



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO



# Kompetenzorientierte Prüfungen am Beispiel „Höhere Fachprüfung Trainer Spitzensport“

## Des examens orientés compétences à l'exemple de „l'examen supérieur d'entraîneur de sport d'élite“



Bertrand Théraulaz, Responsable de la formation francophone des entraîneurs OFSPO  
Dr. Adrian Bürgi, Leiter Trainerbildung, Eidg Hochschule für Sport Magglingen



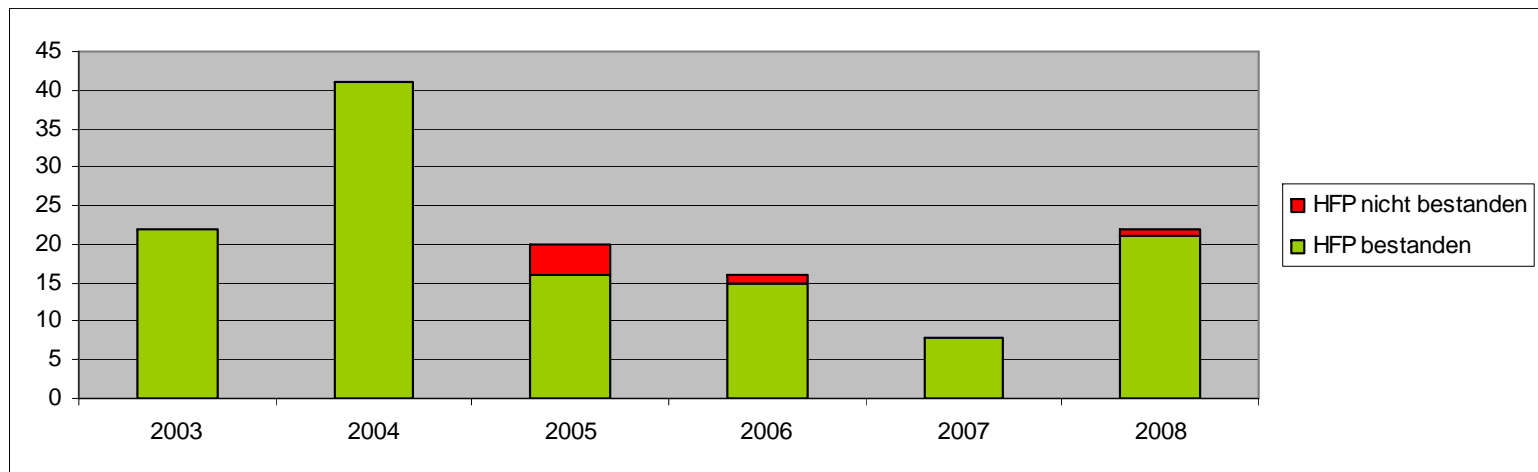
# Wer ist die Trägerschaft der HFP Trainer Spitzensport? Qui est responsable de l'ES d'entraîneur de sport d'élite?

- **Trägerschaft: Swiss Olympic und die Eidg. Hochschule für Sport (EHSM) am Bundesamt für Sport (BASPO) in Magglingen**
- **Organisator: Trainerbildung Schweiz**
  - Die Trainerbildung ist ein Kooperationsprojekt zwischen Swiss Olympic und dem BASPO (EHSM). Sie ist im Ressort Leistungssport an der Eidgenössischen Hochschule für Sport in Magglingen eingegliedert
  - **Aufgaben**
    - **Konzeption, Organisation und Durchführung** der Aus- und Weiterbildungen für Trainer im Spitzensport
    - **Qualifikation** durch die Berufsanerkennungen BBT seit 2003
    - Ständige **Weiterentwicklung der Angebote** zur Erhöhung ihrer Wirksamkeit im Handlungsfeld Spitzensport
    - **Vernetzung** mit der EHSM, J+S, Swiss Olympic, der Hochschulinstitute, dem Diplomtrainerverband und internationalen Trainerausbildungen und Bildungsinstitutionen
    - **Plattform:** Trainer pflegen Kontakte und Netzwerk untereinander
- **Responsabilité: Swiss Olympic et la Haute école fédérale de sport à Macolin (HEFSM) de l'Office fédéral du sport (OFSP)**
- **Organisateur: Formation des entraîneurs en Suisse**
  - La formation des entraîneurs est un projet de coopération entre Swiss Olympic et l'OFSP (HEFSM). Elle est intégrée dans le ressort sport d'élite de la Haute école de sport à Macolin.
  - **Tâches**
    - **Conception, organisation et réalisation** de la formation et de la formation continue des entraîneurs dans le sport d'élite
    - Qualification grâce à la reconnaissance professionnelle de l'OFFT depuis 2003
    - Amélioration permanente de l'offre en vue d'augmenter son efficacité dans le domaine du sport d'élite
    - Liens avec la HEFSM, J+S, Swiss Olympic, les autres Hautes écoles, l'Association des entraîneurs diplômés ainsi qu'avec les organismes de formation internationaux
    - Plate-forme: les entraîneurs maintiennent et entretiennent les contacts au sein de leur réseau



