
Directives concernant le travail de projet

pour l'examen professionnel d'entraîneur¹ de sport de performance

Version 2.0 / 09.18

Sommaire

1.	But du travail de projet	2
2.	Remise du travail de projet	2
3.	Supervision du travail de projet	2
4.	Thème / contenu du travail de projet.....	3
5.	Structure et volume du travail de projet	3
6.	Exigences et précisions concernant les différentes parties du rapport	3
7.	Evaluation du travail de projet.....	5
8.	Consignes formelles.....	6
9.	Confidentialité	8

¹ Pour faciliter la lecture du document, le masculin est utilisé pour désigner les deux sexes.

1. But du travail de projet

Le travail de projet fait partie intégrante de l'examen professionnel d'entraîneur de sport de performance; il poursuit en particulier les objectifs suivants:

- documenter la transposition et l'application pratique des connaissances dans son champ d'activité avec les athlètes;
- réfléchir à son activité personnelle d'entraîneur pour contribuer à son développement individuel;
- aborder le travail autonome à partir de contenus imposés et de règles formelles préétablies;
- examiner les approches interdisciplinaires pour les processus d'analyse et de décision ainsi que sa propre action (compétence pédagogique, planification, capacité de résolution des problèmes et de décision);
- documenter la collaboration et/ou l'encadrement de l'entraînement des athlètes en relation avec les thèmes prescrits.

2. Remise du travail de projet

Le travail de projet doit être rendu (selon le *Guide relatif au règlement concernant l'examen professionnel d'entraîneur de sport de performance*) 6 semaines avant l'examen professionnel.

Un exemplaire du rapport, imprimé et relié, accompagné d'une version sauvegardée sur support numérique (clef USB), doit être remis au secrétariat d'examen. Un autre exemplaire, imprimé et relié, doit être remis au coach developer.

Il est recommandé au candidat de conserver un exemplaire supplémentaire imprimé et relié pour son propre usage et pour préparer l'examen.

La 1^{re} partie du rapport du travail de projet (autoréflexion et philosophie de coaching) est présentée à l'examen professionnel; les experts d'examen mènent en outre avec le candidat un entretien technique portant sur les 2^e et 3^e parties du rapport (analyse et planification ainsi qu'un thème librement choisi).

3. Supervision du travail de projet

Pour la mise en application du contenu du travail de projet, le candidat doit collaborer activement avec sa fédération. La fédération sportive nationale met à la disposition de ses candidats un coach developer (expert de fédération) chargé des tâches suivantes:

- aider le candidat dans le choix d'objectifs et de tâches pertinents, en particulier dans le choix du thème librement choisi (3^e partie du rapport) et du stage (4^e partie du rapport);
- encadrer le candidat durant la réalisation de la partie pratique du travail et lui donner des feedback constants sur l'avancement et la qualité du travail de projet;
- élaborer un catalogue de questions portant sur les 2^e et 3^e parties du rapport du travail de projet;
- noter le travail de projet au moyen de la *grille d'évaluation du travail de projet*;
- exercer une activité d'expert lors de l'examen oral.

4. Thème / contenu du travail de projet

Le travail de projet est composé de quatre parties et doit être remis sous la forme d'un **seul document**. La forme et le contenu de la troisième partie (thème librement choisi) ainsi que de la quatrième partie (stage) du travail de projet doivent être discutés avec le coach developper, puis communiqués au secrétariat d'examen, au moyen du formulaire *Choix du thème de la 3^e partie du rapport (thème librement choisi) et de la 4^e partie du rapport (stage)*.

