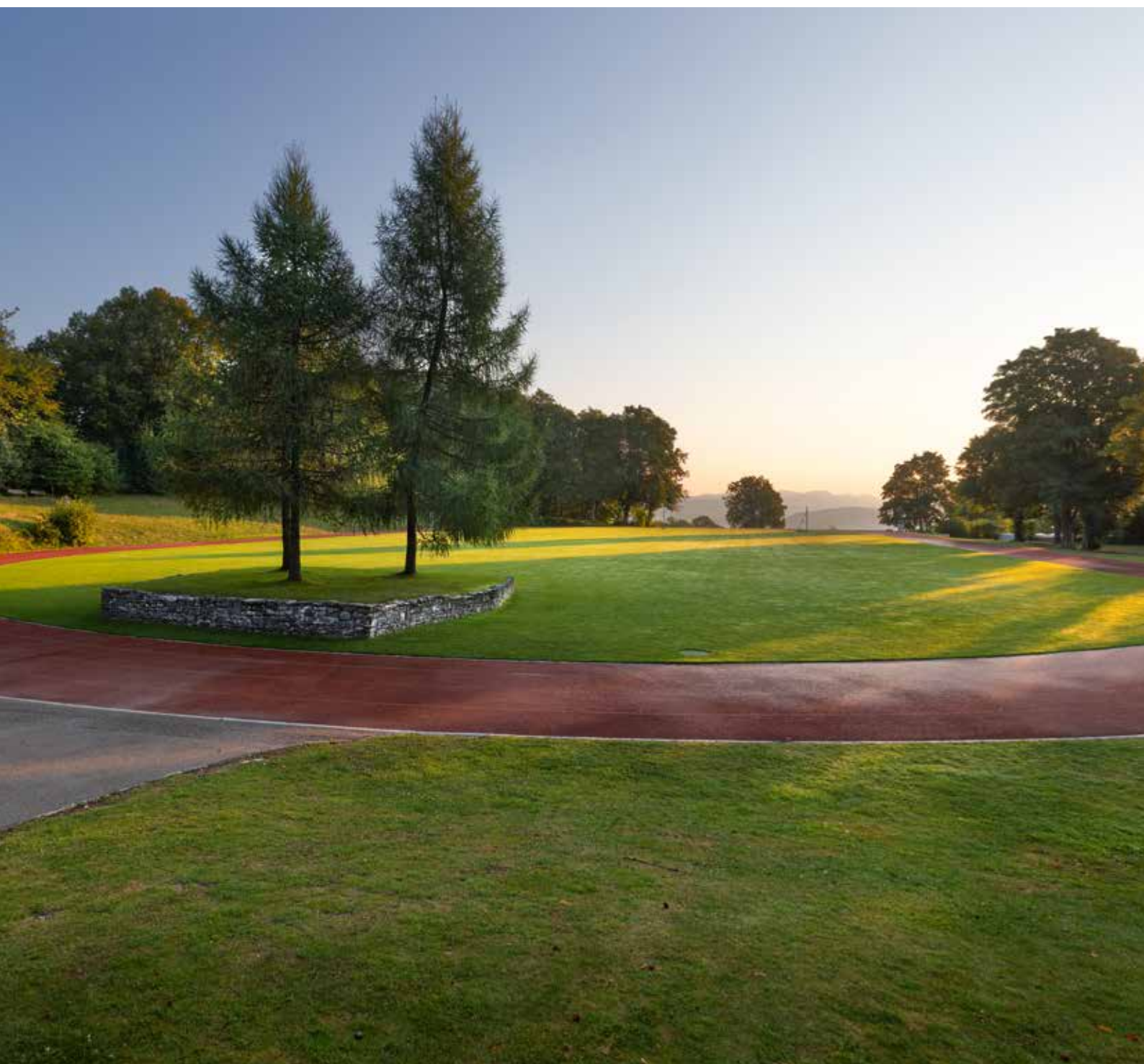


# Le modèle de formation de Macolin





# Résumé

L'Office fédéral du sport, à Macolin, propose des formations permettant d'exercer un grand nombre d'activités et de fonctions différentes dans le domaine du sport. Tous les niveaux et tous les cursus de formation ont ceci de commun que les apprenants acquièrent leurs connaissances de base dans les cours Jeunesse+Sport (J+S). L'enseignement dispensé bénévolement dans les clubs de sport suisses, et même l'enseignement scolaire, portent l'empreinte des documents didactiques J+S.