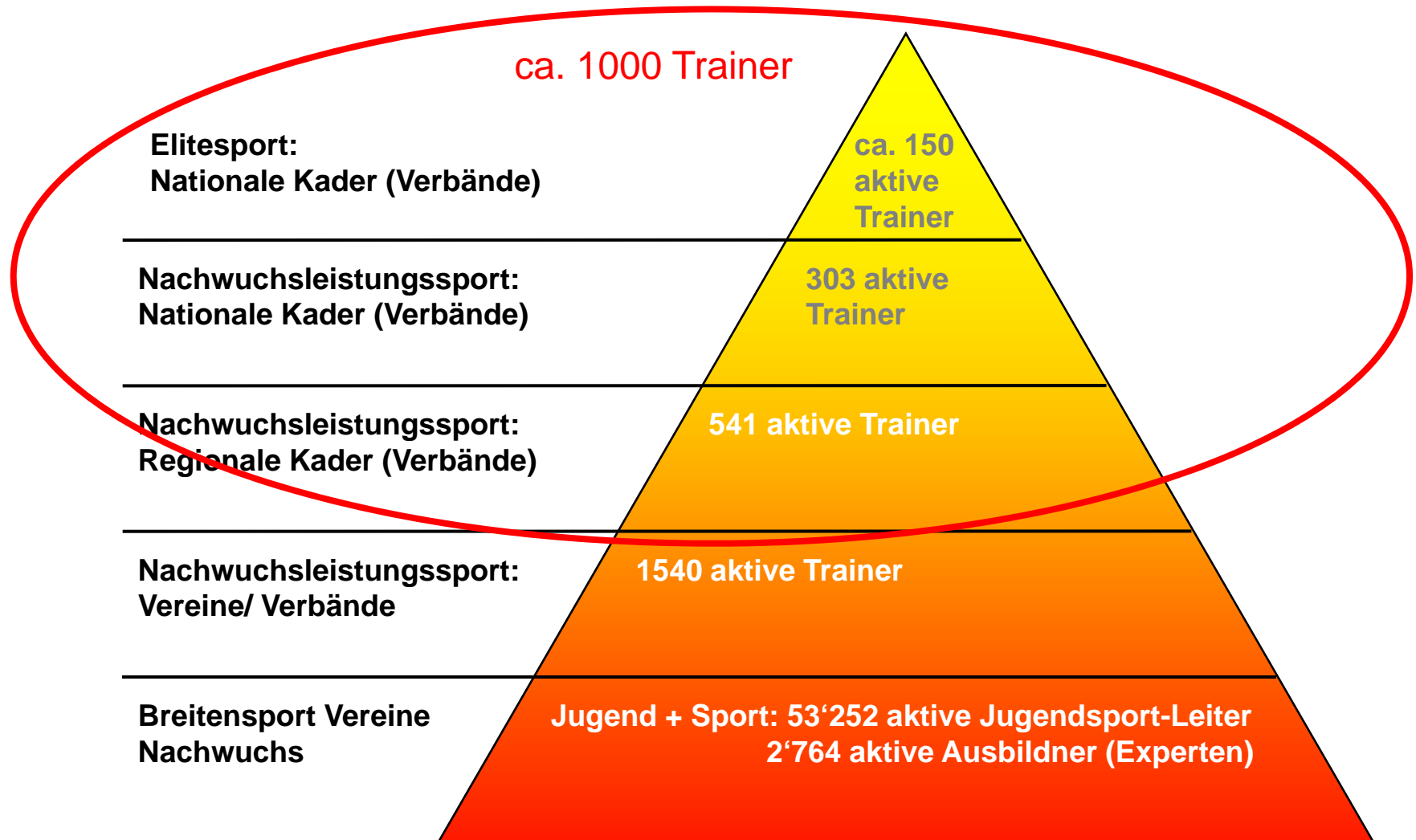
# Facts & Figures

- **839 Diplomtrainer wurden seit 1969 ausgebildet**
- **Höhere Fachprüfung (seit 2003):**
  - 127 Trainer
  - Erfolgsquote 95%
- **839 Entraîneurs diplômés depuis 1969**
- **Examens supérieurs (depuis 2003)**
  - 127 entraîneurs
  - Taux de réussite de 95%