5. Structure et volume du travail de projet

Le rapport du travail de projet doit comporter les quatre parties suivantes:

- 1^{re} partie: **Autoréflexion et philosophie de coaching**
- 2^e partie: **Analyse et planification**
- 3^e partie: **Thème librement choisi** (d'entente avec le coach developper)
- 4^e partie: **Rapport de stage** (d'entente avec le coach developper)

5.1. Structure à respecter obligatoirement pour l'ensemble du travail de projet

Page de titre

A) Sommaire

B) Résumé

C) Introduction / Situation initiale / Formulation des objectifs

1^{re} partie: Autoréflexion et philosophie de coaching

2^e partie: Analyse et planification

3^e partie: Thème librement choisi

4^e partie: Rapport de stage

D) Déclaration sur l'honneur (signée)

E) Bibliographie

F) Annexe (avec plans d'entraînement détaillés, tests, évaluations, etc.)

La numérotation correspond au plan de rédaction.

Un modèle est également disponible sous forme électronique.

6. Exigences et précisions concernant les différentes parties du rapport

1^{re} partie du rapport: Autoréflexion et philosophie de coaching

Volume: 11 à 14 pages au maximum (sans annexe)

1.1 Autoréflexion (5-6 pages)

1.1.1 Description du développement personnel de l'entraîneur dans les domaines de l'autogestion, de la personnalité de l'entraîneur et de la conduite, depuis ses débuts jusqu'à aujourd'hui;

1.1.2 Connaissances et conclusions du point 1.1.1 pour le présent;

1.1.3 Objectifs et mesures pour le futur concernant le développement personnel de l'entraîneur dans les domaines de l'autogestion, de la personnalité de l'entraîneur et de la conduite.

1.2 Philosophie de coaching personnelle (5-6 pages)

1.2.1 Conception de l'être humain et attitude fondamentale (métathéories)

- Par quelles conceptions de l'être humain et attitude fondamentale suis-je guidé?
- Quelles sont mes valeurs?
- Quelles sont mes motivations?

1.2.2 Théories

- Sur quels théories, modèles et concepts mon activité de coach est-elle fondée?
- Quels sont mes modèles théoriques de référence?
- Dans les modèles cités, qu'est-ce qui est important pour mon travail de coach (conception des rôles, perception de soi)?

1.2.3 Objectifs de mon coaching

- Quels sont les objectifs généraux et spécifiques que je poursuis avec mon coaching?
- Qu'est-ce qui m'intéresse vraiment dans mon activité de coaching?
- Quel est mon mandat? Qui me l'a attribué?

1.2.4 Conception de mon coaching dans la pratique

- Avec quelles approches et méthodes pratiques est-ce que je travaille dans mon coaching?
- Comment est-ce que je procède concrètement?
- Comment est-ce que je garantis la qualité de mon coaching?

1.3 Réflexion, constats et mesures concernant la 1^{re} partie du rapport (1-2 pages)

2^e partie du rapport: Analyse et planification

Volume: 11 à 14 pages au maximum (sans annexe)

2.1 Analyse de l'état actuel (5-6 pages)

2.1.1 Analyse des athlètes

- Description de ses athlètes ou de son équipe
- Développement des athlètes (performances sportives, diagnostic de la performance)
- Observation des athlètes: charge (aperçu, plan hebdomadaire), profil points forts/points faibles, objectifs personnels de l'athlète

2.1.2 Analyse de l'entraînement

- Description et développement de la situation d'entraînement

2.1.3 Analyse de la compétition

- Contenu de l'analyse de la compétition pour le sport choisi: structure de la compétition, cycles de charge, aspects de la condition physique, aspects techniques et tactiques, aspects psychiques, aspects externes (pour cela il faudrait analyser/évaluer les compétitions de ses propres athlètes – p. ex. évaluation vidéo)

2.1.4 Comparaison état actuel/état visé

- Réflexion sur l'analyse des athlètes, de l'entraînement et de la compétition (conséquences)

2.2 Planification (5-6 pages)

2.2.1 Objectifs

- Objectifs à court, à moyen et à long terme (découlant de la comparaison état actuel/état visé)

2.2.2 Planification annuelle

- Tableau synoptique
- Aperçu de tous les domaines du profil d'exigences: aspects de la condition physique, aspects techniques et tactiques, aspects psychiques, entourage