Le modèle de formation présenté ci-après s'adresse à tous les formateurs et formatrices de Macolin. Il décrit l'orientation qui caractérise l'ensemble des formations, des formations J+S aux formations d'entraîneurs en passant par les études en sciences du sport. Il tient compte des acquis de la recherche pédagogique et de la recherche en sciences du sport, est résolument axé sur la pratique et est applicable aux différents groupes cibles. Le savoir, le savoir-faire et le savoir-être des enseignants et des apprenants sont toujours au centre, que ce soit dans la formation de moniteurs bénévoles ou dans les filières d'études professionnalisantes. Les formateurs se réfèrent à des domaines d'action dont le rôle est essentiel quel que soit le niveau auquel ils enseignent. Ces domaines sont au nombre de quatre: «Transmettre», «Encourager», «Innover», «Se soucier de l'entourage».

De ces domaines découlent des champs d'action. Le domaine d'action «Transmettre» porte sur tous les aspects du processus d'enseignement et d'apprentissage; le domaine d'action «Encourager» est centré sur le développement individuel des apprenants; le domaine d'action «Innover» a pour thèmes le développement du sport et le développement personnel; le domaine d'action «Se soucier de l'entourage» vise à créer des conditions cadres permettant la réussite du processus d'enseignement et d'apprentissage.

Ce modèle de formation repose sur les valeurs fondamentales de Macolin, valeurs qui imprègnent toute la philosophie de la formation. Il peut servir de base à l'enseignement académique axé sur la pratique dans différentes offres de formations, sportives ou autres.



## Sommaire

|   |    |
|---|----|
| <b>Résumé</b>                                       | 3  |
| <b>Introduction</b>                                 | 6  |
| <b>Valeurs fondamentales du modèle de formation</b> | 7  |
| <b>Philosophie de la formation</b>                  | 8  |
| Prémisses   | 8  |
| Lignes directrices pour une formation de qualité    | 9  |
| <b>Modèle de formation</b>                          | 10 |
| Transmettre   | 11 |
| Encourager  | 12 |
| Innover   | 12 |
| Se soucier de l'entourage                           | 13 |
| <b>Formations proposées à l'OFSPPO</b>              | 14 |
| Sport des jeunes et des adultes SJA                 | 14 |
| Haute école fédérale de sport de Macolin HEFSM      | 14 |

# Introduction

Les idées sur la formation, de même que les modèles méthodologiques et didactiques, varient en fonction des époques et des courants scientifiques. Ils reflètent souvent les attentes de la société concernant le développement de l'être humain. Les formations dispensées à Macolin trouvent leur origine dans le cours d'instruction militaire préparatoire. Elles étaient donc clairement, au début, axées sur la préparation au service militaire, même si elles répondaient aussi à un certain nombre de préoccupations éducatives et sanitaires. Ces prémisses ont eu une influence sur les raisonnements méthodologiques et didactiques opérés, ainsi que sur les bases éducatives retenues.

La fondation de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport (EFGS) à Macolin en 1944 s'est accompagnée d'une diversification des missions de formation et, partant, d'un élargissement de la palette méthodologico-didactique. L'EFGS a été conçue d'emblée comme une institution de formation. Au fil du temps, les cours d'instruction préparatoire se sont mués en une formation axée sur les sports. L'article constitutionnel sur l'encouragement de la gymnastique et du sport promulgué en 1970 a attribué à la Confédération, et donc à l'EFGS, un mandat de formation explicite: «La Confédération encourage le sport, en particulier la formation au sport.» La législation idoine, adoptée en 1972, a remplacé les cours d'instruction préparatoire par le programme Jeunesse+Sport (J+S). Il en a découlé une diversité méthodologique qui a dû aussi, par la suite, répondre à un élargissement considérable de l'âge des participants et qui est devenue un levier extrêmement puissant de l'encouragement du sport suisse. La nouvelle formation professionnelle préparant à l'enseignement du sport et de la gymnastique en milieu extrascolaire a suscité une réflexion approfondie sur les concepts de formation et sur les questions méthodologiques et didactiques. Ce questionnement est devenu encore plus vif lorsque l'institution a décidé de se positionner comme haute école. Depuis la création de la Haute école fédérale de sport de Macolin (HEFSM) en 2005, la didactique destinée à l'enseignement supérieur et son corollaire, la recherche, font partie des attributions clés de l'institution.