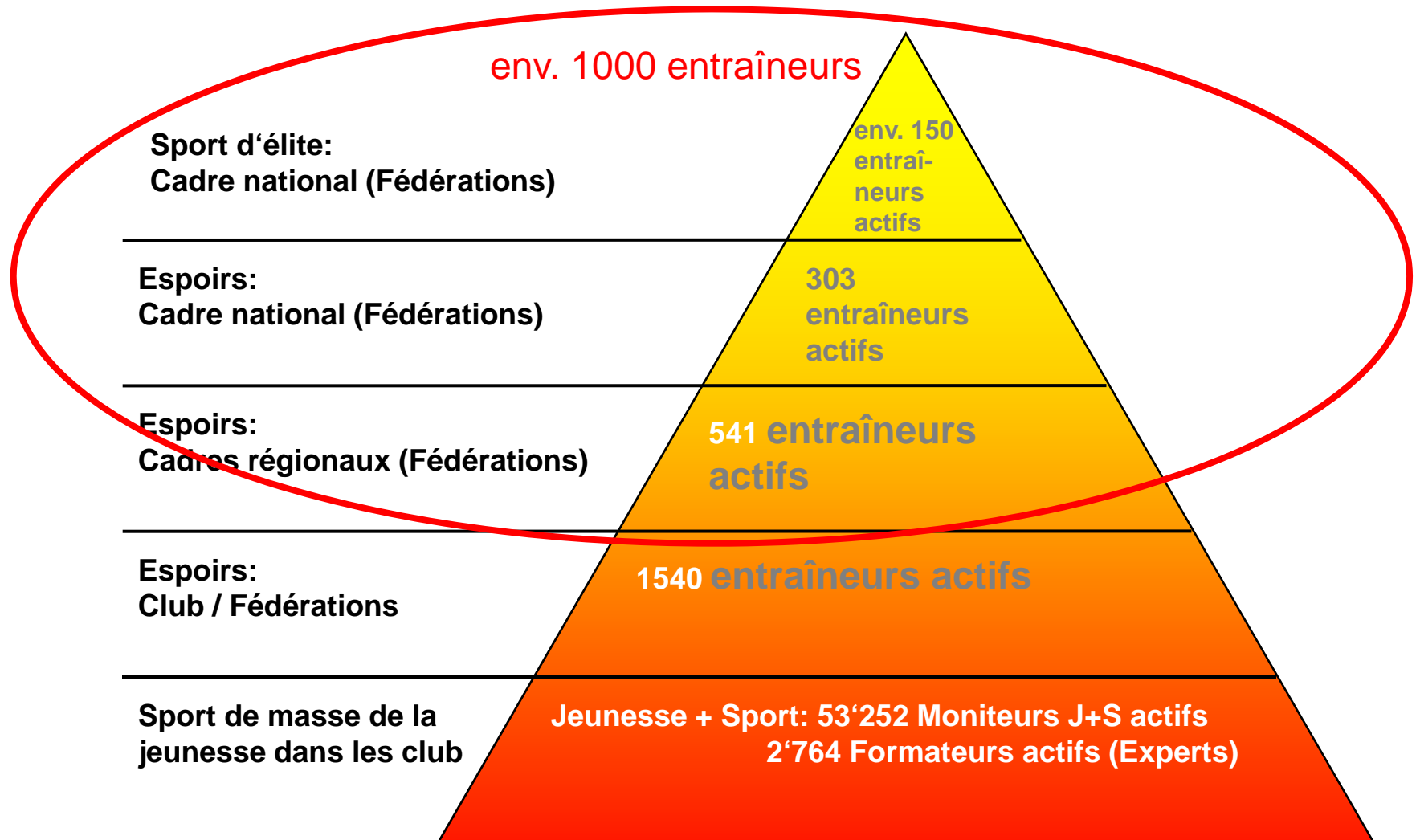


# Der Trainermarkt in der Schweiz (Verbände und Vereine)





# Le marché des entraîneurs en Suisse (Fédérations et Clubs)





# Die HFP „Trainer Spitzensport“ L'ES d' "entraîneur de sport d'élite"

- **Ziel der Prüfung:**
  - Der Kandidat/die Kandidatin hat durch die Höhere Fachprüfung den Nachweis zu erbringen, dass er/sie die erforderlichen Kenntnisse und Fähigkeiten in den Bereichen der Fach-, Selbst-, Sozial-, Methoden- und Management-/Führungskompetenz besitzt, um die von ihm betreuten Athleten/Athletinnen im Spitzensport ganzheitlich und verantwortungsbewusst zu entwickeln, zu fördern und zu trainieren
- **But de l'examen:**
  - Le candidat/la candidate apporte grâce à l'Examen supérieur la preuve qu'il/elle possède les connaissances et les capacités nécessaires dans le domaine des compétences spécifiques, personnelles, sociales, méthodologiques et de management afin de favoriser globalement et de façon responsable le développement des athlètes dans le sport d'élite



# Kompetenzziele

Fachkompetenz	Methodenkompetenz	Selbstkompetenz	Sozialkompetenz	Führungskompetenz
<p><b>Erweitern</b> des Fachwissens</p> <p><b>Spezialisierung</b> aus ausgewählten Fachbereichen</p> <p><b>Transferieren und Umsetzen</b> des Fachwissens in die Praxis (mit den Athleten und in ausgewählten Projekten)</p> <p><b>Interdisziplinarität</b> Umsetzen in die