

# FORMATION EN ANIMATION SPORTIVE COMMUNAUTAIRE

---

---

## SOMMAIRE

<i>A PROPOS DE LA FORMATION</i>	....	<b>03</b>
<i>LES FINALITÉS DE LA FORMATION</i>	....	<b>04</b>
<i>LES BESOINS IDENTIFIÉS</i>	....	<b>05</b>
<i>DES CONSTATS VERS LE PROJET</i>	....	<b>06</b>
<i>ASSOCIER SPORT ET SOCIAL</i>	....	<b>07</b>
<i>LE PUBLIC VISÉ</i>	....	<b>08</b>
<i>LE CONCEPT PÉDAGOGIQUE</i>	....	<b>09</b>
<i>CONTENU DE LA FORMATION</i>	....	<b>10</b>
<i>LE STAGE</i>	....	<b>11</b>
<i>RÉSULTATS ATTENDUS</i>	....	<b>12</b>
<i>QUI SOMMES-NOUS ?</i>	....	<b>13</b>

---

# A PROPOS DE LA FORMATION

Le sport est de plus en plus pratiqué en dehors des structures classiques que sont l'école ou les clubs sportifs. Soutenus par les pouvoirs publics et par divers acteurs privés, un nombre croissant d'associations ou d'institutions mettent en place des activités sportives comme **outil d'intégration sociale, d'amélioration de la santé** ou **d'insertion professionnelle**.

Partant de ce constat de base, la formation en animation sportive communautaire vise à offrir des **outils pratiques** et **des compétences théoriques** dans la conduite d'**activités physiques collectives** pour le **tout public** à des **jeunes adultes rencontrant des difficultés de (ré)insertion professionnelle**.

## ***Que fait l'animateur·trice sportif·ve communautaire ?***

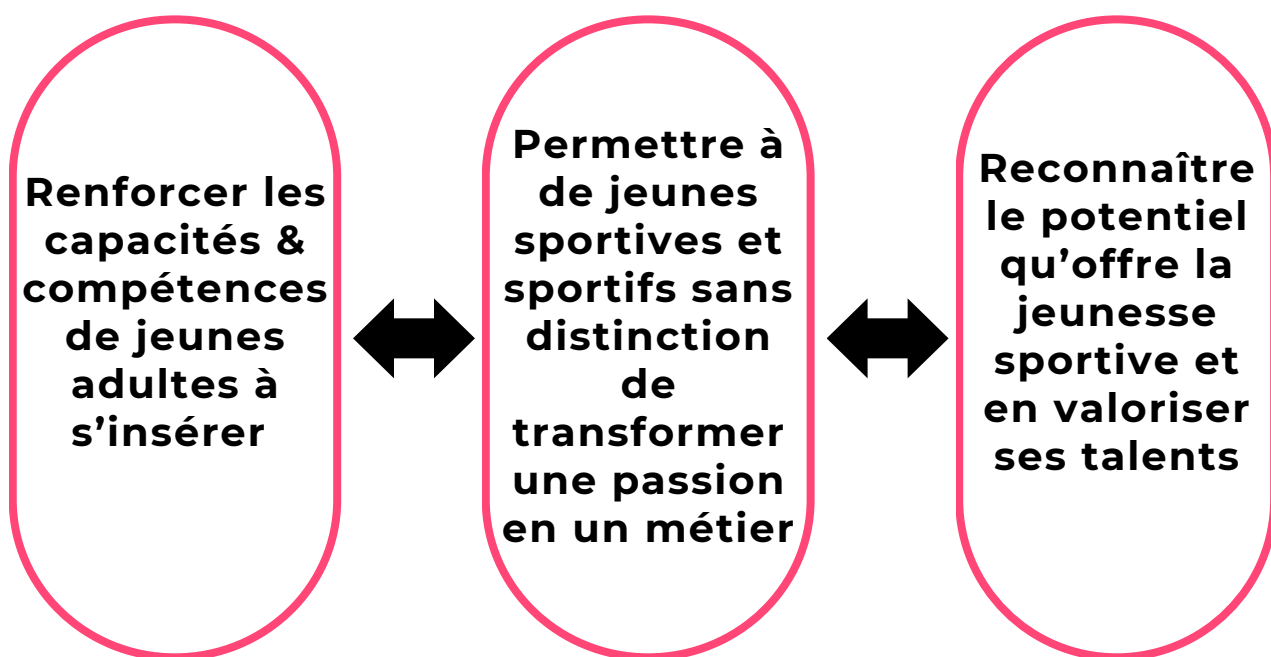
Il encourage l'accès à la pratique sportive pour un public non- ou peu sportif, de manière empathique et bienveillante.