Le présent modèle de formation s'adresse aux formateurs et formatrices de Macolin et répond aux exigences scientifiques de la recherche en matière d'enseignement. Il est né du constat que l'encouragement du sport suisse, qui repose en grande partie sur le bénévolat et le volontariat, doit répondre aux besoins fondamentaux de tous.

Des valeurs fondamentales de portée générale sous-tendent notre philosophie de la formation. Le modèle de formation de Macolin est basé sur des faits objectifs et il est très fortement axé sur la pratique. Il tient compte des prérequis, des besoins et des objectifs variés des personnes à former. Outil de référence pour les personnes qui enseignent à l'OFSP, il peut aussi servir de fil rouge dans toutes les filières de formation du système du sport suisse.

# Valeurs fondamentales du modèle de formation

Le sport en général, de même que la formation et la formation continue, sont affaire d'interactions. Les personnes qui entament une formation arrivent généralement avec des savoirs, des savoir-faire et des savoir-être divers. Elles se fixent des objectifs, éprouvent de nouveaux besoins et de nouvelles attentes, voient leurs exigences évoluer.

Les enseignants se réfèrent aux valeurs fondamentales du modèle de formation, qui témoignent d'une conception du monde humaniste: l'être humain y est vu comme responsable et agissant d'après une éthique. On retrouve cette même conception dans l'esprit de Macolin, c'est-à-dire l'ensemble de valeurs qui forment la base du travail à l'OFSPPO. Cet esprit se définit ainsi:

- Nous sommes une équipe – Notre unité naît de notre diversité.
- Nous aspirons à l'excellence – Notre objectif est la qualité.
- Nous sommes des prestataires – Nous garantissons engagement et écoute à nos clients et à nos hôtes.
- Nous sommes fiables et assumons notre responsabilité – La loyauté est pour nous une évidence.
- Nous nous respectons – Notre travail quotidien repose sur l'estime.

