



OdA **Bewegung und Gesundheit**

Dachverband der Bewegungsberufe Schweiz

Directives relatives au règlement d'examen

Pour spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé avec brevet fédéral en domaines de «fitness et activité santé» ou «d'éducation corporelle et du mouvement»

Règlement d'examen selon le système modulaire avec examen final

26.10.2015, Version 0.1

Sommaire

1	Introduction	3
1.1	But des directives	3
1.2	Profil de la profession	4
1.3	Commission chargée de l'assurance-qualité	7
2	Informations sur l'obtention du brevet	8
2.1	Procédure administrative	8
2.2	Taxes à la charge des candidates/candidats	9
3	Conditions d'admission	10
4	Description des modules	12
4.1	Aperçu du système modulaire	12
4.2	Contenus des modules	13
5	Examen modulaire / Attestation de compétence	15
5.1	Durée de validité	15
5.2	Organisation, accès aux examens, réalisation	15
5.3	Recours adressé à la commission chargée de l'assurance-qualité	15
6	Examen final	16
6.1	Procédure administrative	16
6.2	Organisation et réalisation	16
6.2.1	Épreuve 1: Examens écrits	17
6.2.2	Épreuve 2: Examens oraux	18
6.2.3	Épreuve 3: Examen pratique	19
6.3	Conditions-cadres	19
6.4	Recours adressé au SEFRI	20
7	Aperçu des épreuves d'examen et des notes	21
8	Attribution des notes	21
9	Annexe 1: Glossaire	23
10	Annexe 2: Identifications des modules	25
10.1	Module de base 1: Anatomie et Physiologie II	25
10.2	Module de base 2: Théorie de l'entraînement II	27
10.3	Module de base 3: Méthodologie, didactique, psychologie de l'apprentissage	29
10.4	Module de base 4: Compétence motrice et corporelle élargie	31
10.5	Module de base 5: Compétence motrice s'appuyant ou non sur des appareils	34
10.6	Module principal 1: Développement et organisation de programmes de cours	36
10.7	Module principal 2: Développement et organisation de programmes d'entraînement	38
10.8	Module principal 3: Promotion de la santé et intervention sur le mode de vie	40
10.9	Module optionnel 1: Réseau et Formation continue	42
10.10	Module optionnel 2: Vente et Administration	44
10.11	Module optionnel 3: Gestion des collaborateurs	46

1 Introduction

La commission chargée de l'assurance-qualité (CAQ) édicte les directives suivantes en s'appuyant sur le chiffre 2.1 du règlement d'examen relatif au spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé du 22. octobre 2015.

Le brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» ou en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» est acquis lorsque l'examen professionnel est réussi. Les compétences acquises dans la pratique professionnelle et celles figurant dans les identifications de modules sont vérifiées lors de l'examen professionnel. Les compétences ont été obtenues lors d'une procédure réalisée avec des spécialistes et résumées dans un profil de compétences.

1.1 But des directives

Les directives donnent aux candidates et aux candidats à l'examen une vue d'ensemble de l'examen professionnel fédéral. Elles reposent sur le règlement relatif à l'examen professionnel pour spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé du 22. octobre 2015

Les directives comprennent:

- Toutes les informations importantes sur la préparation et l'organisation de l'examen professionnel
- Des informations sur les modules
- Une description détaillée du contenu de l'examen professionnel
- Les identifications des modules