Notre inspiration à la base de la création de la formation nous vient du Canada. En effet, l'Association canadienne des entraîneurs sportifs communautaires forment des professionnel·les à la **pratique sportive non-compétitive et inclusive**. Cette structure a pour mission d'aider les participant·es de tous âges à apprendre, à participer et à s'amuser.

Le présent document décrit les contours de cette formation en partant de ces finalités. Il aborde ensuite plus en détails les constats sur lesquels ce projet se base. Puis, il précise les besoins identifiés, ainsi que le concept pédagogique de la formation, tout en dévoilant les manières dont celle-ci s'opère concrètement.

# LES FINALITÉS DE LA FORMATION

La formation en animation sportive communautaire vise plusieurs objectifs cruciaux pour le développement personnel et professionnel des individus.



## **Renforcer les capacités/compétences des jeunes adultes à s'insérer**

Cette formation développe les compétences pratiques et théoriques nécessaires pour travailler dans divers environnements sportifs, favorisant ainsi l'insertion professionnelle des jeunes dans le domaine du sport.

## **Permettre à de jeunes sportives et sportifs sans distinction de transformer une passion en un métier**

Elle offre l'opportunité de convertir un intérêt personnel pour le sport en une carrière viable, en fournissant des compétences en animation et gestion d'activités sportives adaptées à différents groupes communautaires.

## **Reconnaître le potentiel qu'offre la jeunesse sportive et en valoriser ses talents**

La formation reconnaît et valorise les talents sportifs chez les jeunes, en leur donnant les outils pour exceller et, potentiellement, pour devenir des leaders dans leurs communautés.

---

# LES BESOINS IDENTIFIÉS

## ABSENCE DE FORMATIONS VISANT UNE PRATIQUE SPORTIVE NON-COMPÉTITIVE

Contrairement aux clubs ou aux écoles, les associations et institutions qui ont recours au sport comme outil d'intégration, d'amélioration de la santé ou de (ré)insertion, **ne bénéficient pas toujours de personnel qualifié et capable d'encadrer les activités sportives.** La raison est simple : en Suisse, il n'existe à ce jour **aucune formation adaptée à ces besoins nouveaux.**

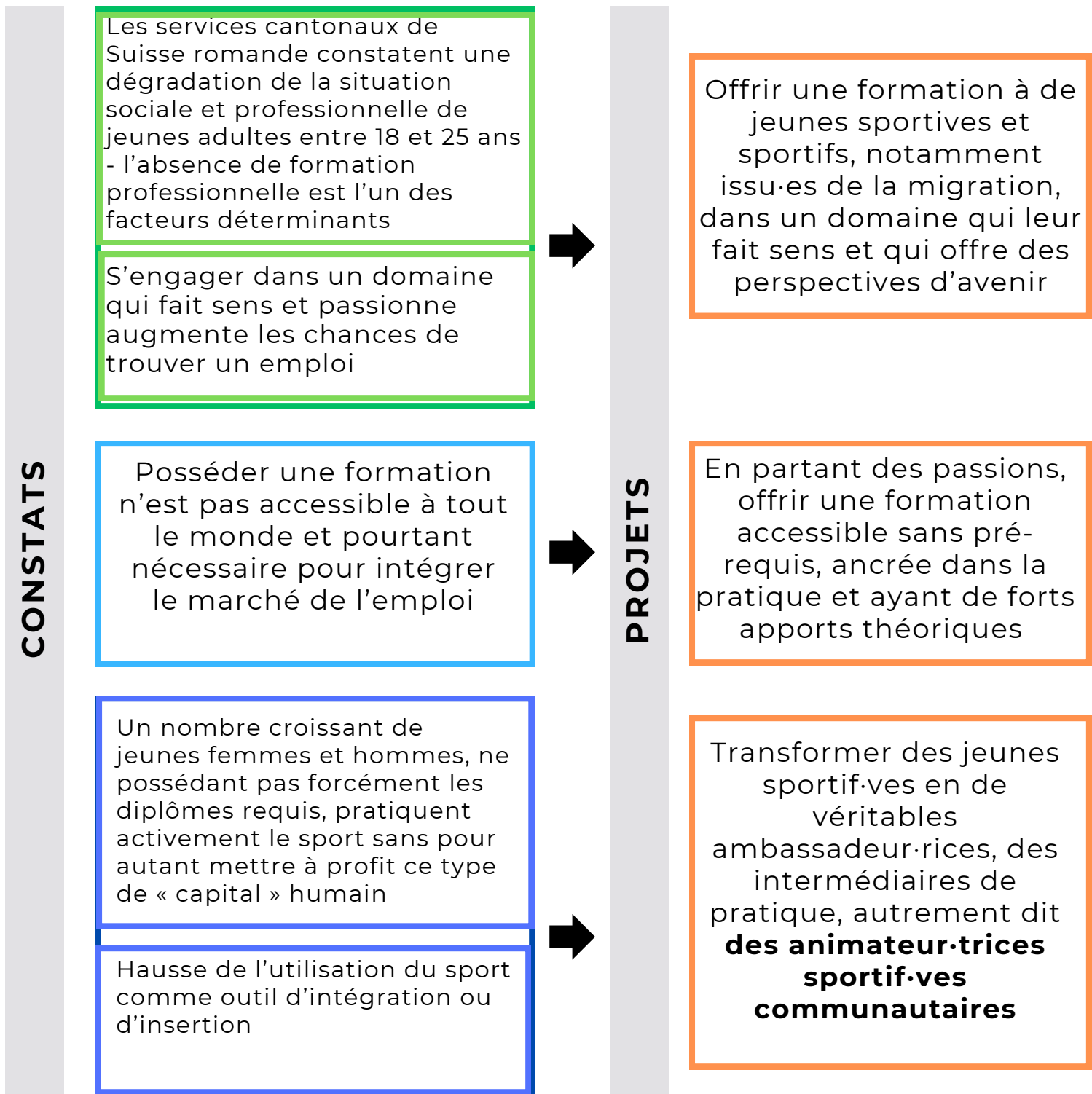
Il est important de souligner que les formations en travail social ne prennent pas en compte les aspects spécifiques des sciences du sport et que les entraîneur·euses formé·es via les programmes actuels, comme ceux offerts dans le cadre de "Jeunesse et Sport", sont principalement techniques et orientés vers la compétition.