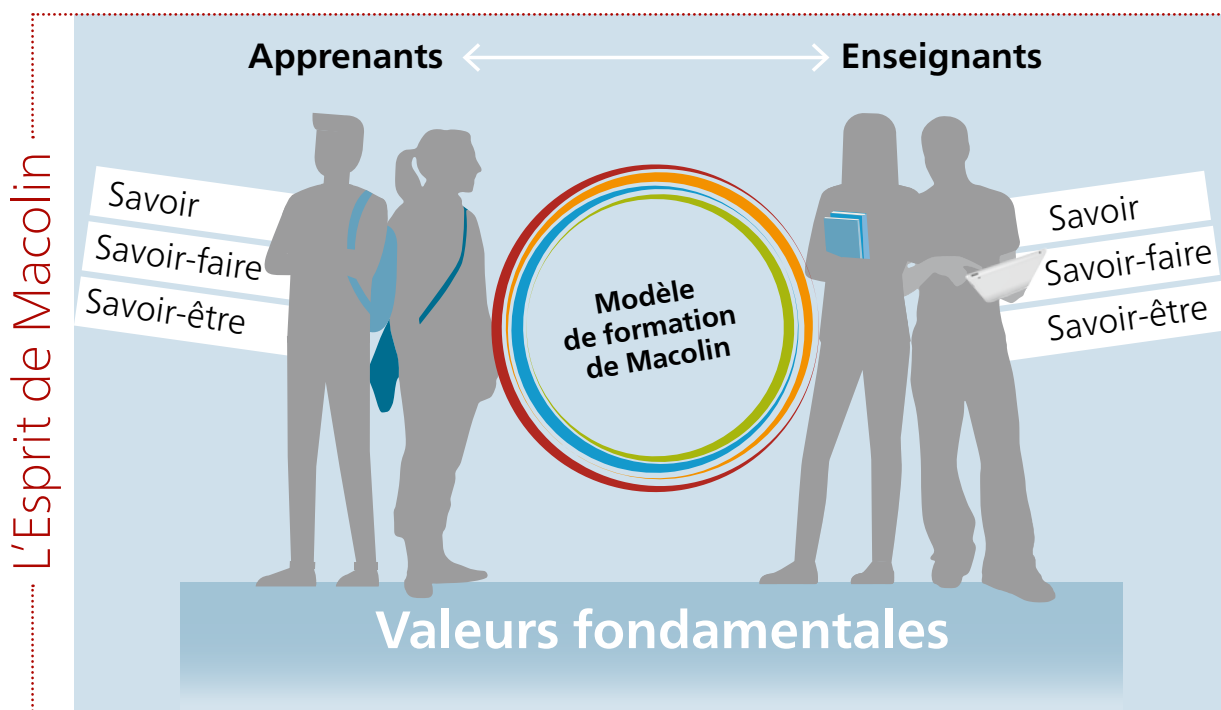


Figure 1: La philosophie de la formation

# Philosophie de la formation

## Prémisses

### **Entretenir une vision globale de la formation**

Une formation ne consiste jamais seulement à transmettre des connaissances et des compétences. Le modèle de Macolin intègre exclusivement des attitudes et des valeurs qui fondent un encouragement du sport judicieux et conforme aux principes éthiques. Le processus d'enseignement et d'apprentissage repose toujours sur le dialogue. Il s'agit d'un processus de développement complet, qui consiste non seulement à transmettre des connaissances de pointe, mais qui englobe aussi les compétences sociales et personnelles et qui tient compte de la transformation de la formation, p. ex. à travers la numérisation. Les nouvelles formes d'enseignement et d'apprentissage doivent être mises en œuvre adéquatement à la faveur des développements technologiques.

### **Partir de l'individu**

Les apprenants commencent leur formation avec des bagages différents. Ils arrivent avec des connaissances et des compétences diverses, des attitudes qui leur sont propres, des valeurs et des centres d'intérêt personnels, et des orientations motivationnelles ou sociales plurielles. Toutes les formations proposées à Macolin tiennent compte de cette diversité, qu'il s'agisse de la formation de moniteur J+S dispensée sur une semaine, des formations d'entraîneur en cours d'emploi ou des cursus d'études de sport, qui durent plusieurs années.

### **Répondre aux exigences avec compétence**

Toutes les formations dispensées à Macolin donnent aux intéressés les moyens d'aborder de manière constructive et compétente les défis qui caractérisent leur domaine. L'acquisition et le développement des compétences nécessaires sont au cœur des formations.



## Lignes directrices pour une formation de qualité

|   |  |
|---|--|
| <b>Orientation pratique</b>                                     | Le centre sportif de Macolin offre un cadre d'apprentissage de tout premier ordre dans tous les domaines du sport. Ici, la pratique sportive est quotidienne et manifeste, tant dans la formation que dans la recherche et les prestations.  |
| <b>Encouragement de la réflexion et intégration du vécu</b>     | Les personnes en formation ne se contentent pas de vivre le sport: elles sont amenées à réfléchir sur leur pratique sportive et à l'enrichir à partir de connaissances scientifiques. Les formations ont pour objectif de donner du phénomène du sport une vision globale et pertinente pour l'action. |
| <b>Contenus pertinents au présent et porteurs pour l'avenir</b> | Les apprenants voient le sens immédiat de leur formation et en sont satisfaits au présent. En même temps, ils perçoivent l'importance des contenus de leur formation pour leur future activité dans le domaine du sport et pour leur avenir personnel.   |
| <b>Prise en compte des besoins</b>                              | Apprendre demande beaucoup de motivation. Trois facteurs la favorisent: le sentiment d'être compétent, l'autonomie et la possibilité de s'intégrer socialement à un groupe partageant les mêmes intérêts.  |
| <b>Base scientifique</b>  | Les enseignants savent transposer adéquatement dans leurs cours les acquis de la recherche et les savoirs découlant des prestations. Les apprenants sont ainsi armés pour mener une réflexion critique sur des études et tirer parti de celles-ci dans leur propre pratique.                           |

