

## Examen Entraîneur-e A – Prescriptions d'examen

Athlétisme – Formation continue Sport de performance Jeunes

### Prescriptions d'examen pour l'obtention du diplôme Entraîneur-e A

<b>A Généralités</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les candidates et les candidats sont informés des exigences de l'examen dans le cadre du module « Introduction au sport de performance ».</li> <li>- Le diplôme de fédération Entraîneur-e A ne peut être obtenu que si les conditions suivantes sont remplies :             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Être affilié à une fédération/organisation, telle que Swiss Athletics, FSG, SATUS, FCSGS comme membre d'un club proposant les disciplines de l'athlétisme.</li> <li>• Être membre de Swiss Athletics.</li> <li>• Justifier d'une activité d'entraîneur-e dans un club membre de l'une des fédérations susmentionnées.</li> </ul> </li> </ul>
<b>B Étendue de l'examen / Domaines partiels</b>	<p><b>Compétence professionnelle (pratique) – Rapport du stage d'observation (30%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Stage d'observation dans un centre national de performance de Swiss Athletics d'au moins 8 heures (aussi réparti sur plusieurs jours). Les stages doivent se faire chez plusieurs entraîneurs. Les possibilités de stage d'observation sont communiquées dans le module Introduction au sport de performance.</li> <li>- Documentation écrite des connaissances acquises lors de la visite et de l'échange avec les entraîneurs, avec des conclusions pour son propre entraînement (voir modèle).</li> <li>- Entretien oral, brève présentation, soutenance du stage d'observation sont pris en compte dans l'évaluation de la note partielle.</li> <li>- Le rapport du stage d'observation avec sa soutenance compte à 30% pour la note de compétence spécialisée Pratique.</li> <li>- Plus d'informations se trouvent dans les « Directives détaillées Compétence spécialisée Pratique – Rapport du stage d'observation ».</li> </ul>
	<p><b>Compétence professionnelle (pratique) – Analyse technique (40%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Analyse vidéo avec documentation écrite d'une séquence de mouvement avec une ou un athlète du groupe de discipline choisi.</li> <li>- Analyse de l'état actuel et de l'état souhaité de la technique, déduction de conclusions et mesures de formation.</li> <li>- Entretien oral, brève présentation, soutenance de l'analyse technique sont pris en compte dans l'évaluation de la note partielle.</li> <li>- Des informations supplémentaires se trouvent dans la page « Prescriptions détaillées compétence professionnelle pratique – analyse technique ».</li> </ul>
	<p><b>Compétence spécialisées Pratique – Coaching (30%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparation et planification écrite d'une brève séquence d'entraînement (30 min) avec un petit groupe de jeunes athlètes du niveau T4/E1 du modèle FTEM.</li> <li>- La composition des athlètes est annoncée pendant le module d'introduction ; les athlètes n'ont aucune relation avec les candidats/es (ne viennent donc pas du même club).</li> <li>- Déroulement de la séquence d'entraînement planifiée.</li> <li>- Plus d'informations sont disponibles dans les « Directives détaillées Compétence spécialisée Pratique – Coaching ».</li> </ul>
	<p><b>ComPass – Pass/Fail</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Effectuer un cours en ligne avant le jour de l'examen avec différentes tâches en rapport avec la compréhension de la formation J+S y compris le transfert de la pratique</li> <li>- Attestation de compétence sous forme d'un examen à choix multiple à un moment fixé.</li> </ul>
<b>C Attribution des notes</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La direction de l'examen engage des experts J+S Athlétisme compétents (discipline et langue) pour évaluer les différents domaines partiels.</li> <li>- Chaque domaine partiel compte dans la note finale comme mentionné au chapitre B.</li> <li>- Échelle des notes : 4 (très bien), 3 (bien), 2 (suffisant), 1 (insuffisant).</li> <li>- Les formulaires d'évaluation peuvent être consultés sur le site de Swiss Athletics.</li> </ul>
<b>D Exigences</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'examen est considéré comme réussi avec une note globale d'au moins 2.00 et aucune note partielle insuffisante.</li> <li>- Les domaines partiels insuffisants peuvent être répétés dans le cadre d'un examen de rattrapage durant des sessions d'examens fixées individuellement.</li> <li>- En cas d'échec à l'examen de rattrapage, la direction de l'examen décide de la marche à suivre ou d'éventuels examens supplémentaires.</li> </ul>
<b>E Recommandation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La direction de l'examen donne par candidat/e une recommandation pour l'admission au niveau de formation supérieur.</li> <li>- Pour l'admission au niveau de formation supérieur d'entraîneur, il faut qu'au moins une recommandation b (= recommandé) soit attribuée sinon un délai pour acquérir des expériences pratiques peut être imposé.</li> <li>- En outre, pour une recommandation, il est possible d'ordonner un nouvel examen de domaines partiels aux dates d'examen ordinaires, dans le sens d'un examen de rattrapage. En cas d'échec à l'examen, l'ensemble de l'examen doit être repassé.</li> </ul> <p><u>Recommandation</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a très recommandé</li> <li>b recommandé</li> <li>c recommandé sous réserve</li> <li>d pas recommandé</li> </ul>

