

Règlement concernant l'examen

d'entraîneur* aux haltères Swiss Olympic

Sommaire

| | |
|---|---|
| 1. Dispositions générales | 2 |
| 1.1 But de l'examen | 2 |
| 1.2 Principales compétences opérationnelles | 2 |
| 1.3 Domaine d'activité | 2 |
| 1.4 Organe responsable | 2 |
| 2. Organisation | 3 |
| 2.1 Direction de l'examen | 3 |
| 2.2 Experts d'examen | 3 |
| 3. Publication, inscription, admission, frais d'examen | 3 |
| 3.1 Publication | 3 |
| 3.2 Inscription | 4 |
| 3.3 Admission | 4 |
| 3.4 Frais d'examen | 4 |
| 4. Organisation de l'examen | 4 |
| 4.1 Convocation | 4 |
| 4.2 Désistement | 5 |
| 4.3 Exclusion | 5 |
| 4.4 Surveillance de l'examen et experts | 5 |
| 4.5 Séance d'attribution des notes | 5 |
| 5. Epreuves d'examen | 6 |
| 6. Evaluation et attribution des notes | 7 |
| 6.1 Généralités | 7 |
| 6.2 Evaluation | 7 |
| 6.3 Notation | 8 |
| 6.4 Conditions de réussite de l'examen et de l'octroi du certificat d'entraîneur aux haltères Swiss Olympic | 8 |
| 6.5 Répétition | 8 |
| 7. Couverture des frais d'examen | 9 |
| 8. Dispositions finales | 9 |

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

1. Dispositions générales

1.1 But de l'examen

L'examen d'entraîneur aux haltères Swiss Olympic clôt la spécialisation Entraînement aux haltères. Il a pour but de vérifier de manière exhaustive si les candidats ont acquis les compétences nécessaires pour encadrer de manière optimale les athlètes qui suivent un entraînement aux haltères aux niveaux du sport de performance et du sport d'élite.

1.2 Principales compétences opérationnelles

Les entraîneurs aux haltères Swiss Olympic sont capables, aux niveaux du sport de performance et du sport d'élite,

- de planifier et d'organiser, à court, à moyen et à long termes, un entraînement de force aux haltères destiné à des jeunes;
- de planifier et d'organiser l'entraînement de force (sur la base de principes biomécaniques et de diagnostics de la performance) en vue de maximiser la performance à court, à moyen et à long termes;
- de planifier le transfert entre force, explosivité et vitesse et de le mettre en pratique;
- 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;
- d'intégrer les principaux exercices de l'entraînement aux haltères dans leur sport.

1.3 Domaine d'activité

Les entraîneurs aux haltères Swiss Olympic sont capables de mettre leurs compétences au service de tous les sports. Ils sont formés pour encadrer des athlètes évoluant à différents niveaux de performance (sport de performance et sport d'élite) et présentant différents niveaux de développement.

1.4 Organe responsable

L'organisation suivante constitue l'organe responsable:

- Swiss Olympic, association faîtière des fédérations sportives suisses

L'organe responsable organise l'examen en collaboration avec l'Office fédéral du sport (OFSPO) / la Haute école fédérale de sport de Macolin (HEFSM).

L'organe responsable est compétent pour toute la Suisse.

2. Organisation

2.1 Direction de l'examen

L'examen d'entraîneur aux haltères Swiss Olympic est organisé et réalisé par le chef du module «Théorie de l'entraînement – Condition physique», en collaboration avec le responsable des qualifications et le secrétariat de la Formation des entraîneurs Suisse.

Ceux-ci:

- élaborent les directives relatives aux différentes épreuves et les contrôlent périodiquement;
- fixent les taxes d'examen;
- fixent la date et le lieu de l'examen;
- définissent le programme d'examen;
- donnent l'ordre de préparer les énoncés de l'examen et dirigent l'examen;
- nomment et engagent les experts, et les forment pour accomplir leurs tâches;
- décident de l'admission à l'examen ainsi que d'une éventuelle exclusion de l'examen;
- décident de l'octroi du certificat;
- traitent les requêtes et les recours;
- s'occupent de la comptabilité et de la correspondance;
- décident de la reconnaissance ou de la prise en compte d'autres diplômes et d'autres prestations.

2.2 Experts d'examen

Sont engagés à titre d'experts d'examen:

- les intervenants des cours suivants:
Entraînement aux haltères 1, Entraînement aux haltères 2, Entraînement aux haltères 3, Explosivité 4
- les chefs des cours suivants:
Entraînement aux haltères 1, Entraînement aux haltères 2, Entraînement aux haltères 3, Explosivité 4
- les chefs du module «Théorie de l'entraînement – Condition physique»
- les collaborateurs de la Formation des entraîneurs Suisse
- les experts externes spécialistes de l'entraînement aux haltères

3. Publication, inscription, admission, frais d'examen

3.1 Publication

L'examen est publié en français et en allemand sur le site de la Formation des entraîneurs Suisse.