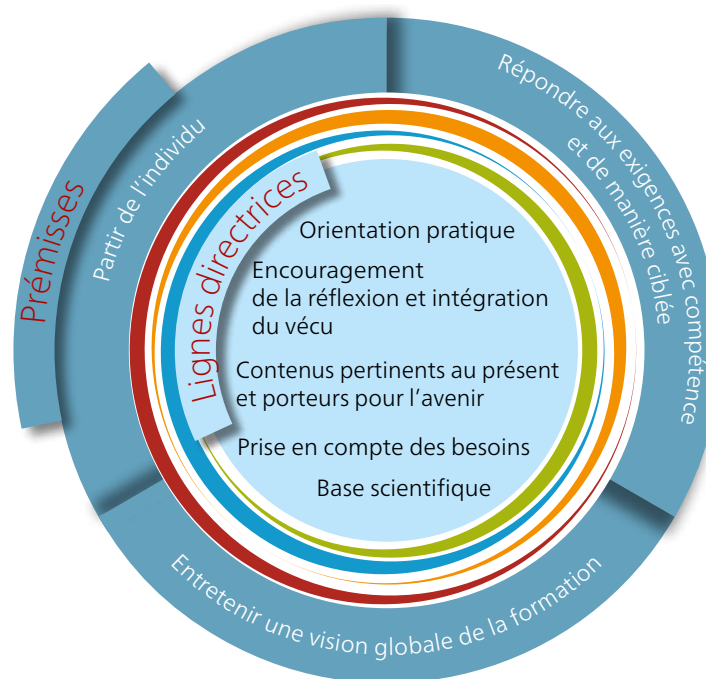


Figure 2: Prémisses et lignes directrices du modèle de formation de Macolin

# Modèle de formation

Le modèle de formation crée une matrice commune. Il tient compte tant de la perspective des apprenants que de celle des enseignants, dont il concrétise les principaux domaines d'action.

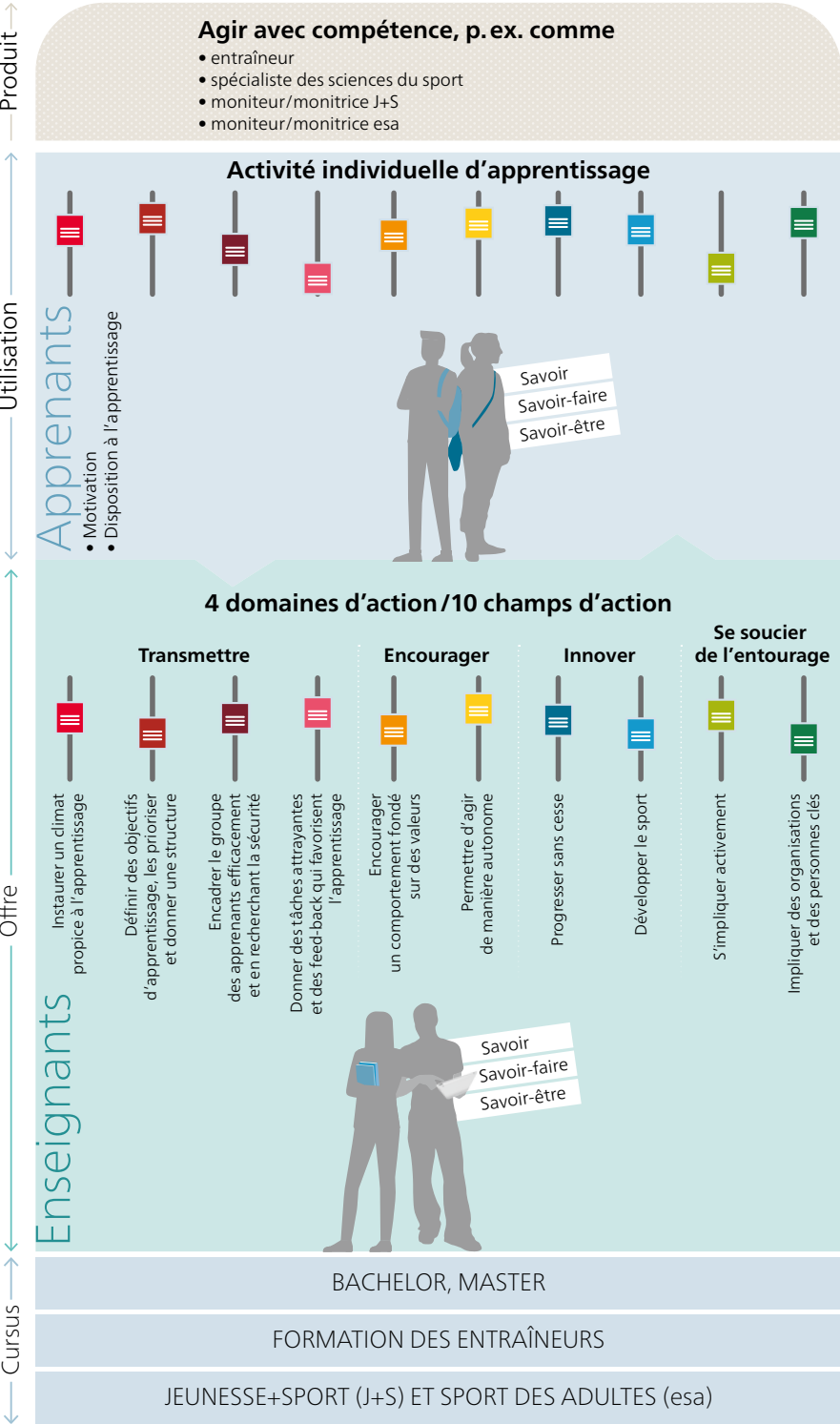


Figure 3: Le modèle de formation de Macolin

Les enseignants sont les acteurs et les garants de formations de base et de formations continues de haute qualité. Grâce à leur **savoir**, à leur **savoir-faire** et à leur **savoir-être** (disposition à mettre en œuvre leurs capacités, motivation et autorégulation), ils créent une offre de formation haut de gamme. Leur action professionnelle et les critères de qualité qui la caractérisent s'organisent autour de l'éventail de leurs tâches.