## IMPORTANCE D'UN PERSONNEL QUALIFIÉ AFIN D'ENCADRER LA PRATIQUE SPORTIVE

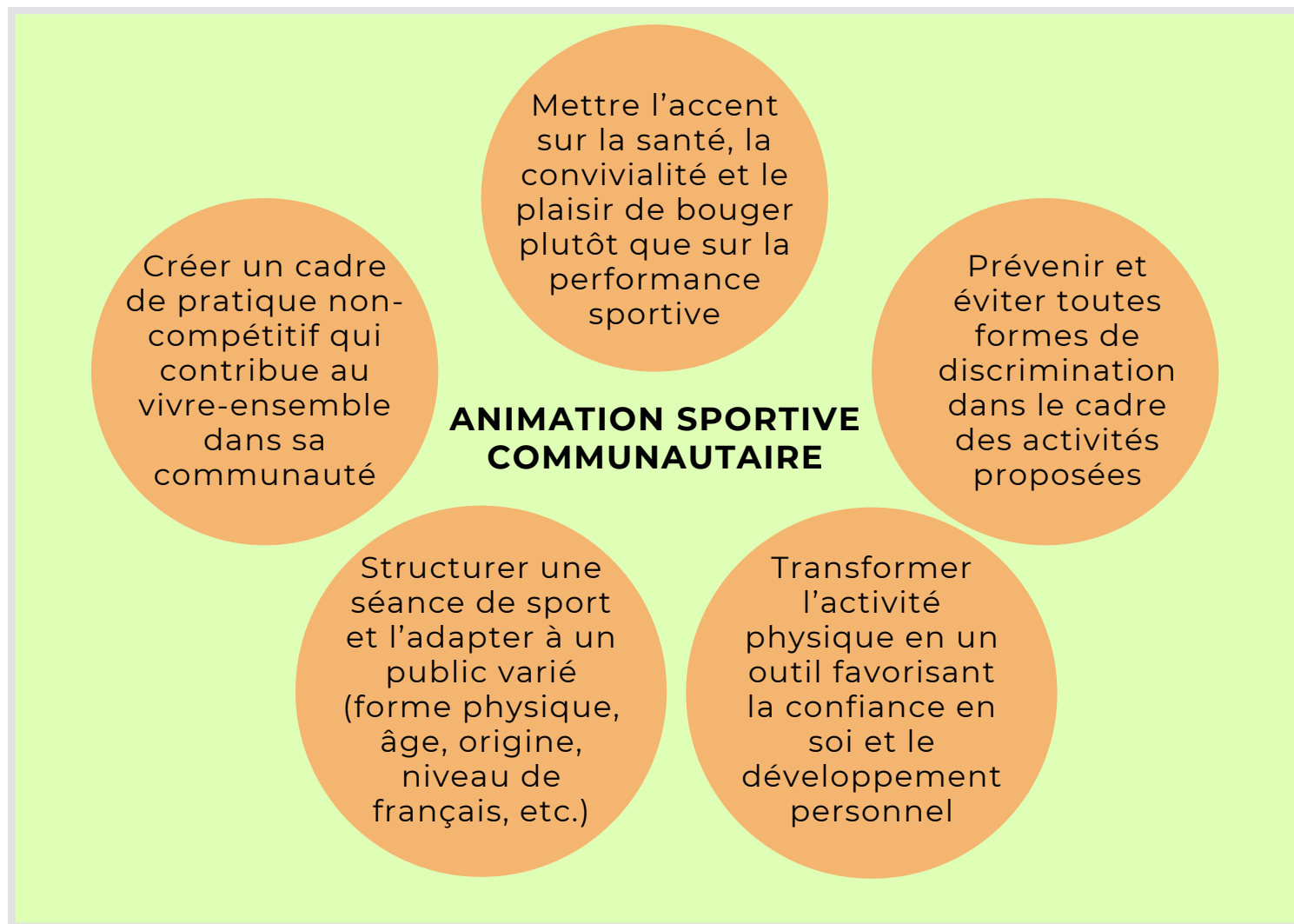
La présence d'encadrants qualifiés est cruciale en milieu sportif. Le sport offre des bénéfices substantiels pour la santé mentale et physique, favorise l'intégration sociale et soutient la réinsertion socio-professionnelle. Cependant, sans une pratique adéquate et un encadrement par des professionnels formés, les risques sont multiples : blessures physiques, stress psychologique, discriminations, perpétuation de stéréotypes de genre, et usage de substances dopantes. Afin d'adresser ces problèmes, les formations en animation sportive communautaire sont essentielles pour préparer des encadrants compétents et informés.

