



Le guide du coach sportif

→ **Devenir coach sportif
Réussir sa carrière**

- ✿ **Conseils pratiques**
- ✿ **Études de cas**
- ✿ **Témoignages de coaches et formateurs**

Youcef **Al Anbagi** (Coord.)

Vincent **David**

Preston-Lee **Ravail**



TABLE DES MATIÈRES

■ Préambule	11
■ Le coaching sportif : une formation, un métier, un parcours riche en opportunités	11
■ Introduction	13
CHAPITRE 1 <i>SPORT ET SOCIÉTÉ</i>	15
■ 1.1. Le sport dans la société française	17
■ 1.2. Les institutions sportives en France : un système solide	18
CHAPITRE 2 <i>LES NORMES SPORTIVES</i>	27
■ 2.1. Les normes nationales	29
■ 2.2. Les normes européennes	30
■ 2.3. Les normes mondiales	31
■ 2.4. Les normes privées	32
CHAPITRE 3 <i>LES ACTEURS DU SPORT</i>	35
■ 3.1. L'État : acteurs publics et gouvernance du sport français	37
■ 3.2. Le secteur marchand	43
■ 3.3. Syndicats et relations collectives de travail	44
■ 3.4. L'emploi dans la branche sport	48

CHAPITRE 4

L'ÉTAT DES LIEUX DE LA FILIÈRE SPORT 55

- 4.1. Le rapport emploi-formation dans la branche sportive 57
- 4.2. Le panorama de l'emploi 58
- 4.3. La cartographie des métiers 59
- 4.4. L'insertion des diplômés du sport et de l'animation 59
- 4.5. La charte de coopération interministérielle et interbranches sur les diplômes et les certifications du champ du sport 60

CHAPITRE 5

L'ÉTAT DU MARCHÉ 63

- 5.1. La demande 65
- 5.2. Les politiques publiques 68
- 5.3. La sociologie 70
- 5.4. Le temps d'écran 71
- 5.5. L'économie de la santé 72
- 5.6. L'écologie 73
- 5.7. L'entreprise 74
- 5.8. L'Éducation nationale 74
- 5.9. Le ministère de la défense 75
- 5.10. Les EPHADs 76
- 5.11. Les acteurs du sport : qui sont-ils ?
Quelle est leur implication ? 77
- 5.12. La sociologie des pratiques 83

CHAPITRE 6

LES TENDANCES DU MARCHÉ 87

- 6.1. La santé et le bien-être par le sport 89
- 6.2. La flexibilité et l'autonomie dans la pratique sportive 91
- 6.3. Des sportifs de plus en plus connectés 91
- 6.4. Internet et le sport à domicile 92

CHAPITRE 7	
<i>L'ÉVOLUTION DU COACHING SPORTIF</i>	93
■ 7.1. Les objectifs et publics visés	95
■ 7.2. Le point de rupture : la période « Covid »	96
■ 7.3. Les conséquences sur le business	97
 CHAPITRE 8	
<i>QUELLE RÉALITÉ DERRIÈRE LE MÉTIER DE COACH SPORTIF ?</i>	99
■ 8.1. Un périmètre difficile à définir avec précision	101
■ 8.2. La pratique du coaching et les conditions d'exercice professionnel	102
■ 8.3. Le sport : un secteur réglementé	105
■ 8.4. Les conditions d'exercice du coach sportif	111
■ 8.5. Carrière et perspectives d'évolution	112
■ 8.6. La création d'entreprise	114
 CHAPITRE 9	
<i>FAIRE LE CHOIX D'UNE FORMATION DE COACH SPORTIF</i>	117
■ 9.1. Un secteur porteur	119
■ 9.2. Un taux d'emploi élevé	119
■ 9.3. Un métier de passion, de rencontres, d'échanges et de partage	120
■ 9.4. Des opportunités professionnelles importantes	121
■ 9.5. Le choix de l'autonomie	121
 CHAPITRE 10	
<i>LES DIFFÉRENTS CURSUS DE FORMATION</i>	123
■ 10.1. Les titres existants	125
■ 10.2. Le panorama des principales formations sportives	127
■ 10.3. Les formations universitaires	133

■ 10.4. La mention <i>Activité physique adaptée – santé</i> (APA-S)	139
■ 10.5. La mention <i>Éducation et motricité</i>	141
■ 10.6. La mention <i>Entraînement sportif</i>	141
■ 10.7. La mention <i>Management du sport</i>	142
■ 10.8. La mention <i>Ergonomie du sport et performance motrice</i>	142
■ 10.9. Les Masters en STAPS	143
■ 10.10. Les DEUST STAPS	146
■ 10.11. Les licences professionnelles en STAPS	147
■ 10.12. Les diplômes d'université en STAPS (DU STAPS)	154
■ 10.13. Synthèse des formations en STAPS	154
■ 10.14. Le ministère des armées	156
■ 10.15. Le panorama des métiers du sport	157