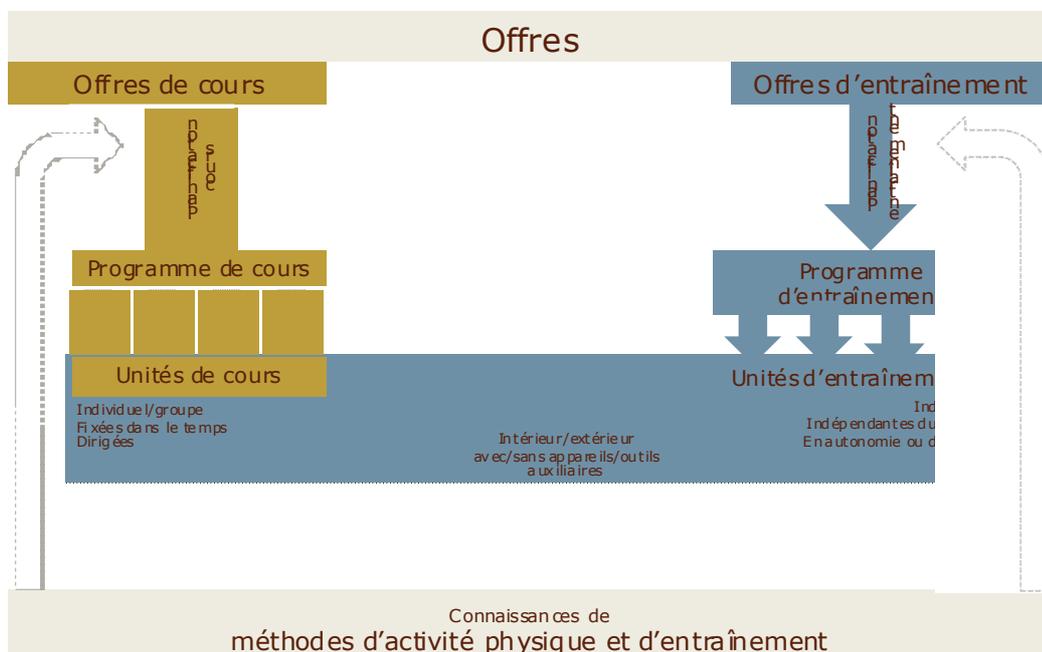
1.2 Profil de la profession

Domaine d'activité

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé travaille principalement dans des entreprises/centres fitness, de santé, de gymnastique et d'activité physique. Il/Elle est fournisseur spécialisé d'offres d'entraînement et de cours ayant un effet positif sur la santé. Son domaine d'activité comprend l'ensemble des processus d'encadrement des clients du premier contact avec examen de santé (anamnèse) à l'organisation des unités et de leurs évaluations, en passant par l'appréhension du mode de vie actuel avec planification concrète adaptée des unités d'entraînement et de cours. En établissant un contact direct ou étroit avec le client, le/la spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé constitue l'interface centrale entre les clientes et les clients, les principes et la philosophie de l'entreprise, et entre les spécialistes intervenant en externe (médecins, physiothérapeutes ou diététiciens). En raison des différents modèles de travail et, selon le centre, du fonctionnement par roulement dans l'entreprise, il/elle participe aussi de manière responsable et avec prévoyance à l'échange d'informations et de connaissances au sein de l'équipe pour pouvoir encadrer parfaitement les clientes et les clients.

Aperçu des offres proposées à la/au spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» ou en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement»

Profil de la profession et activité physique



Compétences opérationnelles essentielles

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé est expert dans le domaine professionnel de l'activité physique, du fitness et de la santé. Il/Elle associe ses connaissances spécialisées approfondies en théorie de l'entraînement, en anatomie et physiologie, ainsi qu'en méthodologie, didactique et psychologie de l'apprentissage aux besoins et aux objectifs des clientes et des clients ou aux groupes de clients afin de leur proposer des offres de cours et d'entraînement adaptées avec ou sans équipement et s'appuyant sur des appareils. Il/Elle identifie les champs thématiques en prenant en compte les demandes opérationnelles des clientes et des clients et veille à tenir compte de facteurs éventuellement contraignants. Ce cas de figure se présente aussi bien au moment de la planification, qu'en permanence lors de la constitution de l'offre de cours et d'entraînement et vaut également pour les instructions données à des groupes comme pour l'encadrement 1:1. Avec ses offres de cours et d'entraînement, le/la spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé s'efforce d'instituer chez ses clientes et ses clients un changement de comportement à long terme axé sur la santé au sens d'une promotion durable de l'activité physique et de la santé. Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé organise l'unité de cours et d'entraînement et, en matière d'encadrement individuel, considère toujours la surface d'entraînement et d'activité physique. Il/Elle dispose d'une compétence individuelle appuyée dans le domaine de l'activité physique et joue un rôle de modèle dans et autour du centre/entreprise de par sa compétence dans le domaine de l'activité physique et de par un mode de vie sain. Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé peut avoir des activités supplémentaire en matière de relations publiques, de gestion de ses collaborateurs, mais aussi de vente et d'administration.