## DES CONSTATS VERS LE PROJET :

### UNE MESURE ORIGINALE DE (RÉ)INSERTION PROFESSIONNELLE



## ASSOCIER « SPORT » ET « SOCIAL » : UNE MISSION EN FAVEUR DU VIVRE-ENSEMBLE



### LES ACTIONS ET RESPONSABILITÉS DES ANIMATEUR·TRICES SPORTIF·VES :

1. Encourager l'accès à la pratique sportive pour le public non-sportif
2. S'assurer que la pratique sportive hors clubs se fasse de manière saine et « safe »
3. Orienter la pratique sportive de sorte qu'elle contribue au vivre ensemble
4. Tirer le meilleur parti du sport afin qu'il se transforme en un outil d'intégration

---

# LE PUBLIC VISÉ

## 01. Les futur·es animateur·trices sportif·ves communautaires

Jeunes adultes sportif·ves, sans formation ou sans emploi fixe, issu·es ou non de la migration.

## 02. Les structures qui auront recours aux diplômé·es

**Associations & maisons de quartiers & organismes** travaillant avec un public vulnérable, des personnes migrantes, peu sportives ou âgées, désirant mettre en place des activités sportives dans un cadre bienveillant, avec comme optique la promotion de la santé et la création et le renforcement des liens sociaux.

