



Convention des entraîneurs de l'UEFA

Cursus minimal : diplôme Pro de l'UEFA

Édition 2020



PROFIL DE L'ENTRAÎNEUR

Tout titulaire d'une licence Pro de l'UEFA doit avoir une compréhension claire de la manière de développer et d'entraîner les joueurs et les équipes au niveau professionnel, et doit démontrer des compétences dans les quatre domaines ci-dessous.

Entraîneur professionnel

- » Travailler comme entraîneur principal de l'équipe première d'un club professionnel ou, dans certains cas, comme membre du staff technique au niveau professionnel.
- » Travailler en étroite collaboration avec le staff technique et les autres membres du personnel, et les diriger.
- » Participer à l'élaboration et à l'application de la politique technique et de la philosophie du club.
- » Assurer un bon équilibre entre les aspects professionnels et privés de la vie des joueurs.
- » Travailler avec des joueurs professionnels de différents milieux culturels, âges et niveaux d'expérience (p. ex. de jeunes talents, des joueurs expérimentés et des joueurs vedettes).
- » Gérer tous les facteurs ayant un impact sur les performances de l'équipe : médias, agents de joueurs, supporters, recruteurs, éthique du sport, etc.
- » Être responsable envers la direction du club : propriétaire du club, comité de direction du club, directeur technique, etc.
- » Contribuer à la politique générale du club.

Joueurs et équipe

- » Planifier, mettre en œuvre et soutenir le développement individuel des joueurs, y compris leurs propres objectifs, et appliquer la politique technique du club.
- » Orienter et soutenir les joueurs, leur permettre de prendre des responsabilités dans leur développement individuel et les impliquer dans le processus pour encourager l'autodiscipline.
- » Contribuer au développement de l'équipe en collaboration avec le personnel d'encadrement, à savoir le staff technique, le personnel médical et le personnel affecté aux performances.
- » Gérer tous les aspects liés aux performances de l'équipe.
- » Instaurer une mentalité de vainqueur et une culture de la haute performance dans un environnement positif au niveau professionnel.

Cadre d'entraînement

- » Préparer et diriger des séances d'entraînement individuelles et collectives au niveau professionnel.
- » Travailler avec les joueurs individuellement et avec l'ensemble de l'équipe, et comprendre dans quelle mesure la conception des séances d'entraînement peut influencer les performances au niveau professionnel.
- » Concevoir des séances d'entraînement axées sur le jeu (tactique d'équipe), notamment concernant les adversaires, la pression et l'intensité.
- » Préparer, réaliser et analyser les séances d'entraînement conformément à la philosophie du club en matière d'entraînement.
- » Concevoir un plan saisonnier en matière de tactique d'équipe et de préparation physique conformément au programme des compétitions et aux objectifs du club.
- » Envisager et adopter une approche interdisciplinaire de la préparation et du développement physiques et mentaux, dans la mesure du possible en collaboration avec les autres membres du staff pluridisciplinaire, notamment les analystes de la performance, les préparateurs physiques, les scientifiques du sport, le personnel médical et les autres spécialistes de la performance.

Matches

- » Préparer une équipe à disputer des matches au niveau professionnel et la diriger pendant ces matches.
- » Utiliser le jeu pour développer chaque joueur et l'équipe, mais également pour instaurer une mentalité de vainqueur et une culture de la haute performance.
- » Préparer le plan de match (avec le staff) conformément à la philosophie de jeu du club, en tenant compte de l'équipe adverse.
- » Analyser les matches (avec le staff) en tant qu'outil d'évaluation et d'apprentissage pour les joueurs à titre individuel et pour l'équipe dans son ensemble.