Durant sa formation, le/la spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé choisit entre deux domaines: «fitness et activité santé» ou «éducation corporelle et du mouvement».

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» est spécifiquement formé dans la planification d'offres d'entraînement s'appuyant sur des appareils qu'il/elle organise dans des entreprises/centres fitness et de santé et a recours à un parc d'appareils équipé en conséquence. Il/Elle planifie des offres d'entraînement individuelles s'appuyant sur des appareils et parfaitement adaptées au client et à la cliente ou aux différents clients. En constituant ces offres, il/elle s'adapte en permanence aux caractéristiques et besoins actuels de la personne concernée.

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» est spécifiquement formé au modelage du corps, à la formation et à la création du mouvement, aux méthodes de relaxation et de respiration, ainsi qu'aux formes d'entraînement impliquant des appareils auxiliaires. Il/Elle organise des offres de cours pour différents groupes-cibles et groupes d'âge; ces offres sont proposées dans des entreprises/centres fitness et de santé ou dans des entreprises/centres d'activité physique et de gymnastique. Il/Elle forme aussi différentes personnes pour lesquelles il/elle constitue des unités de cours adaptées aux besoins individuels.

Exercice de la profession

Dans son activité professionnelle, le/la spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé porte une très grande responsabilité vis-à-vis des clientes et des clients. Il/Elle identifie avec précocité et précision des facteurs pouvant éventuellement nuire à la santé et à l'activité physique et adapte immédiatement les offres ou l'instruction en cours et les envoie le cas échéant à des expertes et experts externes. Lorsqu'il/elle organise l'unité de cours et d'entraînement avec ou sans équipement et s'appuyant sur des appareils, il/elle veille à ce que les clientes et les clients réalisent correctement leur activité physique et en cas de faux mouvements, intervient immédiatement pour pouvoir éviter qu'ils aient des conséquences nuisibles pour la santé. Pour l'exercice de son activité professionnelle, le/la spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé dispose de différents modèles: il/elle travaille à temps plein ou à temps partiel dans une entreprise/centre fitness, de santé, de gymnastique ou d'activité physique en la qualité d'employé ou

d'indépendant ayant son propre centre/entreprise. Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé travaille principalement dans des entreprises/centres en intérieur; certaines offres d'activité physique peuvent aussi y avoir lieu à l'extérieur, sur des terrains de sport ou dans la nature.

Contribution de la profession envers la société, le secteur économique, la nature et la culture

De par son activité, le/la spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé contribue de manière avérée à ce que les clientes et les clients conservent leur santé et soient plus performants. Il/Elle a donc une influence directe et précieuse sur le secteur macro-économique.

Les exercices d'activité physique ayant un effet positif sur la santé contribuent fortement à préserver les ressources naturelles et environnementales. Ils n'ont pas non plus d'impact négatif sur la nature: aucune construction de grandes installations et une consommation d'énergie très réduite. L'aspect «développement durable» est donc indéniable.

1.3 Commission chargée de l'assurance-qualité

Toutes les tâches liées à l'octroi du brevet sont confiées à une commission chargée de l'assurance-qualité (commission AQ). La commission AQ est composée de 7 membres nommés par l'organe responsable pour une période administrative de 3 ans. Le descriptif détaillé des tâches de la CAQ figure dans le règlement d'examen (ch. 2.2).