- Selon les tâches que les enseignants sont appelés à maîtriser avec professionnalisme en tant que formateurs, on distingue plusieurs **domaines d'action**: «Transmettre», «Encourager», «Innover» et «Se soucier de l'entourage». Ces domaines d'action sont indépendants les uns des autres et peuvent être considérés séparément.
- Chaque domaine d'action comprend plusieurs **champs d'action**. Les champs d'action représentent, d'une part, les exigences importantes auxquelles les enseignants font face dans chaque domaine d'action et auxquelles il doivent répondre avec compétence; et ils représentent, d'autre part, les compétences que les apprenants devraient acquérir pour pouvoir les incarner à leur tour.
- Des **caractéristiques concrètes** sont formulées pour chaque champ d'action: elles décrivent comment faire au mieux pour répondre aux exigences posées.

Les domaines d'action, les champs d'action et leurs caractéristiques sont présentés ci-après.

## Domaine d'action Transmettre

Dans ce domaine d'action, il s'agit pour l'enseignant de transmettre des contenus le mieux possible en veillant à ce que toutes les parties prenantes interagissent. Cela peut par exemple consister à enseigner des habiletés motrices, à transmettre un savoir pratique étayé scientifiquement ou à entraîner des qualités tactiques.

| Champs d'action   | Caractéristiques (liste non exhaustive)  |
|---|--|
| Instaurer un climat propice à l'apprentissage                                 | Les enseignants...<br>■ éveillent l'enthousiasme des participants;<br>■ valorisent et respectent les participants;<br>■ impliquent les participants et favorisent le sentiment d'appartenance;<br>■ exploitent les erreurs et en font de véritables occasions d'apprendre.   |
| Définir des objectifs d'apprentissage, les prioriser et donner une structure  | Les enseignants...<br>■ définissent des objectifs d'apprentissage judicieux, les priorisent et les communiquent aux participants de façon transparente;<br>■ structurent les contenus d'apprentissage judicieusement (fil rouge);<br>■ intègrent des rituels adéquats;<br>■ relèvent régulièrement les progrès et les évaluent avec les participants.                |
| Encadrer le groupe des apprenants efficacement et en recherchant la sécurité  | Les enseignants...<br>■ encadrent en se montrant présents et savent s'adapter aux situations;<br>■ assurent une sécurité maximale;<br>■ garantissent un temps d'apprentissage élevé et minimisent les temps morts;<br>■ sont capables de réagir aux perturbations de manière appropriée et ne perdent pas leur calme.  |
| Donner des tâches attrayantes et des feed-back qui favorisent l'apprentissage | Les enseignants...<br>■ donnent aux participants des tâches stimulantes et des instructions techniquement correctes;<br>■ prévoient et appliquent des formes d'organisation variées;<br>■ donnent sans tarder aux participants des feed-back ciblés et constructifs;<br>■ permettent aux participants de connaître des expériences gratifiantes, seuls et en groupe. |

**Domaine d'action**  
**Encourager**

Dans ce domaine d'action, il s'agit pour l'enseignant de veiller au développement général des apprenants, quel que soit le sport. Le but est, en s'appuyant sur les valeurs positives véhiculées par le sport, d'encourager les personnes en formation à Macolin à devenir des personnalités autonomes et socialement responsables.

| Champs d'action                                  | Caractéristiques (liste non exhaustive)   |
|--|---|
| Encourager un comportement fondé sur des valeurs | <p>Les enseignants...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ connaissent et comprennent les valeurs positives du sport qui imprègnent les domaines de la performance, de la formation et de la santé;</li> <li>■ incarnent les valeurs positives du sport dans leur action quotidienne;</li> <li>■ transmettent aux apprenants les valeurs positives du sport.</li> </ul> |
| Permettre d'agir de manière autonome             | <p>Les enseignants...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ encouragent les compétences psychosociales et les compétences en matière de santé des participants en lien avec le sport;</li> <li>■ thématisent le rapport ambivalent entre autodétermination et orientation vers les valeurs.</li> </ul>   |