## 03. Le public qui bénéficiera de l'expertise des diplômé·es

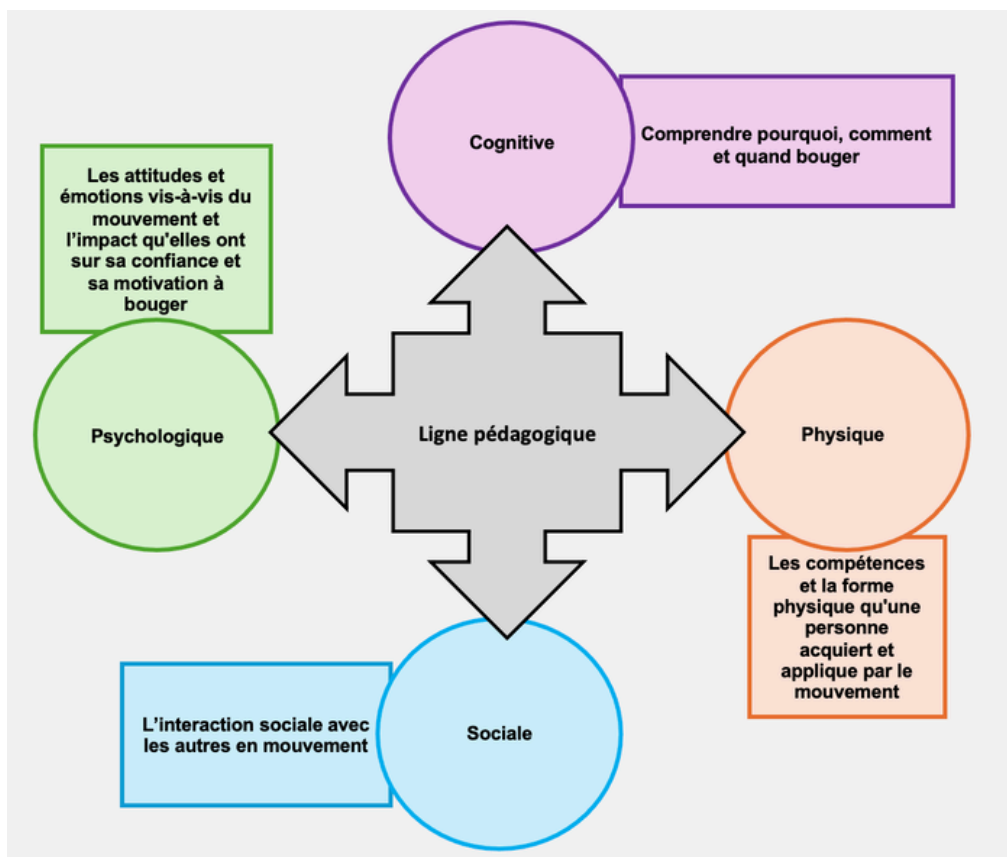
**Personnes âgées, jeunes sportifs hors des structures classiques, personnes migrantes, personnes peu sportives, ayant besoin d'un accompagnement.**

La première volée de la formation (printemps 2023) a permis de former **11 animateur·trices sportif·ves communautaires**. Si chaque coach diplômé·e encadre une vingtaine de personnes par année lors de séances régulières, d'ici trois ans, **entre 800 et 1000 personnes** en situation de vulnérabilité pourraient bénéficier des conseils et compétences des **40 à 50 animateur·trices** ainsi formé·es.



# LE CONCEPT PÉDAGOGIQUE

Le **concept pédagogique** est structuré autour de quatre axes transversaux : physique, cognitive, psychologique, sociale



Concrètement, la formation en animation sportive communautaire comporte **trois volets principaux** :

- **5 modules de formation d'une journée** : chaque module se compose d'une partie théorique et d'une partie pratique qui peut avoir lieu en extérieur (par exemple, Parcours Vita ou installations Street workout).
- **Une formation pratique dans une organisation partenaire** (minimum 2-3 observations sur site).
- **Un coaching en (ré)insertion individualisé** : chaque participant·e bénéficie de 5 heures de coaching individuel avec un·e conseiller·ère en orientation professionnelle. Le but des entretiens est d'aider à identifier des objectifs spécifiques, d'élaborer des plans d'action concrets qui vont accompagner le ou la participant·e sur son chemin vers l'insertion professionnelle.

# CONTENU DE LA FORMATION

## MODULE 1

### Encadrer des débutant-es

Être capable d'amener un public non-sportif vers une pratique régulière et de planifier une activité sportive

**Tamara Strasser**, diplômée APAS

## MODULE 3

### Diversité culturelle, genre et inclusion

Obtenir les bases de la communication interculturelle, encourage la participation des femmes et lutter contre toutes formes de discriminations

**Dr. Jérôme Berthoud**, expert diversité culturelle dans le sport

**Dre. Solène Froidevaux**, experte genre et sport

## MODULE 5

### Nutrition

Acquérir les bases d'une nutrition saine dans le cadre de la pratique sportive (avant, pendant, après l'effort)

### Délphine Amstutz

diététicienne, MSc. Santé globale, coordinatrice de l'Association Agents de Santé et chargée de cours - Haute Ecole de Santé de Genève

## MODULE 2

### Posture de l'animateur-trice sportif-ve

Être capable de gérer un groupe d'activité physique en créant une atmosphère motivante et en s'adaptant aux besoins et envie de chacun-e

**Marie Corpataux**, diplômée APAS  
Chargée de projet - Unisante

## MODULE 4

### Prévention des blessures

Être en mesure de conseiller les pratiquant-es afin d'éviter les blessures et garantir une pratique sportive saine et sécurisée

### Guillaume Servant

physiothérapeute du sport, Hôpital La Tour

## STAGE

### Observation, action, évaluation

Une soirée introductive est organisée la semaine précédant le premier module avec pour objectif d'introduire les enseignements théoriques, ainsi que les exigences de la formation.

