

# Directives relatives à l'épreuve pratique d'enseignement

## Entraîneur\* aux haltères Swiss Olympic

**Adrian Rothenbühler**

Version 2, 27.5.2019

### Sommaire

Entraîneur aux haltères Swiss Olympic	Fehler! Textmarke nicht definiert.
1. But de l'épreuve pratique d'enseignement	2
2. Déroulement de l'épreuve	2
2.1 Cadre général	2
2.2 Déroulement	2
3. Evaluation de l'épreuve	3
3.1 Grille d'évaluation	3
3.2 Barème	3
3.3 Confidentialité	3

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

# 1. But de l'épreuve pratique d'enseignement

L'épreuve pratique d'enseignement fait partie du contrôle des compétences qui conduit à l'obtention du certificat d'entraîneur aux haltères Swiss Olympic.

Elle permet de s'assurer que les entraîneurs aux haltères Swiss Olympic sont capables, aux niveaux du sport de performance et du sport d'élite,

- d'enseigner correctement, du point de vue méthodologique, les principaux exercices de l'entraînement aux haltères;
- d'identifier les erreurs techniques dans les principaux exercices aux haltères (au moyen du processus cyclique de détection des erreurs) et de prendre les mesures correctives adéquates;
- de s'appuyer sur de solides connaissances pour expliquer et justifier l'entraînement aux haltères;
- d'exécuter, moyennant une bonne technique personnelle, les principaux exercices de l'entraînement aux haltères;
- de mettre en pratique le transfert entre force, explosivité et vitesse.

L'épreuve pratique se focalise sur les compétences d'enseignement des candidats. Ces compétences relèvent des domaines suivants:

- analyser et planifier
- préparer et mettre en pratique
- évaluer et adapter

## 2. Déroulement de l'épreuve

### 2.1 Cadre général

Le candidat tire au sort une technique permettant de réaliser l'un des principaux exercices d'entraînement aux haltères et l'explique à une personne choisie par la direction de l'examen (athlète, étudiant, etc.).

La séquence d'enseignement dure 30 minutes. Il dispose de 10 minutes pour la planifier.

### 2.2 Déroulement

L'épreuve se déroule de la manière suivante:

1. Tirage au sort de la technique à expliquer  
Il pourra s'agir de l'une des techniques suivantes:  
*Squat devant / squat derrière / arraché / développé / 1 temps étroit / 1 temps large / arraché en force (**Hang**) / arraché à l'extension / épaulé en force (**Hang**) / épaulé de bout / jeté debout / 2 temps étroit / 2 temps large / jeté*  
Le candidat peut, une seule fois, échanger la technique tirée au sort contre une autre.
2. Préparation de la séquence d'enseignement  
Durée: 10 minutes  
Tous les documents peuvent être consultés pour préparer cette séquence (open book).  
Le candidat dispose du matériel suivant:
  - Chevalet de conférence
  - Papier
  - Feutres
3. Réalisation de la séquence d'enseignement  
Durée: 30 minutes

La séquence d'enseignement s'adresse à une personne désignée par la direction de l'examen. Un expert au moins y assiste.  
Les experts établissent le procès-verbal de la séquence d'enseignement et peuvent poser des questions de compréhension durant celle-ci.

### 3. Evaluation de l'épreuve

La grille suivante sert de base à l'évaluation.

#### 3.1 Grille d'évaluation

Les aspects suivants de la séquence d'enseignement sont évalués:

- Compétence méthodologique  
*Diversité, variété, pertinence du choix de la méthode/des mesures d'entraînement*  
Nombre maximal de points: 20
- Compétence technique  
*Montrer, corriger, donner des instructions*  
Nombre maximal de points: 15
- Compétence organisationnelle  
*Préparation, gestion du temps, déroulement, instructions*  
Nombre maximal de points: 10
- Compétence de communication  
*Clarté, langue/élocution, volume de la voix, langage non verbal*  
Nombre maximal de points: 5

#### 3.2 Barème

L'échelle de notes suivante est appliquée:

- Note 6: très bien, sur le plan tant de la qualité que de la quantité
- Note 5: bien
- Note 4: répond aux exigences minimales
- Note 3: faible, incomplet
- Note 2: très faible
- Note 1: inutilisable ou non réalisé

(Les demi-notes sont autorisées.)

#### 3.3 Confidentialité

La direction de l'examen traite confidentiellement les notes qui ont été prises sur l'épreuve pratique d'enseignement.