Praxis</p>	<p><b>Kennen, Evaluieren und Anwenden</b> der Instrumente zur Trainings- und Wettkampfplanung, Leistungsdiagnostik</p> <p><b>Durchführen</b> der Wettkampf- und Trainingsanalyse und Auswertung</p> <p><b>Kennen, Verstehen und Anwenden</b> der Instrumente des Projektmanagements</p>	<p><b>Reflektieren und umsetzen</b> der Rollen als Trainer, Berater und Coach</p> <p><b>Optimieren</b> der persönlichen Wirksamkeit mit den entsprechenden Massnahmen und Instrumenten</p> <p><b>Erfassen, Bewerten und umgehen</b> mit den eigenen Stärken und Schwächen</p> <p><b>Evaluieren, Bewerten und Formulieren</b> der persönlichen Zielsetzungen</p>	<p><b>Erweitern</b> der Kompetenzen im Bereiche der Kommunikation (-methoden), Teambildung, Rollenzuordnung, Rollenakzeptanz</p> <p><b>Kennen lernen und anwenden</b> von neuen Methoden der Kommunikation (Supervision, Intervention, Coach the coach)</p> <p><b>Umsetzen</b> einer nachhaltigen Karrierenplanung</p>	<p><b>Erweitern</b> der Fähigkeiten und Fertigkeiten, um aufgabenorientiert, situationsgerecht und wirksam führen zu Können</p> <p><b>Vertiefen</b> der Kenntnisse und Handlungsfähigkeiten im Bereich der Wahrnehmung, Reflexion und Ausübung ihrer Führungsrolle als Trainer im Spitzensport.</p> <p><b>Austauschen</b> von Fallbeispielen und Anwenden von Massnahmen im Traineralltag</p> <p><b>Entwickeln, planen und umsetzen</b> einer Diplomarbeit</p>