La CAQ a recours à une direction d'examen chargée d'organiser l'examen professionnel pour chaque lieu d'examen. Elle est responsable de la mise en œuvre organisationnelle, de l'accompagnement des expertes et des experts sur place et s'occupe de répondre aux questions des candidates et des candidats à l'examen sur place. Dans une séance d'attribution des notes, cette direction fait état à la CAQ du déroulement de l'examen professionnel et dépose les demandes d'attribution du brevet.

Les expertes et les experts chargés de l'examen sont compétents pour organiser et évaluer les examens pratiques écrits et oraux.

La CAQ a recours à un secrétariat d'examen qui annonce publiquement la tenue de l'examen professionnel au moins 10 mois avant son début, confirme l'admission des candidates et des candidats à l'examen professionnel et organise l'établissement et l'envoi des relevés de notes et des diplômes. Les dates et les formulaires doivent être retirés aux adresses suivantes: ODA Bewegung und Gesundheit, Dachverband der Bewegungsberufe Schweiz, Geschäftsstelle, 3000 Bern, 0848 000 423 (www.bewegung-und-gesundheit.ch). Les candidates et les candidats peuvent s'adresser au secrétariat chargé de l'examen s'ils ont d'autres questions.

Coordonnées du secrétariat en charge de l'examen:

OdA Bewegung und Gesundheit, Dachverband der Bewegungsberufe Schweiz, Geschäftsstelle, 3000 Bern, Tel. 0848 000 423. www.bewegung-und-gesundheit.ch, info@bewegung-und-gesundheit.ch.

2 Informations sur l'obtention du brevet

Différentes conditions doivent être remplies pour obtenir le brevet de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé. Le chapitre suivant expose comment les candidates et les candidats à l'examen peuvent avancer par étape et les conditions préalables qu'ils doivent avoir remplies.

2.1 Procédure administrative

Les étapes suivantes doivent être respectées pour que l'inscription à l'examen professionnel soit validée. Ces étapes sont décrites à la vue des candidates et des candidats.

Étape 1: Publication de l'examen professionnel

L'examen est annoncé publiquement dans les trois langues officielles 10 mois au moins avant le début des épreuves. La publication informe au moins sur:

- les dates des épreuves
- la taxe d'examen
- l'adresse d'inscription
- le délai d'inscription
- le déroulement de l'examen

Les dates et les formulaires doivent être obtenus aux adresses suivantes: OdA Bewegung und Gesundheit, Dachverband der Bewegungsberufe Schweiz, Geschäftsstelle, 3000 Bern, 0848 000 423. www.bewegung-und-gesundheit.ch.

Étape 2: Vérification des conditions d'admission

Les candidates et les candidats vérifient qu'ils remplissent les conditions d'admission exposées au chiffre 3 du règlement d'examen. L'inscription est remplie si tous les justificatifs peuvent être apportés.

Étape 3: Inscription à l'examen professionnel

Pour s'inscrire, les candidates et les candidats utilisent le formulaire donné. L'inscription doit comporter:

- a) la copie d'une certification de première formation (niveau CFC) ou diplôme de formation attesté comme équivalence ou certificat de maturité;
- b) un résumé de la formation et des activités professionnelles du candidat;
- c) les copies des certificats de travail requis pour l'admission ou de tous contrats de travail pertinents pour le calcul de l'expérience professionnelle;
- d) les copies des certificats de modules obtenus ou des attestations d'équivalences correspondantes;
- e) la mention de la langue de l'examen;
- f) la mention de la date de l'examen;
- g) la copie d'un certificat BLS (CPR) valide à la date de l'examen;
- h) La copie d'une pièce d'identité officielle munie d'une photo;
- i) la mention du numéro d'assurance sociale (n°AVS à 13 chiffres)¹

¹ La base juridique de ce relevé est la loi sur la statistique fédérale (SR 431.012.1; Nr. 70 de l'annexe). La commission chargée de l'assurance-qualité ou le SEFRI relève, sur mandat de l'Office fédéral de la statistique, les numéros AVS utiles à des fins purement statistiques.