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

Entraîneur professionnel		
Compétences	Modules	Heures de formation
<ul style="list-style-type: none"> Comprendre le rôle de l'entraîneur dans le football professionnel. Créer un cadre positif propice à la haute performance. Être exigeant, professionnel et flexible (prêt à faire des compromis si nécessaire) dans un environnement axé sur la haute performance (équilibre). Conserver une attitude positive sur le terrain et en dehors. Adhérer à des valeurs appropriées en ce qui concerne l'esprit du jeu, l'éthique du sport et le dopage. 	Philosophie, valeurs et croyances	
<ul style="list-style-type: none"> Appliquer la vision du club en matière de football, tout en respectant la vie sociale et la vie privée des joueurs. Entraîner l'équipe/les joueurs d'une manière qui convienne à leur âge, à leur expérience et à leur stade de développement. Promouvoir une approche axée sur le développement de la performance, en insistant sur l'importance de gagner. Comprendre et analyser dans quelle mesure la technologie peut être utilisée pour suivre et gérer la charge physique imposée à chaque joueur lors des entraînements et des matches. 	Méthodologie d'apprentissage : le rôle de l'entraîneur	
<ul style="list-style-type: none"> Faire preuve de leadership, de management et dispenser un entraînement de qualité au niveau professionnel. Appliquer les différentes méthodes d'enseignement, d'apprentissage et de leadership (modèles d'entraînement). Avoir une compréhension claire des besoins individuels des joueurs professionnels et respecter leur vie privée. Rendre les joueurs attentifs à l'importance de leur style de vie et d'une image publique positive. Savoir prendre des décisions difficiles pour obtenir le résultat souhaité. Gérer l'impact des médias. 	Leadership	
<ul style="list-style-type: none"> Collaborer efficacement avec le staff technique dans le cadre du processus de développement et de performance, à savoir avec l'entraîneur assistant, l'entraîneur de gardiens, le préparateur physique, le médecin de l'équipe, etc. Travailler avec le personnel participant à la détection des talents, au recrutement et à la sélection des joueurs professionnels. Contribuer à la politique technique de l'équipe, basée sur la politique du club, la soutenir et l'appliquer. Soutenir la politique de RSE du club et jouer un rôle actif dans cette politique : interactions sociales avec les parties prenantes locales, projets de responsabilité sociale du club. Gérer les divers facteurs ayant une influence sur les performances des joueurs et de l'équipe, notamment le comité de direction du club, les familles des joueurs, les médias et les supporters. Comprendre l'importance de collaborer avec les médias de manière positive et efficace dans le contexte du football professionnel dans son ensemble : comment, quoi, pourquoi et quand ? 	Collaboration	
<p>La partie du cours consacrée au domaine « entraîneur » doit comprendre au moins 60 heures de formation pragmatique.</p>		

¹ Le nombre exact d'heures de formation dans les modules de cours doit être défini par chaque partie à la Convention.

Joueurs et équipe		
Compétences	Modules	Heures de formation
<ul style="list-style-type: none"> Comprendre les particularités et les besoins des joueurs professionnels. Fixer des objectifs individuels aux joueurs et les réviser constamment, en fonction de leurs capacités techniques, tactiques et physiques et des exigences psychologiques liées au football professionnel. Impliquer les joueurs dans le processus de fixation et d'analyse permanente des objectifs pour encourager l'autodiscipline. Comprendre les caractéristiques des jeunes joueurs (à haut potentiel) et les aider à s'intégrer dans une équipe professionnelle et dans un environnement basé sur les résultats. Utiliser les différentes méthodes d'évaluation et de réflexion ainsi que les techniques de feed-back pour guider efficacement les joueurs dans leur processus de développement individuel. Motiver et inspirer les joueurs au niveau professionnel. Préparer les joueurs à la gestion du stress et de la pression. 	Connaissance des joueurs	
<ul style="list-style-type: none"> Constituer une équipe efficace et mettre en place la bonne dynamique d'équipe au niveau professionnel en impliquant les joueurs dans les aspects suivants : <ul style="list-style-type: none"> » clarification des différents rôles sociaux au sein du groupe ; » définition de standards sur le terrain et dans les vestiaires ; » fixation d'objectifs d'équipe ; » motivation, inspiration et création d'une atmosphère agréable ; et » gestion des déceptions et des conflits. 	Consolidation de l'esprit d'équipe	
<ul style="list-style-type: none"> Présenter et évaluer des exemples pratiques d'une approche intégrée et d'une approche isolée de la préparation physique. Appliquer les principes de la charge d'entraînement, de la récupération et des tests de condition physique pour produire un programme de préparation physique sûr et équilibré au niveau professionnel. Intégrer des exercices de suivi et de gestion de la charge (équilibre entre charge de travail, capacité et récupération) aux routines quotidienne et hebdomadaire. Évaluer la charge physique interne et externe durant les entraînements et les matches, dans la mesure du possible au moyen de données obtenues grâce aux technologies de recueil de données sur les joueurs. 	Développement physique	
<ul style="list-style-type: none"> Soutenir les joueurs pour les aider à faire face aux exigences psychologiques du jeu. Soutenir les joueurs dans les domaines suivants liés à leurs performances dans le football professionnel : <ul style="list-style-type: none"> » gestion de la pression et du stress ; » gestion d'exigences diverses : équilibre entre les aspects liés au football professionnel et à la vie privée ; et » entraînement mental. Développer la volonté de progression des joueurs et ses aspects individuels : apprentissage, engagement, effort, résilience et autodiscipline. 	Développement psychologique	
<ul style="list-style-type: none"> Intégrer différentes cultures (langues) dans le contexte d'une équipe professionnelle dans une optique de cohésion sociale. Instaurer un solide esprit d'équipe et une mentalité de vainqueur grâce à des actions, à une communication et à un comportement agréables et positifs. Comprendre l'importance d'un bon équilibre entre les aspects liés au football professionnel et à la vie privée des joueurs. Établir une communication efficace dans différentes situations problématiques au sein de l'équipe impliquant des joueurs, des entraîneurs ou des membres du personnel d'encadrement. Comprendre les médias sociaux et les répercussions qu'ils peuvent avoir sur la cohésion de l'équipe et sur la performance s'ils sont mal employés. 	Développement social	
La partie du cours consacrée aux joueurs doit comprendre au moins 60 heures de formation pragmatique.		