CHAPITRE 11

FINANCER VOTRE FORMATION 159

■ 11.1. Le Financement du BPJEPS et du CQP	161
■ 11.2. Financement formation continue	167

CHAPITRE 12

RÉUSSIR SA FORMATION BPJEPS 169

■ 12.1. Une formation plurielle selon les profils sportifs	170
■ 12.2. Quel avenir pour cette formation ?	172
■ 12.3. Pourquoi faire le choix de cette formation ?	178
■ 12.4. BPJEPS coach sportif : un diplôme sportif parmi d'autres	181
■ 12.5. Les compétences-clés	185
■ 12.6. Témoignage de membre de jury d'examen (Youcef)	187

CHAPITRE 13

CONSTRUIRE DE NOUVELLES COMPÉTENCES ? 191

- 13.1. Diplômante, qualifiante, certifiante : comment choisir sa formation ? 193
- 13.2. La formation continue : un atout essentiel pour les coachs sportifs 194
- 13.3. Focus sur les formations sport-santé 195
- 13.4. Vers une prise en charge complète de vos clients 207
- 13.5. Gérer les risques : le dopage 209
- 13.6. La prévention du dopage 213
- 13.7. La répression et la sanction 215

CHAPITRE 14

RÉUSSIR SON ENTRÉE SUR LE MARCHÉ DU COACHING 219

- 14.1. Des travailleurs indépendants toujours plus nombreux 221
- 14.2. Les statuts juridiques 222
- 14.3. Les fiscalités ? 238
- 14.4. Quels soutiens financiers pour créer son entreprise 246
- 14.5. Le rôle du réseau ? 250
- 14.6. Les qualités humaines 252
- 14.7. Quelles offres pouvez-vous proposer ? 253

CHAPITRE 15

LE CONTRAT DE TRAVAIL 265

- 15.1. Le cadre juridique du contrat de travail 267
- 15.2. Enjeux de la qualification de contrat de travail 268
- 15.3. Le principe de réalité 269
- 15.4. Les éléments essentiels du contrat de travail 273
- 15.5. La preuve du contrat de travail 274
- 15.6. Le formalisme du CDD spécifique sportif 277

■ 15.7. L'exécution du CDD spécifique sportif	278
■ 15.8. La durée du CDD spécifique sportif	278
■ 15.9. La rupture du CDD	279

CHAPITRE 16

ASSURER SON DÉVELOPPEMENT ET PÉRENNISER SON ACTIVITÉ 281

■ 16.1. Être et durer : comment se préserver physiquement	283
■ 16.2. Diversifier vos activités	284
■ 16.3. Connaître l'actualité de votre activité	285
■ 16.4. Veille scientifique et organismes de référence	285
■ 16.5. La réglementation sportive	285
■ 16.6. Le marketing	286
■ 16.7. Les neurosciences	286
■ 16.8. Le vrai du faux	287
■ 16.9. Développer votre culture générale	288
■ 16.10. L'art de bien s'exprimer à l'oral	289
■ 16.11. L'apprentissage d'une langue étrangère	289
■ 16.12. Lire et peaufiner son écriture	290
■ 16.13. La presse et les ouvrages scientifiques	290
■ 16.14. L'actualité scientifique	292
■ 16.15. Renforcer sa culture générale	292
■ 16.16. Assister à des conférences et des colloques	293
■ 16.17. Savoir entretenir une conversation	294

CHAPITRE 17

LES TENDANCES DU MARCHÉ EN 2025 297

■ 17.2. Quelles sont les tendances observées chez les acteurs principaux ?	305
■ 17.3. Le sport-santé en entreprise ?	308

CHAPITRE 18

LES NOUVELLES TECHNOLOGIES : MENACE OU OPPORTUNITÉS ?

315

- 18.1. La médecine prédictive 317
- 18.2. L'IA générative 318
- 18.3. Santé connectée 319
- 18.4. Les parcours connectés dans les lieux touristiques 320

CHAPITRE 19

ÉTUDE PROSPECTIVE : LE COACH SPORTIF À L'HORIZON 2030-2035

323

- 19.1. Le coach aura-t-il un avatar ? 325
- 19.2. Les technologies émergentes
et leur impact sur le coaching sportif 325
- 19.3. L'IA générative et la santé connectée 326
- 19.4. L'impact du changement climatique 326
- 19.5. Vieillesse de la population et économie de la santé 327
- 19.6. La prévalence des pathologies et la perte d'autonomie 327
- 19.7. Quel est l'état de notre système de santé ? 328

- Conclusion 331
- Bibliographie et sitographie 333
- Présentation des auteurs 335