Étape 4: Décision d'admission

La décision d'admission à l'examen final est communiquée par écrit à la candidate et au candidat au moins trois mois avant le début de l'examen final. L'admission se fait sous réserve que les conditions d'admission sont remplies. Une décision négative est motivée et indique les voies de droit.

Étape 5: Versement de la taxe d'examen

Après avoir reçu confirmation de son admission, les candidates et les candidats s'acquittent de la taxe d'examen.

Étape 6: Réception de la convocation

Les candidates et les candidats sont convoqués quatre semaines au moins avant le début de l'examen final. La convocation comprend:

- le programme de l'examen, avec indication du lieu, de la date, de l'heure de l'examen final et des moyens auxiliaires autorisés dont les candidats sont invités à se munir.
- la liste des expertes et des experts.

2.2 Taxes à la charge des candidates/candidats

Après avoir reçu confirmation de son admission, la candidate/le candidat s'acquitte de la taxe d'examen. Les taxes relatives à l'établissement du brevet et à l'inscription de son titulaire au registre officiel des titulaires de brevets, ainsi qu'une éventuelle contribution pour frais de matériel sont perçues séparément. Ces frais sont à la charge des candidates et des candidats.

Les candidates/Les candidats qui sont contraints de se retirer de l'examen final dans le délai autorisé ou pour des raisons valables sont remboursés du montant payé, déduction faite des frais occasionnés. Ils ont la possibilité d'annuler leur inscription jusqu'à huit semaines avant le début de l'examen professionnel. Passé ce délai, le retrait n'est possible que si une raison valable le justifie. Sont notamment réputées raisons valables:

- La maternité (certificat médical)
- La maladie et l'accident (certificat médical)
- Le décès d'un proche (attestation)
- Le service militaire, de protection civile ou service civil imprévu (convocation)

Le retrait doit être communiqué sans délai et par écrit à la commission AQ, assorti de pièces justificatives.

L'échec à l'examen ne donne droit à aucun remboursement de la taxe d'examen.

Le montant de la taxe d'examen des candidates et des candidats répétant l'examen final est fixé par la commission AQ.

Les frais de déplacement, de logement, de subsistance et d'assurance engagés pendant la durée de l'examen final sont à la charge du candidat.

3 Conditions d'admission

3.1 Est admis à l'examen final en domaine de «fitness et activité santé» quiconque apportant les justificatifs suivants:

- a) un certificat fédéral de capacité de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé, les examens modulaires requis (attestations d'équivalence), ainsi qu'une expérience professionnelle conformément à l'art. 1.2 du profil de la profession d'au moins 3500 heures sur une période allant de 2 ans minimum à 5 ans maximum à compter de la date de l'examen.

ou

- b) un autre certificat d'aptitude fédéral ou une maturité et les examens modulaires (attestations d'équivalence), ainsi qu'une expérience professionnelle conformément à l'art.1.2 du profil de la profession d'au moins 5000 heures sur une période allant de 2,5 ans minimum à 5 ans maximum à compter de la date de l'examen.

et

- c) un certificat BLS (CPR) valide à la date de l'examen (CPR)

Les candidats sont admis sous réserve du paiement de la taxe d'examen dans les délais impartis selon le ch. 3.41.