# Objectifs liés aux compétences

Compétences spécifiques	Compétences méthodologiques	Compétences personnelles	Compétences sociales	Compétences de management
<p><b>Elargir</b> les compétences spécifiques</p> <p><b>Spécialisation</b> à partir de thèmes spécifiques choisis</p> <p><b>Transférer et appliquer</b> les connaissances spécifiques dans la pratique (avec les athlètes et dans des projets définis)</p> <p><b>Permettre à l'interdisciplinarité</b> d'être appliquée dans la pratique</p>	<p><b>Connaître, évaluer et appliquer</b> les outils permettant:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• la planification de l'entraînement et de la compétition</li><li>• le diagnostic de la performance</li></ul> <p><b>Réalisation</b> de l'analyse de la compétition et de l'entraînement, évaluation</p> <p><b>Connaître, comprendre et appliquer</b> les instruments de conduite de projets</p>	<p><b>Réfléchir sur et mettre en application</b> les rôles d'entraîneur, de conseiller et de coach</p> <p><b>Optimiser</b> son efficacité personnelle au moyen des méthodes et instruments appropriés</p> <p><b>Comprendre, évaluer et tirer le meilleur parti</b> de ses propres forces et faiblesses</p> <p><b>Évaluer et formuler</b> ses propres buts personnels</p>	<p><b>Elargir</b> ses compétences dans le domaine de la communication (méthodes), du développement d'une équipe (synergie collective), de la clarification des rôles et de leur acceptation</p> <p><b>Acquérir et appliquer</b> de nouvelles méthodes de communication (supervision, intervention, coach the coach)</p> <p><b>Mettre en application</b> un plan de carrière durable</p>	<p><b>Elargir</b> ses aptitudes et compétences en vue de pouvoir gérer les tâches efficacement en fonction du contexte</p> <p><b>Approfondir</b> ses connaissances et ses capacités à créer la différence dans son rôle de dirigeant en tant qu'entraîneur de sport d'élite (leader)</p> <p><b>Échanges</b> à propos d'études de cas et mise en place de moyens adaptés dans l'entraînement au quotidien</p> <p><b>Développer, planifier et mettre au point</b> un travail de diplôme</p>





# Prüfungsteile HFP

Prüfungsteil		Art der Prüfung		Gewichtung	Zeit
		mündlich	schriftlich		
1	Trainings- / Wettkampflehre		90 Min.	einfach	90 Min.
2	Sportmedizin /-physiologie / -biologie		60 Min.	einfach	60 Min.
3	Bewegungslehre / Biomechanik		60 Min.	einfach	60 Min.
4	Sportpsychologie / Coaching		60 Min.	einfach	60 Min.
5	Management	60 Min.		einfach	60 Min.
6	Diplomprojekt		Diplomprojekt (6–12 Monate)	<b>dreifach</b>	
7	Präsentation und Diskussion des Diplomprojektes	60 Min.		einfach	60 Min.
8	Bearbeitung Fallstudien	90 Min.		einfach	90 Min.
				<b>Total</b>	<b>7 Std.</b>



# Parties d'examen de l'ES

Branche d'examen		Genre d'examen		Pondération	Durée
		Oraux	Écrits		
1	Principes d'entraînement/de compétition		90 min.	simple	90 min.
2	Médecine/Physiologie/Biologie du sport		60 min.	simple	60 min.
3	Théorie du mouvement/Biomécanique		60 min.	simple	60 min.
4	Psychologie du sport/Coaching		60 min.	simple	60 min.
5	Management	60 min.		simple	60 min.
6	Projet de diplôme		Travail de diplôme (6-12 mois)	<b>triple</b>	
	Présentation et discussion du projet de diplôme	60 min.		simple	60 min.
7	Traitement d'études de cas			simple	90 min.
				<b>Total</b>	<b>7 heures</b>



# Kompetenzbereiche und Prüfungsteile

## Domaine de compétence et parties d'examen

Kompetenzbereich	Fachgebiet / Prüfungsteil	Domaine de compétence	Branches / Parties d'examen
Fachkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainings / -Wettkampflehre</li> <li>- Sportmedizin / -physiologie / -biologie</li> <li>- Bewegungslehre / Biomechanik</li> <li>- Sportpsychologie / Coaching</li> <li>- <b>Diplomprojekt</b></li> </ul>	Compétences spécifiques	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Principes d'entraînement et de compétition</li> <li>- Médecine, physiologie, biologie sportives</li> <li>- Comportement moteur / biomécanique</li> <li>- Psychologie sportive / coaching</li> <li>- <b>Projet de diplôme</b></li> </ul>
Management / Führungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Management</li> <li>- Sportpsychologie / Selbstmanagement</li> <li>- Sportpsychologie / Coaching</li> <li>- <b>Diplomprojekt</b></li> </ul>	Management / compétences de conduite	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Management</li> <li>- Psychologie sportive / management personnel</li> <li>- Psychologie sportive / coaching</li> <li>- <b>Projet de diplôme</b></li> </ul>
Methodenkompetenz / Sportfachkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Methodik / Didaktik</li> <li>- <b>Diplomprojekt</b></li> </ul>	Compétences méthodologiques liées à la discipline sportive	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Méthodologie / Didactique</li> <li>- <b>Projet de diplôme</b></li> </ul>
Sozialkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fallstudien</li> </ul>	Compétences sociales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Études de cas</li> </ul>
Selbstkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fallstudien</li> </ul>	Compétences personnelles	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Études de cas</li> </ul>