La publication informe au minimum sur:

- les dates de l'examen,
- la taxe d'examen,
- l'adresse d'inscription,
- le délai d'inscription,
- le déroulement de l'examen.

3.2 Inscription

L'inscription se fait par courriel via le site de la Formation des entraîneurs Suisse; elle doit parvenir au moins 2 mois avant l'examen à l'adresse indiquée, accompagnée des annexes requises.

3.3 Admission

Est admis à l'examen quiconque remplit les conditions suivantes:

- a) paiement de la taxe d'examen dans les délais;
- b) remise dans les délais de toutes les annexes requises.

La décision d'admission à l'examen est communiquée par écrit aux candidats au moins un mois avant le début de l'examen.

3.4 Frais d'examen

- Après avoir reçu confirmation de leur admission, les candidats s'acquittent de la taxe d'examen.
- Les candidats qui, conformément au ch. 4.2, se désistent dans le délai autorisé ou se désistent pour des raisons valables ont droit au remboursement du montant payé, déduction faite des frais occasionnés.
- L'échec à l'examen ne donne droit à aucun remboursement.
- Pour les candidats qui répètent l'examen, la taxe d'examen est fixée au cas par cas par le chef du module «Théorie de l'entraînement – Condition physique» et le responsable des qualifications de la Formation des entraîneurs Suisse, compte tenu du nombre d'épreuves répétées.
- Les frais de déplacement, de logement, de subsistance et d'assurance pendant la durée de l'examen sont à la charge des candidats.

4. Organisation de l'examen

4.1 Convocation

- L'examen a lieu si, après sa publication, huit candidats au moins remplissent les conditions d'admission ou au moins tous les deux ans.
- Les candidats peuvent choisir de passer l'examen en français ou en allemand.
- Les candidats sont convoqués un mois au moins avant le début de l'examen. La convocation comprend:
 - a) le programme d'examen détaillé, avec l'indication du lieu, de la date, de l'heure des épreuves et des moyens auxiliaires autorisés ou dont les candidats sont invités à se munir;
 - b) la liste des experts.
- Toute demande de récusation d'un expert doit être motivée et adressée au chef du module «Théorie de l'entraînement – Condition physique» 20 jours au moins avant le début de l'examen. Celui-ci prend les mesures qui s'imposent.

4.2 Désistement

- Les candidats peuvent annuler leur inscription jusqu'à quatre semaines avant le début de l'examen.
- Passé ce délai, le désistement n'est possible que si une raison valable le justifie. Sont réputées raisons valables:
 - a) la maternité,
 - b) la maladie et l'accident,
 - c) le décès d'un proche,
 - d) le service militaire, le service de protection civile ou le service civil imprévus.
- Le désistement doit être communiqué sans délai et par écrit au secrétariat de la Formation des entraîneurs Suisse, assorti des pièces justificatives.

4.3 Exclusion

Est exclu de l'examen quiconque:

- a) utilise des moyens auxiliaires non autorisés;
- b) enfreint gravement les règles de discipline de l'examen;
- c) tente de tromper les experts.

La décision d'exclure un candidat de l'examen incombe au chef du module «Théorie de l'entraînement – Condition physique». Le candidat a le droit de passer l'examen sous réserve, jusqu'à ce que le chef du module ait arrêté une décision.

4.4 Surveillance de l'examen et experts

- Au moins une personne compétente surveille l'exécution des travaux d'examen écrits. Elle consigne ses observations par écrit.
- Un expert évalue les travaux d'examen écrits et les travaux de projet et fixe la note.
- Un expert procède aux épreuves orales relatives au travail de projet «Planification», prend des notes sur la discussion et le déroulement de l'épreuve, apprécie les prestations et fixe la note.
- Un expert procède à l'épreuve pratique d'enseignement, prend des notes sur son déroulement, apprécie les prestations et fixe la note.

4.5 Séance d'attribution des notes

- Le chef du module «Théorie de l'entraînement – Condition physique» et le responsable des qualifications de la Formation des entraîneurs Suisse décident de la réussite ou de l'échec des candidats lors d'une séance mise sur pied après l'examen.

5. Epreuves d'examen

L'examen comporte les épreuves suivantes et sa durée se répartit comme suit:

| Epreuve | Mode d'interrogation | Durée | Pondération |
|--|-------------------------|-----------------------|-------------|
| 1 a) Travail de projet «Planification» | Travail de projet écrit | rédigé avant l'examen | |
| b) Présentation et discussion du travail de projet «Planification» <i>(Domaine de compétences A)</i> | oral | 40 min. | 1/3 |
| 2 Contrôle des connaissances spécifiques <i>(Domaine de compétences B)</i> | écrit | 40 min. | 1/3 |
| 3 Épreuve pratique d'enseignement <i>(Domaine de compétences C)</i> | oral pratique | 40 min. | 1/3 |
| Total | | 120 min. | 100% |

Description des domaines de compétences

A:

Les entraîneurs aux haltères Swiss Olympic sont capables, aux niveaux du sport de performance et du sport d'élite,

- de planifier et d'organiser, à court, à moyen et à long termes, un entraînement de force aux haltères destiné à des jeunes;
- de planifier et d'organiser l'entraînement de force (sur la base de principes biomécaniques et de diagnostics de la performance) en vue de maximiser la performance à court, à moyen et à long termes;
- de planifier le transfert entre force, explosivité et vitesse et de le mettre en pratique.