3.2 Est admis à l'examen final en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» quiconque apportant les justificatifs suivants:

- a) un certificat fédéral de capacité de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé, les examens modulaires requis (attestations d'équivalence) et au moins 500 heures de conduite d'unités de cours conformément à l'art. 1.2 sur une période allant de 2 ans minimum à 5 ans maximum à compter de la date de l'examen.

ou

- b) un autre certificat d'aptitude fédéral ou une maturité et les examens modulaires requis (attestations d'équivalence), ainsi qu'une expérience professionnelle conformément à l'art.1.2 du profil de la profession d'au moins 750 heures de conduite d'unités de cours conformément à l'art. 1.2 sur une période allant de 2,5 ans minimum à 5 ans maximum à compter de la date de l'examen.

et

- c) un certificat BLS (CPR) valide à la date de l'examen (CPR).

Les candidats sont admis sous réserve du paiement de la taxe d'examen dans les délais impartis selon le ch. 3.41.

3.3 Les certificats de modules ou les attestations d'équivalence suivantes doivent être présentés pour l'admission à l'examen final:

- Module de base 1: Anatomie et Physiologie II
- Module de base 2: Théorie de l'entraînement II
- Module de base 3: Méthodologie, didactique, psychologie de l'apprentissage
- Module principal 3: Promotion de la santé et intervention sur le mode de vie

Deux certificats de modules appartenant à un domaine doivent être aussi présentés au choix:

Soit en domaine de «fitness et activité santé»

- Module de base 5: Compétence motrice élargie s'appuyant ou non sur des appareils
- Module principal 2: Développement et organisation de programmes d'entraînement

Soit en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement»

- Module de base 4: Compétence motrice et corporelle élargie
- Module principal 1: Développement et organisation de programmes de cours

Un certificat de module d'un module optionnel doit être présenté en supplément:

- Module optionnel 1: Réseau et Formation continue
- Module optionnel 2: Vente et Administration
- Module optionnel 3: Gestion des collaborateurs

Le contenu et les exigences relatifs aux différents modules sont déterminés dans les descriptions des modules de l'organe responsable (identification des modules avec critères relatifs aux attestations de compétence). Ces informations figurent dans les directives.

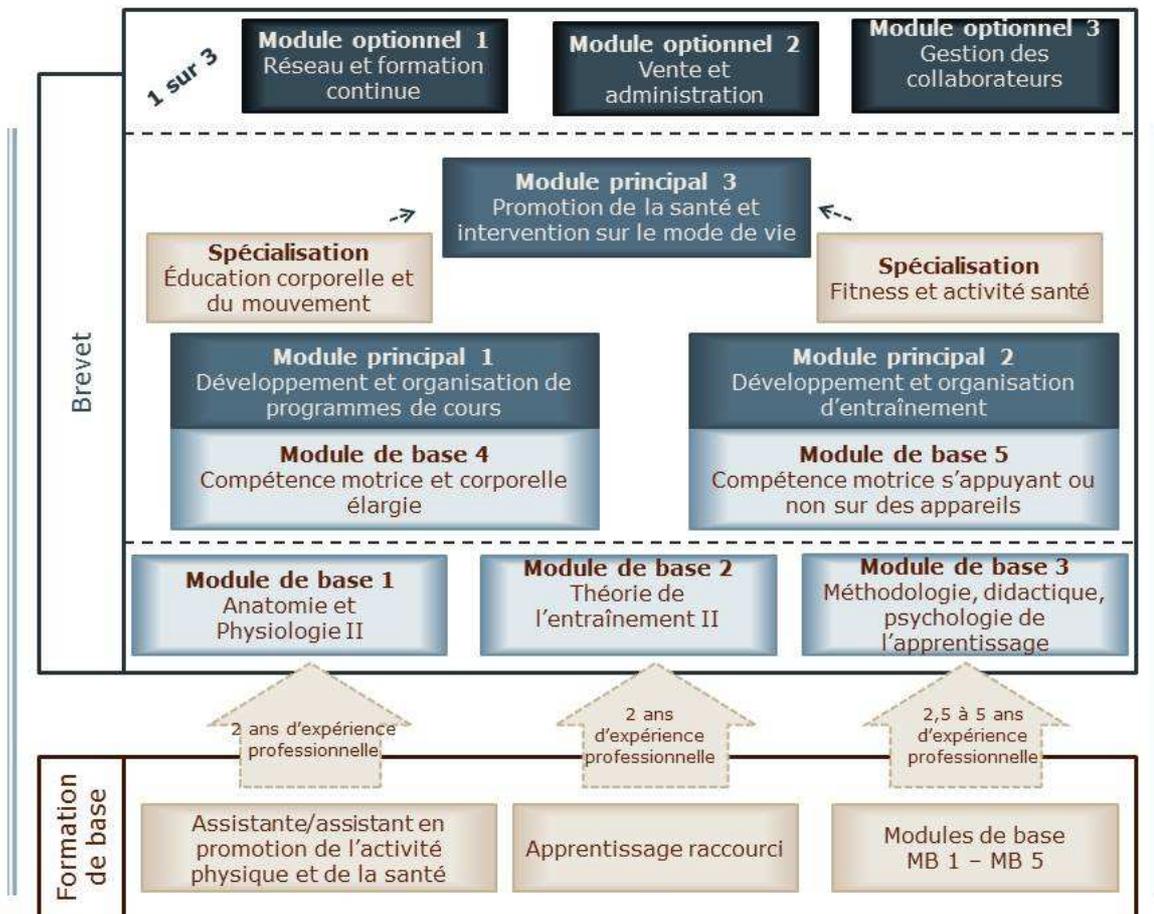
La CAQ décide de l'équivalence des certificats et des diplômes étrangers.