Cadre d'entraînement		
Compétences	Modules	Heures de formation
<ul style="list-style-type: none"> Comprendre les exigences techniques, tactiques et physiques relatives au développement et à l'amélioration de la performance dans le football professionnel. Intégrer régulièrement la prise de décisions et la résolution de problèmes aux séances d'entraînement. 	Conception et contenu des séances d'entraînement	
<ul style="list-style-type: none"> Comprendre la périodisation au niveau individuel et de l'équipe. Concevoir des plans (techniques, tactiques et physiques) hebdomadaires, mensuels et saisonniers axés sur le développement de chacun des joueurs et de l'équipe dans le football professionnel. Planifier, réaliser et analyser des séances d'entraînement tactiques (adversaires, pression, intensité) en collaboration avec le personnel d'encadrement. Planifier, réaliser et analyser, en collaboration avec le personnel d'encadrement, des séances de préparation physique intégrée qui tiennent compte de l'objectif physique de la séance, de la charge physique attendue, du contenu approprié, des exercices et des étapes méthodologiques. Planifier et réaliser des séances personnalisées d'entraînement technique, tactique ou physique adaptées au niveau et au stade de développement et joueurs, et assurer le suivi de ces séances, p. ex. pour les jeunes joueurs à haut potentiel. Utiliser les technologies modernes les plus adéquates pour gérer, analyser et évaluer le processus d'entraînement. 	Planification, réalisation et analyse	
<ul style="list-style-type: none"> Créer un environnement d'apprentissage stimulant et positif pour les joueurs professionnels, tant sur le terrain qu'en dehors. Utiliser différents types de leadership et méthodes d'enseignement en fonction du niveau et des besoins des joueurs. Bien encadrer l'équipe/les joueurs pendant les séances d'entraînement. Analyser les séances et réfléchir à la manière d'optimiser la performance individuelle et celle de l'équipe, en permanence. Recourir à des séances de feed-back individuel et collectif pour améliorer l'efficacité du processus d'entraînement. 	Climat d'apprentissage	
<ul style="list-style-type: none"> S'assurer du bien-être des joueurs. Appliquer des stratégies basées sur un style de vie sain : régénération, nutrition, hydratation et sommeil. Comprendre et appliquer les stratégies de prévention des blessures, de rééducation, de reprise de l'exercice, de l'entraînement et des matches, ainsi que d'entraînement de la performance. Connaître le code de conduite du club ou de l'organisation et se comporter en conséquence. 	Santé et bien-être	
La partie du cours consacrée au cadre d'entraînement doit comprendre au moins 60 heures de formation pragmatique.		

Matches		
Compétences	Modules	Heures de formation
<ul style="list-style-type: none"> • Lire et analyser le jeu au niveau professionnel sur la base des tâches confiées aux joueurs et à l'équipe, notamment en étudiant les équipes adverses. • Connaître et employer les outils modernes d'analyse avant, pendant et après un match. • Analyser les performances individuelles des joueurs au regard de leurs tâches et de leur plan de développement. • Aider les joueurs à évaluer leur propre jeu et à adapter leur comportement durant un match. • Analyser et évaluer les matches du point de vue de la performance de l'équipe (tâches), en collaboration avec le personnel chargé de la performance, afin de produire des séances de feed-back pragmatique et d'accroître l'efficacité du processus d'entraînement. 	Analyse des matches et des performances	
<ul style="list-style-type: none"> • Appliquer efficacement différents styles de jeu et formations dans le football professionnel. • Comprendre les différents postes et tâches des joueurs dans les différents systèmes de jeu. • Connaître les dernières tendances en matière de technique, de tactique et de préparation physique et les appliquer au style de jeu. 	Styles de jeu	
<ul style="list-style-type: none"> • Préparer les joueurs individuels et l'équipe à réaliser leurs meilleures performances lors des matches en collaboration avec le personnel d'encadrement, p. ex. dans le cadre de la sélection des joueurs, des plans de jeu et des discussions d'équipe. • Dispenser des conseils efficaces et positifs durant les matches afin que les joueurs réalisent leur plein potentiel. • Encourager les joueurs à être autonomes dans la prise de décisions et la résolution de problèmes. • Évaluer les matches en collaboration avec le staff technique. 	Environnement de match	
La partie du cours consacrée aux matches doit comprendre au moins 60 heures de formation pragmatique.		