B:

Les entraîneurs aux haltères Swiss Olympic sont capables, aux niveaux du sport de performance et du sport d'élite,

- 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.

C:

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'exécuter, moyennant une bonne technique personnelle, les principaux exercices de l'entraînement aux haltères.

Description des épreuves:

1. Travail de projet «Planification»: soutenance du travail

Le travail de projet «Planification» comprend quatre parties: cadre général (analyse état réel – état visé), objectifs, planification de l'entraînement (macrocycle, mésocycle et microcycle) et réflexion.

La soutenance du travail de projet se subdivise en deux parties: présentation du travail de projet «Planification», puis discussion entre spécialistes.

Elle revêt une forme orale.

2. Contrôle des connaissances spécifiques

Le contrôle écrit des connaissances spécifiques porte sur les thématiques suivantes: processus cyclique de détection des erreurs (exemples vidéos), points clés des principales techniques de l'entraînement aux haltères, bases biomécaniques et diagnostics de la performance déterminants pour l'entraînement aux haltères, méthodes spécifiques à l'entraînement aux haltères, aspects méthodologiques de l'entraînement aux haltères.

3. Epreuve pratique d'enseignement

Le candidat doit enseigner la technique d'un des principaux exercices de l'entraînement aux haltères à une personne choisie par la direction de l'examen, en adaptant sa méthodologie et sa didactique au degré et au niveau de l'intéressé.

Le candidat tire une technique au sort qu'il peut, s'il le souhaite, échanger une seule fois contre une autre. Une fois son choix effectué, il a 10 minutes de préparation.

Les descriptions précises des épreuves ainsi que la grille d'évaluation figurent dans les directives suivantes:

- Directives relatives au travail de projet «Planification»
- Directives relatives à la présentation et à la discussion du travail de projet «Planification»
- Directives relatives au contrôle des connaissances spécifiques
- Directives relatives à l'épreuve pratique d'enseignement

6. Evaluation et attribution des notes

6.1 Généralités

L'évaluation de l'examen ou des épreuves est basée sur des notes. Les dispositions des ch. 6.2 et 6.3. du présent règlement sont applicables.

6.2 Evaluation

- Une note entière ou une demi-note est attribuée pour les points d'appréciation.
- La note d'une épreuve est la moyenne des notes des points d'appréciation. Elle est arrondie à la première décimale. Si le mode d'appréciation permet de déterminer directement la note de l'épreuve sans faire usage de points d'appréciation, la note de l'épreuve est attribuée conformément au ch. 6.3.
- La note globale de l'examen correspond à la moyenne pondérée des notes des épreuves. Elle est arrondie à la première décimale.

6.3 Notation

Les prestations des candidats sont évaluées au moyen de notes échelonnées de 6 à 1. Les notes supérieures ou égales à 4,0 désignent des prestations suffisantes. Seules les demi-notes sont admises comme notes intermédiaires.

6.4 Conditions de réussite de l'examen et de l'octroi du certificat d'entraîneur aux haltères Swiss Olympic

- L'examen est réussi si le candidat a obtenu dans toutes les épreuves d'examen la note de 4,0 au minimum.
- L'examen est considéré comme non réussi si le candidat:
 - a) ne se désiste pas à temps;
 - b) ne se présente pas à l'examen ou à une des épreuves d'examen et ne donne pas de raison valable;
 - c) se désiste après le début de l'examen sans raison valable;
 - d) est exclu de l'examen.
- Le chef du module «Théorie de l'entraînement – Condition physique» et le responsable des qualifications de la Formation des entraîneurs Suisse décident de la réussite de l'examen uniquement sur la base des prestations fournies par le candidat. Le certificat est décerné aux candidats qui ont réussi l'examen.
- Le chef du module «Théorie de l'entraînement – Condition physique» et le responsable des qualifications de la Formation des entraîneurs Suisse établissent un certificat d'examen pour chaque candidat. Ce certificat doit contenir au moins les données suivantes:
 - a) les notes des différentes épreuves et la note globale de l'examen;
 - b) la mention de réussite ou d'échec;
 - c) une justification si le certificat est refusé.

6.5 Répétition

- Le candidat qui échoue à l'examen est autorisé à le repasser à deux reprises.
- Les répétitions d'examens ne portent que sur les épreuves dans lesquelles le candidat a fourni une prestation insuffisante.
- L'examen d'entraîneur aux haltères Swiss Olympic est proposé deux fois par année. Les répétitions d'examens ont lieu aux mêmes dates.

7. Couverture des frais d'examen

Les experts sont indemnisés conformément aux tarifs d'enseignement en vigueur (cf. Directive concernant les indemnités à l'Office fédéral du sport).

8. Dispositions finales

Le présent règlement d'examen entre en vigueur le 1^{er} juin 2019.