---

# LE STAGE

## CONDITIONS

Les stages ont lieu de mars à mai et sont organisés en partenariat avec les entités suivantes :

- Association Pervenches
- Association Europe-Charmilles
- Association Camarada
- Association AMCO
- Association Impact-Développeur de potentiels (Sport'Impact)
- Association FLAG21
- Lemans Running
- Foyer des Tattes, Hospices général
- Programme La Forme
- Centre de La Roseraie

La forme du stage (activité animée par le ou la participant-e, nombre d'observations, etc...) est convenu avec le partenaire en question.

Les participant-es doivent participer à un minimum de deux séances en tant qu'observateur·trice avant de donner en total autonomie une séance. Elles et ils seront encadré·es par un· référent·e au sein de la structure d'accueil et évalué·es par un·e professionnel·le de l'Observatoire du sport populaire.

## FIN DE FORMATION

La formation se termine par un examen oral durant lequel les participant-es sont amené·es à synthétiser les éléments clés de leur stage en adoptant un regard critique. Elles et ils sont également questionné·es sur la matière transmise durant les cinq modules de la formation.

Durée totale de la formation : **4 mois** (mars à juin)

Nombre d'heures de travail par participant·e :

- |   |           |
|---|-----------|
| • Participation aux modules               | 42 heures |
| • Travail de lecture/préparation          | 10 heures |
| • Stage (préparation incluse)             | 15 heures |
| • Évaluation finale (préparation incluse) | 10 heures |

**TOTAL**

**77 heures**

---

# RÉSULTATS ATTENDUS

## LA FORMATION EN ANIMATION SPORTIVE COMMUNAUTAIRE OFFRIRA AUX PARTICIPANT·ES :

- Une confiance en soi retrouvée ainsi que la motivation à poursuivre son insertion sur le marché de l'emploi
- Une formation certifiée par l'Observatoire du sport populaire et reconnue par de nombreux partenaires associatifs qui peut être valorisée sur un CV
- Des compétences dans l'accompagnement de personnes peu ou non sportives
- Un réseau formé d'expert·es et d'autres participant·es partageant des profils similaires et complémentaires
- Un suivi professionnel sur mesure donné par un· coach en insertion professionnelle

---

# QUI SOMMES-NOUS ?

## OBSERVATOIRE DU SPORT POPULAIRE

La formation en animation sportive communautaire fait partie des activités de l'Observatoire du sport populaire dont la mission est d'étudier la capacité des acteurs et actrices du sport à faire face aux changements sociaux, et de conseiller les organisations sportives et les autorités publiques par une approche scientifique, celle des sciences sociales.

### Mettre les sciences sociales au service du sport

L'association oeuvre dans trois d'action principaux:

- **Inclusion:** favoriser l'accès à la pratique sportive sans distinction de genre, âge, parcours migratoire, classe sociale ou handicap;
- **Intégrité:** prévenir toute forme d'abus dans le cadre de la pratique sportive, notamment envers les enfants et les personnes les plus vulnérables;
- **Gouvernance:** établir des bonnes pratiques dans le système de gouvernance et la gestion des organisations sportives amateurs.

L'association existe depuis 2022. L'année 2023 a vu exploser le nombre de projets réalisés au sein de l'Observatoire du sport populaire dans les domaines de la formation, de la vulgarisation et des revues de littérature, la mise sur pied d'actions de terrain, le développement de concepts d'évaluation ou encore la rédaction de documents stratégiques.

Parmi les récents mandats reçus :

- Une enquête qui a débouché sur la mise en place d'**un dispositif de prévention des violences dans les milieux sportifs genevois**
- Une étude sur l'**inclusion dans le sport** de Special Olympics
- Une étude prospective sur la **politique sportive** du Canton de Vaud

## CONTACT :

Observatoire du sport populaire  
Chemin des ramiers 10  
1022 Chavannes-près-Renens

[info@sportpop.ch](mailto:info@sportpop.ch)

[www.sportpop.ch](http://www.sportpop.ch)