# Ziele des Diplomprojektes

## Buts du projet de diplôme

- Die Bearbeitung einer praxisbezogenen Aufgabe und/oder Fragestellung in Zusammenhang mit der umfassenden (Trainings-) Betreuung von Spitzenathleten oder eines praxisbezogenen Trainings- und/oder Wettkampfprojektes.
- Die praxisorientierte Umsetzung des Wissens im Spitzensport.
- Die Reflexion des Trainers zu seiner eigenen Tätigkeit als Beitrag zu seiner persönlichen Entwicklung.
- Die Möglichkeit ein wichtiges Thema für die persönliche, sportliche Entwicklung des Trainers und/oder des Verbandes zu erarbeiten.
- Die Nutzung eines interdisziplinären Ansatzes im Prozess und Ergebnis des Diplomprojektes.
- Die Entwicklung der Fähigkeit, mit Hilfe der inhaltlichen und formalen Richtlinien, systematisch und selbständig zu arbeiten.
- La réalisation d'un travail/d'un questionnaire axé sur la pratique et en relation avec l'accompagnement (l'entraînement) étendu d'athlète d'élite ou un projet d'entraînement/de compétition pratique
- Le transfert pratique des connaissances dans le sport d'élite
- La réflexion de l'entraîneur sur sa propre activité en tant qu'apport dans son développement personnel
- La possibilité de développer un thème important concernant l'évolution sportive de l'entraîneur ou de la fédération
- L'utilisation d'une approche interdisciplinaire dans le processus et le résultat du projet de diplôme
- Le développement de la capacité de travail systématique et autonome avec l'aide des directives quant à la forme et au contenu.



## Betreuung durch Sportfachchef und Projektcoach Suivi par le responsable sportif ou le coach du projet

Der **Sportfach-Chef** ist der verbandsseitige Betreuer des Diplomprojektes. Innerhalb des Fachverbandes stellt er sicher, dass der Kandidat ein definiertes Diplomprojekt (Athleten- betreuung oder Trainings/Wettkampfprojekt), welches in das leistungssportliche Konzept des Fachverbandes integriert ist, im Sinne modernen Projektmanagements bearbeiten kann.

Zusätzlich, kann der Kandidat in Absprache mit der Lehrgangsheitung einen **Projektcoach** bezeichnen. Als Experte unterstützt dieser den Kandidaten in fachlicher Hinsicht in der Bearbeitung seines Diplomprojektes.

Le **responsable sportif** est le représentant de la fédération par rapport au projet de diplôme. Il se porte garant qu'au sein de la fédération le candidat puisse élaborer un projet de diplôme défini (suivi d'athlète ou projet lié à l'entraînement/la compétition) qui intègre le concept du sport de performance de la fédération dans le sens d'une conduite moderne de projet. En plus, le candidat peut, en accord avec le responsable du cours, désigner un **coach de projet**. En tant qu'expert, il soutient le candidat d'une manière spécifique dans la réalisation de son projet de diplôme.



# Diplomarbeiten-Themen

## Thèmes du travail de diplôme

### **Variante 1: Athletenbetreuung in Training und Wettkampf**

Das Diplomprojekt bezieht sich ausschliesslich auf den Athleten. Das ausgewählte Thema steht im Zusammenhang mit der Leistungsoptimierung und mit den Ausbildungsinhalten (Kondition, Leistungsdiagnostik, Sportpsychologie, Bewegungslehre/Technik, Prävention/Rehabilitation/Regeneration, Coaching/ Führung, etc.).

### **Variante 2: Trainings- und/oder Wettkampfprojekt**

Das Diplomprojekt bezieht sich auf ein definiertes Projekt. Das ausgewählte Projekt steht im Zusammenhang mit Training/Wettkampf und steht mit den Ausbildungsinhalten (Kondition, Leistungsdiagnostik, Sportpsychologie, Bewegungslehre/Technik, Prävention/Rehabilitation/Regeneration, Coaching/ Führung, etc.). im Zusammenhang.

