

Responsable : Dr YESSOUFOU Lafiou

Docteur de l'Université d'Abomey-Calavi (UAC)

Assistant à l'INJEPS

Entraîneur national de football

Responsable du développement du football des jeunes à la DTN / FBF

Directeur du centre de formation "TU- FOOT - ACADEMIE"

Adresse : 03 BP. 237 Agbokou- Porto-Novo (BENIN)

Tél : (00229) 97 32 68 14 Email : yessoufoulafiou@yahoo.fr

EXAMEN TERMINAL DE COACHING

Durée : 45 mn

1 - Après la définition des mots « **coach** » et « **manager** », choisissez la personne convenable parmi ces propositions, pour entraîner l'équipe nationale de votre pays. Justifiez votre réponse. **(03 pts)**

- a – Un athlète Américain sans formation de coach
- b – Un Français ayant une formation d'enseignant d'EPS
- c – Un Béninois ancien athlète ayant suivi une bonne formation de coach

2 - Dites les tâches générales de ce dernier. **(02 pts)**

3 - Ce coach désire rassembler autour de lui, des personnes ressources, spécialisées dans leur domaine respectif, pour atteindre les objectifs qui seront fixés.

Comment appelle-t-on ce groupe ? Donnez sa composition. **(02 pts)**

4 – En fin de votre formation à l'INJEPS, vous êtes invités à une journée de réflexion, sur votre discipline sportive. Vous avez suggéré une réorganisation à la base ; (développer la spécialité chez les jeunes en créant des écoles et des centres de formation). **(03 pts)**

- a- Dites quel genre de coach doit intervenir à ce niveau, Pourquoi ?
- b- Donnez son rôle.
- c- Quelles différences faites-vous entre ce coach et celui recruté, pour votre équipe nationale ?

5- Répondez par vrai ou faux les affirmations suivantes : (10 pts)

- a- Le coach est un manager.
- b - S'entraîner, c'est apprendre à s'exercer et à se corriger.
- c - Un entraîneur doit être trop accaparé par sa spécialité.
- d - Un coach doit être un psychologue et un biomécanicien.
- e - Dans le feed-back, le ton de la voix doit être monotone.
- f - Un manager est un coach.
- g - Au début d'une séance d'entraînement, il faut l'évaluation et le contrôle des acquis.
- h - La motivation première des jeunes : c'est jouer ou nager.
- i - Lors d'un entraînement on peut ignorer le rapport optimal effort-repos.
- j - Un bon coach doit avoir des connaissances en physiologie, anatomie et pédagogie.