**Domaine d'action**  
**Innover**

Dans ce domaine d'action, il s'agit pour l'enseignant de veiller à son développement personnel et à celui du sport. Pour son développement personnel, il est important que l'enseignant soit conscient de son rôle de formateur et des exigences, des responsabilités et des compétences que ce rôle implique. Il s'agit pour lui de progresser dans son autorégulation de façon à pouvoir remplir son rôle toujours mieux, avec toujours plus de professionnalisme et de manière toujours plus innovante.

| Champs d'action       | Caractéristiques (liste non exhaustive)  |
|-----------------------|--|
| Progresser sans cesse | <p>Les enseignants...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ réfléchissent sur eux-mêmes et formulent leurs propres objectifs de développement;</li> <li>■ recherchent et suivent des formations continues ciblées adaptées à leurs besoins.</li> </ul>  |
| Développer le sport   | <p>Les enseignants...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ génèrent des données scientifiques et les intègrent dans leur enseignement;</li> <li>■ observent et anticipent les changements et les innovations, tant dans les contenus sportifs que dans les formes d'organisation de la pratique sportive; développent leurs propres approches et les partagent;</li> <li>■ déduisent des potentiels de développement pour leur domaine sportif et mettent en œuvre des plans d'action s'y rapportant.</li> </ul> |

## Domaine d'action Se soucier de l'entourage

Dans ce domaine d'action, il s'agit pour l'enseignant de connaître les conditions cadres qui permettent d'agir de manière optimale dans le sport, de les mettre en place, de les développer et de les entretenir.

| Champs d'action                                   | Caractéristiques (liste non exhaustive)  |
|---|--|
| S'impliquer activement                            | <p>Les enseignants...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ connaissent les conditions cadres de leur environnement sportif (p. ex. règlements de compétition, concept cadre FTEM, conception, plans d'étude, etc.);</li> <li>■ suivent et soutiennent le développement des conditions cadres dans leur environnement.</li> </ul>                             |
| Impliquer des organisations et des personnes clés | <p>Les enseignants...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ connaissent les personnes et les organisations clés dans leur environnement sportif;</li> <li>■ nouent et entretiennent des relations avec les personnes et les organisations clés dans leur environnement sportif;</li> <li>■ assument des fonctions dans leur environnement sportif.</li> </ul> |