→ Instruments de pilotage et de contrôle

2.2.3 Choix d'un macrocycle (p. ex. plan mensuel) et d'un microcycle (p. ex. plan hebdomadaire)

→ Objectifs

→ Mise en pratique (contenus, mesures, contrôle)

2.3 Réflexion, constats et mesures concernant la 2^e partie du rapport (1-2 pages)

3^e partie du rapport: Thème librement choisi

Volume: 10 à 12 pages au maximum (sans annexe)

3.1 Contexte; pourquoi ai-je choisi ce sujet? (motivation)

3.2 Quel est mon objectif? (description)

3.3 Mesures (quoi)

3.4 Application (comment)

3.5 Réflexion, constats, conséquences concernant la 3^e partie du rapport

4^e partie du rapport: Rapport de stage

Volume: 6 à 7 pages au maximum pour les chapitres 4.1 – 4.5 (sans annexe)

4.1 Contexte: pourquoi est-ce que j'ai choisi ce stage (motivation)

4.2 Quel est mon objectif avec ce stage? (description)

4.3 Observation (quoi)

4.4 Application (comment)

4.5 Réflexion, conclusions, constats, conséquences concernant la 4^e partie du rapport

4.6 Supplément optionnel au sport (d'après les informations du coach developper)

7. Evaluation du travail de projet

7.1. Critères

Le travail de projet est évalué selon les critères suivants:

- a) Structure et contenu
- b) Lien entre théorie et pratique
- c) Mise en œuvre de mesures
- d) Discussion et réflexion
- e) Conclusion et conséquences
- f) Langue et présentation
- g) Exhaustivité

La *Grille d'évaluation pour l'évaluation du travail de projet* (y compris la pondération des différents domaines) est mise à la disposition du coach developper et du candidat comme outil de référence.

7.2. Barème

La notation se fait selon le barème suivant, avec possibilité d'attribuer aussi des demi-notes:

Note 6 : très bien

Note 5: bien

Note 4: suffisant

Note 3 : médiocre, incomplet

Note 2: très médiocre

Note 1: inutilisable ou non réalisé

8. Consignes formelles

8.1. Page de titre

La page de titre du travail de projet doit comporter les informations suivantes:

- Travail de projet pour l'examen professionnel d'entraîneur de sport de performance
- Sport
- Nom du candidat/de la candidate
- Nom du coach developer
- Lieu et date

8.2. Mise en page

Ce travail de projet doit être rédigé avec un système de traitement de texte et respecter les consignes de mise en page suivantes:

Format du papier: A4, blanc

Marges: en-tête 2,5 cm / pied de page 2,0 cm
à gauche 2,5 cm / à droite 2,5 cm

Taille de la police: 12 ou 11 pour le texte normal
10 ou 9 pour les notes de bas de page et les commentaires

Police: Arial, Calibri ou Times New Roman

Alignement du texte: gauche (compte tenu des règles de césure)

Espacement entre les lignes: 1,5; 1,0 pour les notes de bas de page

Numérotation des pages: Toutes les pages doivent être numérotées à l'exception de la page de couverture

Mise en relief des informations: Les possibilités suivantes – combinables entre elles – peuvent être utilisées à condition d'être harmonisées tout au long du travail (cf. sommaire):