### **1<sup>re</sup> variante: suivi d'athlète dans l'entraînement et la compétition**

Le projet de diplôme concerne les athlètes. Le thème choisi se rapporte à l'optimisation de la performance ainsi qu'aux contenus de formation (condition physique, diagnostique de la perf., psychologie sportive, comportement moteur/technique, prévention/réhabilitation/régénération, coaching/direction, etc.)

### **2<sup>e</sup> variante: projet lié à l'entraînement et/ou à la compétition**

le projet de diplôme concerne un projet défini. Le projet choisi est lié à l'entraînement/la compétition et s'appuie sur les contenus de formation (condition physique, diagnostique de la perf., psychologie sportive, comportement moteur/technique, prévention/réhabilitation/régénération, coaching/direction, etc.)



# Auswahl Diplomprojektsthemen 2009

## Exemples de projets de diplôme 2007

1. Erfassen der wettkampfspezifischen Belastungsmuster im Hallenhandball Frauen
2. Talentsichtung und –förderung im Kindergartenalter für den Tennissport
3. Trainingsprojekt: Talenterkennung und nachhaltige Förderung in der Swiss Karate Federation
4. Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit durch Ausdauerintensitätsblöcke vs. „normales Ausdauertraining“ im alpinen Skirennsport
5. Trainingsplanungs- und Auswertungsinstrument für das Athletiktraining im alpinen Skirennsport
6. Wie kann eine verbesserte Schnelligkeit im Sprintbereich zu einer Schnelligkeitsverbesserung über die 110m Hürden der Herren führen?
1. La planification de la préparation physique officielle dans une structure élite au sein d'un club de patinage artistique régional
2. Athlétisme: l'entraînement de l'enfant à l'adulte
3. Nouvelles perspectives d'analyse d'un saut pour l'entraîneur de saut à ski, évaluation de la performance d'un saut par la cinématique
4. Le BMX, une discipline utile pour améliorer les qualités de coordination et les qualités physiques en cyclisme
5. Le ski alpinisme: soutien de la discipline par l'administration fédérale des douanes, les bases théoriques de l'entraînement pour le ski alpinisme, le suivi d'un athlète par des exemples
6. Pour une relance de la pratique du patinage en couple en Suisse
7. Le talent, les haies, c'est quoi? L'entraînement du coureur de haies de l'écolier au sportif d'élite
8. Développement de la préparation physique des joueurs de l'équipe nationale suisse de rugby





# **Beurteilungsraster schriftlich**

## **Grille d'évaluation pour les écrits**

- **Beurteilung durch Sportfachchef und Vertreter der Trainerbildung**
- **Évaluation par le responsable sportif et par un représentant de la formation des entraîneurs**



# **Präsentation und Diskussion Diplomprojekt**

## **Présentation et discussion du projet de diplôme**

- **Sportfachchef formuliert maximal 10 Fragen zum Diplomprojekt**
- **Der Kandidat erhält die Fragen 20min vor der Prüfung zur Vorbereitung**
- **Der Sportfachchef führt durch die Prüfung.**
- **Zusätzlich 2 Prüfungsexperten: Vertreter Trainerbildung und Vertreter EHSM**
- **Notenfindung schriftl. und mündlich in gemeinsamer Absprache**
- **Le responsable sportif formule 10 questions maximum sur le projet de diplôme**
- **Le candidat reçoit les questions 20 min. avant l'examen pour se préparer**
- **Le responsable sportif conduit l'examen**
- **En plus, 2 experts: le représentant de la formation des entraîneurs et celui de la HEFSM**
- **Évaluation écrite et orale d'un commun accord**



# **Bewertungsraster mündlich**

## **Grille d'évaluation pour les oraux**



# **Erfahrungen / Entwicklungen**

## **Expériences / évolution**

- **Betreuungs- und Bearbeitungsaufwand Diplomprojekt für Sportfachchef: mind. 2.5 Tage**
- **Direkte Kosten: keine, da Verbandsaufgabe**
- **Vollkosten HFP pro TN: Fr. 1800.-**
- **Suivi et correction du projet de diplôme par le responsable sportif: 2.5 jours au minimum**
- **Coût direct: aucun, intégré dans les devoirs de la fédération**
- **Coûts totaux des ES par participant Fr. 1800.-**