4 Description des modules

La formation repose sur un modèle «modulaire avec examen professionnel final». Avant que les candidates et les candidats puissent se présenter à l'examen professionnel, les certificats modulaires requis et présentés au chapitre 3 doivent être produits.

4.1 Aperçu du système modulaire

Le parcours menant au brevet se présente de la manière suivante:



4.2 Contenus des modules

Les compétences opérationnelles professionnelles sont divisées en 11 modules.

- Module de base 1: Anatomie et Physiologie II
 - Module de base 2: Théorie de l'entraînement II
 - Module de base 3: Méthodologie, didactique, psychologie de l'apprentissage
 - Module de base 4: Compétence motrice et corporelle élargie
 - Module de base 5: Compétence motrice élargie s'appuyant ou non sur des appareils
-
- Module principal 1: Développement et organisation de programmes de cours
 - Module principal 2: Développement et organisation de programmes d'entraînement
 - Module principal 3: Promotion de la santé et intervention sur le mode de vie
 - Module optionnel 1: Réseau et Formation continue
 - Module optionnel 2: Vente et Administration
 - Module optionnel 3: Gestion des collaborateurs

Les 11 modules s'appuient sur les champs opérationnels principaux du spécialiste/de la spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé. Le contenu des différents modules est décrit ci-après de manière générale. L'annexe 2 (Identification des modules) donne des informations détaillées sur les 11 modules.

Module de base 1: Anatomie et Physiologie II

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé dirige dans des centres fitness ou d'activité physique des personnes ou des groupes dans le cadre de la réalisation de mouvements. Il/Elle s'appuie toujours en priorité sur des conseils globaux qu'il/elle donne dans le domaine de l'activité physique, de la relaxation et de l'alimentation. Pour dispenser ces conseils, le/la spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé s'appuie sur ses connaissances spécialisées solides et à jour en anatomie et en physiologie.

Module de base 2: Théorie de l'entraînement II

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé se charge de collecter des données ou de réaliser des testings avec des clientes et des clients pour en déduire des programmes de cours et d'entraînement appropriés. Pour réaliser ces étapes de travail, il/elle utilise ses connaissances en testing et en théorie de l'entraînement. Ses connaissances en principes, contenus et méthodes d'entraînement, ainsi que dans la direction des entraînements sont donc des éléments pertinents.