- Grandes lettres (majuscules)
- Italique
- Gras
- Event. souligné

8.3. Remarques concernant la composition du travail de projet

Élément	Explication
Page de titre	Voir point 8.1 «Page de titre»
Sommaire	Le sommaire comprend les intitulés des rapports intermédiaires, des chapitres, des titres et des sous-titres, ainsi que leur pagination.
Résumé	Le résumé doit permettre au lecteur de se faire une idée aussi claire que possible du contenu du rapport tout en lui donnant envie d'en découvrir l'intégralité (1 page max.).
Introduction/Situation initiale/Formulation des objectifs	Introduction avec description de la situation initiale et des objectifs (max. 1-2 pages)
Parties du rapport	Les quatre parties du rapport sont rédigées chacune comme un chapitre en soi et sont numérotées conformément au point 6 « <i>Exigences et précisions concernant les différentes parties du rapport</i> ». Le travail à rendre est le rapport complet.
Citations	Pour les citations dans le travail de projet, on mentionnera l'auteur, l'année de publication et le numéro de page: - p. ex. inséré dans le texte: selon Zintl (1994, p. 50) - p. ex. après un texte (avant le point): (Zintl, 1994, p. 50). - Les citations reprises textuellement doivent être insérées directement dans le texte entre guillemets.
Figures	Les figures sont numérotées dans l'ordre des chapitres (p. ex. «Fig. 4.11»). N'oubliez pas, à moins que vous n'en soyez l'auteur, d'indiquer la source de chaque illustration.
Tableaux	Les tableaux sont eux aussi numérotés dans l'ordre des chapitres (p. ex. «Tab. 8.3»). La légende doit être insérée <i>au-dessus</i> du tableau. La source des tableaux doit également être citée si ceux-ci sont repris.
Abréviations	Les abréviations doivent être définies la première fois qu'elles sont mentionnées (p. ex. Formation des entraîneurs Suisse (FES)).
Bibliographie	La bibliographie répertorie toutes les sources citées dans le texte par ordre alphabétique de leurs auteurs. Les références bibliographiques doivent être présentées comme suit: Pour un livre: Nom 1, Prénom 1; Nom 2, Prénom 2 de l'auteur / des auteurs, éven. éditeur (éd.)* (année): Titre et sous-titre, édition, lieu de parution: éditeur, année. P. ex. Zintl, Fritz (1994): Ausdauertraining, 3 ^e édition, BLV Sportwissen, München. Pour un article tiré d'une revue/d'un journal: Nom 1, prénom 1; nom 2, prénom 2 (année): titre et sous-titre de l'article, «dans»*: titre de la revue, numéro, année, lieu de parution, première et dernière page de l'article. P. ex. Wehrin, Jon; Held, Toni (2001): Fitness durch Ausdauertraining – Bedeutung der individuellen Planung, dans: Therapeutische Umschau, cahier 4, 2001, p. 206-212. Pour un document consulté sur Internet (indiquer impérativement la date de consultation):

	<p>Nom 1, prénom 1; nom 2, prénom 2 (année): Titre et sous-titre du document, dans: Titre de la page d'accueil (s'il y en a un), adresse URL, [date de consultation].</p> <p>P. ex. B. Gmünder, Felix (2010): Analyse von Grant Hacketts und Ian Thorpes Schwimmtechnik, dans: SV Limmat, http://www.svl.ch (dernière consultation le 15.01.2011).</p>
Déclaration sur l'honneur*	<p>Le travail de projet doit être rédigé de manière autonome. Les candidats doivent y joindre la déclaration suivante:</p> <p><i>«Je déclare sur l'honneur avoir rédigé ce travail de projet de manière autonome et sans utiliser d'autres sources ou ressources que celles référencées dans la bibliographie. Les passages cités textuellement ou paraphrasés sont dûment signalés comme tels dans le corps du texte. Ce travail de projet est entièrement inédit. Il n'a été consulté par aucun autre intéressé ni soumis à aucune autre autorité d'examen. Les 3^e et 4^e parties de ce rapport (thème librement choisi et stage) ont été choisies d'entente avec le coach developer, respectivement la fédération».</i></p> <p>Cette déclaration doit être signée à la main, avec indication du lieu et de la date.</p>
Annexe	<p>Elle doit contenir les plans d'entraînement détaillés, les tests, les protocoles, les estimations et les documents complémentaires.</p>

9. Confidentialité

Le travail de projet est traité confidentiellement par la direction de l'examen et n'est copié ou transmis qu'avec le consentement exprès de l'auteur et de la fédération ou du club.