# Stärken HFP Trainer Spitzensport

## Forces de l'ES d'entraîneur de sport d'élite

### Positiv:

- Vernünftige Relation von Aufwand und Ertrag
- Neue Struktur Diplomprojekt - stärker auf Arbeit mit dem Athleten bezogen
- Ausgewogenheit der schriftlichen Prüfung. Gute Struktur in Wissens-, Anwendungs- und Transferfragen
- "Rüstzeug" = Fachwissen der Trainer kann überprüft werden
- Die Diplomarbeit dokumentiert die Arbeit mit Athleten in einem spezifischen Bereich, welcher detailliert erarbeitet wird.
- Originelle mündliche Prüfung Selbstkompetenz mit Personality Poker (Fallstudie)

### • Positif:

- **Liens raisonnables entre coûts et gains**
- **La nouvelle structure du projet de diplôme est plus orientée sur le travail avec les athlètes**
- **Équilibre de l'examen écrit. Bonne structure concernant les questions de connaissance, d'application et de transfert**
- **« » = le savoir spécifique de l'entraîneur peut être vérifié**
- **Le travail de diplôme documente le travail avec les athlètes dans un domaine spécifique, qui est détaillé**
- **Examen oral original sur les compétences personnelles grâce au Personality Poker (études de cas)**



# Schwächen HFP Trainer Spitzensport

## Faiblesses de l'ES d'entraîneur de sport d'élite

### Optimieren:

- Die Handlungskompetenz eines Trainers kann an den Prüfungen nicht vollständig überprüft werden
- Schriftliche Prüfungsteile (Bezeichnungen) korrespondieren nicht mit den Prüfungsinhalten. Sinnvoller wäre: Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Bewegungslernen, Technik/Taktik, Coaching/psychologisches Training. Braucht die HFP andere Themenbereiche? Welche?
- Keine eindeutige Differenzierung in den Prüfungsthemen schriftlich zwischen BP und HFP
- Keine Überprüfung der Trainerpraxis (Laborsituation - Probelektion ist ungeeignet)
- Managementfähigkeiten werden nur theoretisch abgefragt
- Fallstudie als Spiel kann nur in Gruppen eingesetzt werden, die sich bereits kennen. Hier müssen neue Inhalte, die sich von der BP differenzieren, erarbeitet werden.

### • À optimiser:

- Les compétences pratiques d'un entraîneurs ne peuvent pas être vérifiées de manière complète
- Les parties de l'examen écrit (description) ne correspondent pas avec les contenus d'examen. Il serait plus censé d'utiliser: force, vitesse, endurance, apprentissage moteur, technique/tactique, coaching / entraînement mental. L'ES a-t-il besoin d'autres thèmes? Lesquels?
- Pas de différence visible entre les thèmes d'examen écrit du brevet et de l'ES
- Pas de contrôle de la pratique d'entraînement (situation laboratoire – leçon test ne sont pas idéales)
- Les aptitudes de management ne peuvent être vérifiées que théoriquement
- Les études de cas sous forme de jeu ne peuvent être réalisées qu'en groupes d'individus qui se connaissent déjà. De nouveaux contenus qui se différencient du brevet doivent être développés.



# Ausblick

## Perspectives

### **Projekt Berufs- Ausbildungs- und Qualifikationsprofil Trainer 2009/2010:**

#### **Ziele:**

- **Abstimmung der Ausbildungsinhalte und der Qualifikationen der Trainerbildung mit den aktuellen Anforderungen im Trainerberuf im Nachwuchs-leistungs- und Spitzensport (unterschiedliche Trainerrollen).**
  - **Sicherung des Status eines staatlich anerkannten Berufes und einer wirksamen Ausbildung und Qualifikation für Trainer. Dies ist eine zentrale Massnahme zur Sicherung, Festigung und Anerkennung des Trainerberufes in der Schweiz.**
- **Projet de profil de qualification professionnel et de formation d'entraîneur 2009/2010:**
  - **Buts:**
  - **Détermination des contenus de formation et de qualification de la formation d'entraîneur en concordance avec les exigences actuelles du métier d'entraîneur dans les domaines de la relève et du sport d'élite (rôles différenciés pour l'entraîneur)**
  - **Assurance d'un statut de reconnaissance professionnelle et d'une formation efficace ainsi que d'une qualification pour l'entraîneur. Il s'agit d'un moyen important pour s'assurer de la solidité et de la reconnaissance du métier d'entraîneur en Suisse.**