Contenu interactif dirigé, hors autoformation		Au moins 300 heures
Expérience de travail dans le contexte du club ²		Au moins 60 heures
Heures minimales de formation pragmatique :		360³
Visites d'étude ⁴		

² Le cours doit inclure un travail en très petits groupes effectué par les participants dans leur propre club et supervisé par le formateur.

³ Heures minimales de théorie et de pratique en dehors du terrain : 140
Heures minimales de modules pratiques sur le terrain, y compris l'expérience professionnelle : 220

⁴ Des visites d'étude individuelles ou en groupe dans un contexte axé sur le sport professionnel et la haute performance doivent être incluses pour élargir les compétences des participants. Le nombre d'heures de visites d'étude vient s'ajouter aux 360 heures minimales de formation.

ÉVALUATIONS

Évaluation formative et évaluation sommative	
Théorie : l'entraîneur doit être en mesure de comprendre et d'expliquer ce qui suit.	Pratique : l'entraîneur doit être capable d'appliquer les principes ci-dessous.
<ul style="list-style-type: none"> • Entraîneur professionnel <ul style="list-style-type: none"> » Comprendre l'environnement du football professionnel et l'importance d'un bon équilibre entre vie professionnelle et vie privée. » Posséder sa propre philosophie du football au niveau professionnel (caractéristiques spécifiques à ce niveau). » Utiliser des styles de leadership et une méthodologie d'entraînement appropriés au niveau professionnel. » Savoir prendre des décisions difficiles en cas de nécessité pour obtenir le résultat souhaité. » Collaborer avec le staff technique et les autres membres du personnel, les gérer et les diriger. » Comprendre l'importance d'une gestion verticale efficace et savoir l'implémenter, notamment avec le propriétaire et le comité de direction du club ainsi que le directeur technique. » Collaborer avec les médias d'une manière positive et efficace qui reflète le contexte du football professionnel dans son ensemble. • Joueurs et équipe <ul style="list-style-type: none"> » Connaître les caractéristiques et les besoins des joueurs et de l'équipe au niveau du football professionnel. » Constituer une équipe efficace et développer la bonne dynamique d'équipe au niveau professionnel. » Développer les capacités techniques, tactiques et physiques des joueurs professionnels. • Cadre d'entraînement <ul style="list-style-type: none"> » Planifier, réaliser et analyser des séances d'entraînement à partir des programmes d'entraînement hebdomadaires et mensuels sur la base de l'analyse de la performance individuelle et collective lors des matches. » Utiliser les technologies modernes les plus adéquates pour gérer, analyser et évaluer le processus d'entraînement. » Comprendre les avantages d'une approche intégrée et d'une approche isolée de la préparation physique. » Appliquer des stratégies basées sur un style de vie sain : régénération, nutrition, hydratation et sommeil. » Comprendre et appliquer les stratégies de prévention des blessures, de rééducation, de reprise de l'exercice, de l'entraînement et des matches, ainsi que d'entraînement de la performance. • Matches <ul style="list-style-type: none"> » Préparer les joueurs et l'équipe à disputer des matches au niveau professionnel, p. ex. dans le cadre de plans de jeu et de discussions d'équipe. » Dispenser des conseils efficaces et positifs durant les matches afin que les joueurs réalisent leur plein potentiel. » Analyser la performance individuelle des joueurs et celle de l'équipe au niveau professionnel. 	
<p>Journal de bord personnel de l'entraîneur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Préparer un plan de périodisation détaillé de plusieurs parties de la saison, p. ex. avant-saison, début de saison, milieu de saison, etc., dans le cadre d'une planification saisonnière globale. • Analyser et passer en revue les séances d'entraînement et les matches (y compris le jeu des adversaires) au niveau professionnel durant une période spécifiée par l'association. • S'auto-évaluer, réfléchir et savoir adapter la planification et les activités d'entraînement futures en conséquence au niveau professionnel. • Travailler de manière cohérente avec chaque joueur et avec l'équipe sur tous les aspects de leur développement dans le contexte du football professionnel, en collaboration avec le staff technique et avec le personnel d'encadrement. 	
Présentation d'un travail de diplôme basé sur le plan de développement personnel de l'étudiant	