 : Rapport /5 : Présentation /5 : Questions /5 :
- + Grille d'auto évaluation tout au long de la formation

EXEMPLE DE THEMES THEORIQUES

LE MENTAL EN ACTION : UN SYSTEME COMPLEXE

DES ELEMENTS A OPTIMISER POUR PERFORMER LE MENTAL





EXEMPLE DE THEMES THEORIQUES

ATELIER : former l'élève à la posture de coach

Autour des questions suivantes :

Quels sont ou seraient :

**les situations à mettre en place,
les intentions pédagogiques à adopter, par les enseignants,
pour que l'élève coach/chef de projet / ou tuteur soit en mesure de
réaliser sa mission en confiance, et en mesurant ce qui est en jeu ?**

Comment à la fois, le laisser agir, l'accompagner, et l'enrichir d'outils ?

Comment susciter son auto- analyse et sa réflexion ?

ATELIER : former l'élève à la posture de coach

Organiser notre réflexion autour de 3 temps forts utilisés en coaching

- **AVANT L'ACTION** : Ce que nous mettons à disposition de l'élève ? Quel cadre incitateur et protecteur ? Apports ?
- **PENDANT L'ACTION** : Quelles observations ? Régulations ?
- **APRES L'ACTION** : Débriefe, FB, apports auto évaluation ,,,

ATELIER : former l'élève à la posture de coach

Organiser notre réflexion en groupes avec chacun un rapporteur :

40 min Echanges autour de la question avec les rapporteur

- 3 Groupes : AVANT- PENDANT- APRES
- Un rapporteur fixe, les autres changent de groupe
- 10 à 12 min de réflexion par thème

20 min Restitution et Echanges

RETOUR DE L'ATELIER

- **Critères AVANT :**

- Instaurer un cadre où la situation est claire pour tous les protagonistes (joueurs, coacher, co équipier)
- Interroger les besoins du coach
- Evoquer ses ressources et ses expériences passées sur lesquelles il peut s'appuyer
- Lui présenter le contenu de la formation
- Instaurer confiance avec le référent
- Se mettre d'accord sur les points d'observations, sur la place du référent pendant l'action du coaching (présent ou pas, intervient ou pas), sur le moment et format du débriefe
- Utiliser la régulation de l'après et de l'expériences récente pour s'engager dans le prochain coaching

- **Remarques :**

Former l'étudiant coach mais ne pas perdre de vue que cela peut aussi lui servir aussi dans sa posture de coéquipier, de collaborateur , de « suiveur »

RETOUR DE L'ATELIER

- **Critères PENDANT :**

Etudier :

- l'engagement et la conviction du coach
- si l'équipe suit ou non les consignes du coach durant le match ou la saison
- si les joueurs sont à l'aise sur le terrain (eux-mêmes)
- la gestion des conflits entre joueurs / avec le coach
- la capacité de chacun à ne pas prendre les remarques pour lui-même
- la capacité à partager les décisions et les appliquer même si on n'y adhère pas particulièrement
- la capacité d'apprendre de ses erreurs

Critère APRES :

- Etudier la capacité du coach et des joueurs à faire leurs propres auto-critiques
- Débriefing avec chacun les éventuels conflits pour la suite
- Proposer une auto-évaluation des joueurs
- Brainstorming pour (se) remettre en question
- Expliquer les décisions, changement de stratégie et choix parfois difficiles

RETOUR DE L'ATELIER

- Les bénéfices pour l'élève
- Quelle posture et recommandations pour l'enseignant