## Examen Entraîneur-e A – Prescriptions détaillées

Athlétisme – Formation continue Sport de performance Jeunes

### Prescriptions détaillées compétence professionnelle pratique – Rapport du stage d'observation

<b>a Forme du rapport</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le rapport doit être rédigé de manière lisible et compréhensible. Un modèle est mis à disposition.</li> <li>- Le rapport doit contenir toutes les informations mentionnées sous Contenus (point B). Il faut renoncer aux détails insignifiants.</li> <li>- Des rapports types sont disponibles dans la zone de téléchargement de Swiss Athletics (<a href="http://www.swiss-athletics.ch">www.swiss-athletics.ch</a>).</li> <li>- Le rapport doit être d'au moins 2 et au maximum de 6 pages A4.</li> </ul>
<b>b Contenu du rapport</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lieu de la visite, date et durée des séquences d'entraînement fréquentées.</li> <li>- Description de la direction et du groupe d'entraînement.</li> <li>- Description du contenu de l'entraînement (Volumes, intensités).</li> <li>- Description des résultats tirés de l'entraînement, resp. des échanges avec l'entraîneur-e.</li> <li>- Répercussions sur son propre entraînement.</li> </ul>
<b>c Évaluation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tout retard dans la remise du rapport sera pénalisé au niveau de la note (déduction).</li> <li>- Les critères d'évaluation sont tirés du « formulaire d'évaluation du stage d'observation ». Ce dernier peut être consulté dans la zone de téléchargement de Swiss Athletics.</li> </ul>

### Prescriptions détaillées compétence professionnelle pratique – analyse technique

<b>a Forme de l'analyse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La forme de présentation est libre, il faut toutefois une page titre.</li> <li>- L'analyse doit être rédigée de manière bien lisible et compréhensible.</li> <li>- Elle doit contenir toutes les informations mentionnées sous Contenus (point B). Il faut renoncer aux détails insignifiants.</li> <li>- Le volume est limité à minimum 4 maximum 8 pages A4. Il est judicieux de compléter la documentation par des images fixes des positions clés.</li> <li>- Les enregistrements vidéo d'images de film d'athlétisme (position sensée, coupes d'images, etc.).</li> <li>- Le nom du fichier du matériel photo doit être comme suit ; Nom_Prénom_Vidéo_Discipline.</li> <li>- Remise numérique de séquences de mouvement (Format .mp4, .avi, .mov, ou .mpg).</li> <li>- La date exacte de la remise sera communiquée dans le module Introduction au sport de performance et également sur le site <a href="http://www.swiss-athletics.ch">www.swiss-athletics.ch</a>.</li> </ul>
<b>b Contenu de l'analyse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Principaux points clés et prédispositions de l'athlète.</li> <li>- Analyse souhaitée de la technique choisie avec description et priorisation adaptée au niveau des caractéristiques pertinentes pour la performance. Montrer les positions et les mouvements clés.</li> <li>- Analyse réelle de l'exécution du mouvement. Points communs et écarts par rapport à la technique souhaitée, classés par ordre d'importance.</li> <li>- Définir les causes des écarts (par ex, mauvaise représentation du mouvement, déficit athlétiques ou techniques, etc.) et les conséquences.</li> <li>- Déduire de manière adaptée à l'athlète, des formulations cibles pertinentes et des mesures d'entraînement concrètes dans les domaines technique et physique, et expliquer les principaux exercices de correction.</li> <li>- Références et bibliographie</li> </ul>
<b>c Évaluation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tout retard dans la remise du travail d'analyse sera pénalisé au niveau de la note (déduction).</li> <li>- Les critères d'évaluation figurent dans le « Formulaire d'évaluation Analyse technique ». Ce dernier peut être téléchargé dans la zone de téléchargement de Swiss Athletics.</li> </ul>

### Prescriptions détaillées compétence professionnelle pratique – Coaching

<b>a Forme de la planification</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La planification contient le but principal de la séquence et est axée sur le niveau de performance des jeunes athlètes (FTEM T4/E1).</li> <li>- Elle contient une description détaillée du choix des exercices et des buts associés.</li> <li>- La grille « Séquence de Coaching » Entraîneur-e A est à disposition dans la zone de téléchargement de Swiss Athletics.</li> </ul>
<b>b Déroulement</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Déroulement de la séquence d'entraînement selon planification.</li> <li>- Adaptation du choix des exercices en fonction de la situation et du niveau de performance ou des conditions techniques des athlètes.</li> <li>- Coaching (dans le groupe et/ou individuellement) des athlètes à l'aide de possibilités de feedbacks librement choisis (par ex. vidéo, imitations, etc.).</li> </ul>
<b>c Évaluation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Une planification remise en retard implique une déduction sur la note.</li> <li>- Les critères d'évaluation sont disponibles dans le « Formulaire d'évaluation Coaching ». Celui-ci peut être consulté dans la zone de téléchargement de Swiss Athletics à la rubrique Formation / Entraîneur-e A.</li> </ul>