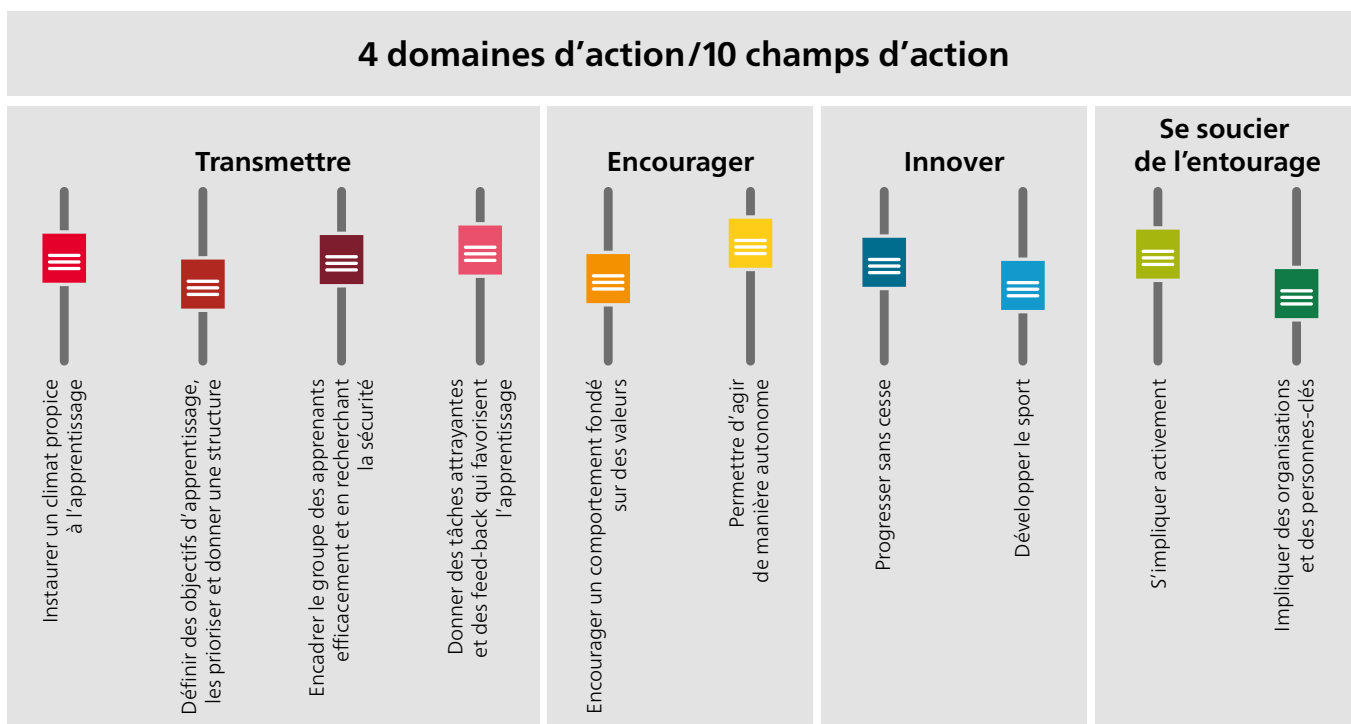


Figure 4: Domaines d'action et champs d'action du modèle de formation de Macolin

# Formations proposées à l'OFSPPO

Avec ses différentes unités – Sport des jeunes et des adultes SJA, Politique du sport et ressources internes PSRI, Haute école fédérale de sport de Macolin HEFSM, Centre national de sport de Macolin CSM, Centre sportif national de la jeunesse Tenero CST – l'Office fédéral du sport réunit des domaines de formation uniques en leur genre dans la sphère sportive, et qui recouvrent presque tous les champs d'activité et champs professionnels. La plupart des participants aux cours ont une formation sportive de base de moniteur ou monitrice J+S et viennent à Macolin pour se former plus avant. Les synergies entre les différentes unités de l'office peuvent être exploitées pour toutes les formations. La diversité des apprenants et de leurs qualifications permet de travailler à un niveau élevé dans les disciplines scientifiques et offre de bonnes possibilités de travail interdisciplinaire. Les infrastructures modernes procurent des conditions de formation idéales, qu'il s'agisse de pratique ou d'enseignement basé sur la recherche. Toute la diversité du monde du sport se trouve réunie sur le campus de Macolin, ce qui permet à tous les apprenants d'être en prise directe sur cet univers fascinant.

## Sport des jeunes et des adultes SJA

### Jeunesse+Sport J+S

- Formation de moniteur J+S (formation propre à un sport permettant de devenir moniteur ou monitrice de sport au niveau amateur)
- Formation d'expert J+S (les experts donnent des cours de formation et de formation continue J+S)
- Formations continues pour les moniteurs J+S et les experts J+S
- Formation de coach J+S

### Sport des adultes esa

- Formation de moniteur de sport des adultes
- Formation de coordinateur de sport
- Formation d'expert esa
- Formation continue pour les moniteurs et les experts esa

## Haute école fédérale de sport de Macolin HEFSM

- Bachelor of Science in Sports
- Master of Science in Sports avec spécialisation en sport d'élite
- Master of Science en sciences du sport (proposé conjointement avec l'Université de Fribourg)
- Etudes de doctorat en collaboration avec des hautes écoles universitaires
- CAS Installations sportives
- CAS Alimentation sportive
- DAS en management du sport proposé conjointement avec le Swiss Sport Management Center
- Semaines Haute école de Macolin pour les hautes écoles universitaires et les hautes écoles pédagogiques
- Cours d'été pour étudiants étrangers (Douglas College, Canada; Beijing Sport University, Chine; Technische Universität Deggendorf, Allemagne)
- Coursus d'entraîneur professionnel (CEP) de la Formation des entraîneurs Suisse
- Coursus d'entraîneur diplômé (CED) de la Formation des entraîneurs Suisse
- Spécialisation d'entraîneur de condition physique de la Formation des entraîneurs Suisse
- Spécialisation d'entraîneur aux haltères de la Formation des entraîneurs Suisse
- Approfondissement en coaching mental de la Formation des entraîneurs Suisse



Editeur: Office fédéral du sport OFSPO

Auteurs: HEFSM, SJA

Illustrations et Conception graphique: Office fédéral du sport OFSPO

Edition: 2019

Tous droits réservés. La reproduction ou la diffusion, sous quelque forme que ce soit, totale ou partielle, n'est autorisée qu'avec l'accord écrit de l'éditeur et la mention des sources.