Module de base 3: Méthodologie, didactique, psychologie de l'apprentissage

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé établit des plans d'enseignement et de cours sur la base des objectifs généraux et, dans ce but, sélectionne avec soin les médias, les méthodes ainsi que les formes sociales adéquates. Il/Elle dispose de connaissances fondamentales en matière de communication et analyse sa propre façon de communiquer. Il/Elle dispose de connaissances solides sur les caractéristiques d'un groupe et les dynamiques à l'œuvre au sein de celui-ci, est capable de maîtriser des situations difficiles et, de plus, possède des connaissances en neuropédagogie.

Module de base 4: Compétence motrice et corporelle élargie

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» dispose de larges connaissances et de capacités dans des exercices de base et d'autres exercices complémentaires. La création et la formation du mouvement, la formation du corps, la coordination, la

condition, la tenue et la respiration, la régulation des tensions, l'utilisation de moyens auxiliaires et d'appareils auxiliaires, ainsi que le rythme et la musique sont des domaines thématiques à prendre notamment en compte.

Module de base 5: Compétence motrice élargie s'appuyant ou non sur des appareils

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» a la capacité d'exécuter correctement une variété d'exercices allant au-delà des exercices de base. Il/Elle connaît des domaines d'application différenciés et est en mesure d'expliquer correctement et de manière globale les particularités anatomiques et biomécaniques.

Module principal 1: Développement et organisation de programmes de cours

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» développe pour différents groupes-cibles des programmes de cours adaptés. Il/Elle est en mesure de mettre en œuvre ses propres travaux avec soin et attention, de la planification à l'organisation et à l'optimisation du programme de cours. Il/Elle traite les réclamations avec professionnalisme et s'efforce d'améliorer ses propres travaux.

Module principal 2: Développement et organisation de programmes d'entraînement

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» dispose de solides connaissances dans l'établissement de programmes d'entraînement individualisés comprenant des exercices d'activité physique s'appuyant ou non sur des appareils. Il/Elle organise l'unité d'entraînement avec professionnalisme et la met correctement en œuvre en assurant son encadrement. Pendant ses travaux, il/elle se montre attentif à toutes ses clientes et à tous ses clients et ce, à n'importe quel moment.

Module principal 3: Promotion de la santé et intervention sur le mode de vie

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé conseille ses clientes/clients en utilisant des concepts d'encadrement individualisés. Il/Elle est en mesure d'assurer un encadrement individuel de la planification à l'organisation et de promouvoir sur le long terme la santé des clientes et des clients. Il/Elle travaille aussi activement à l'équilibre entre la vie professionnelle et la vie personnelle.

Module optionnel 1: Réseau et Formation continue

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé possède les capacités de communication et d'organisation lui permettant d'entretenir ses contacts internes et externes. Il/Elle travaille aussi en s'aidant de formations continues et en réfléchissant soi-même et en permanence à son développement personnel.

Module optionnel 2: Vente et Administration

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé peut s'occuper de certaines activités liées au domaine de la vente et de l'administration. Il/Elle est en mesure d'organiser des travaux sur des calculs de prix, des offres et des descriptifs, et de traiter des réclamations.

Module optionnel 3: Gestion des collaborateurs

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé possède des compétences de gestion lui permettant de diriger et d'encadrer ses propres collaborateurs avec professionnalisme. Pour encourager ses collaborateurs et améliorer la culture d'équipe, il/elle organise régulièrement des discussions avec eux et est en mesure d'appliquer la technique des commentaires constructifs.

5 Examen modulaire / Attestation de compétence

L'examen professionnel fédéral est considéré comme réussi si 7 modules ont été validés avec succès. Ces 7 modules comprennent 4 modules de base, 2 modules principaux et 1 des 3 modules optionnels. Les compétences nécessaires aux activités des spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé sont résumées de manière thématique dans ces modules. L'examen professionnel vérifie les compétences au moyen d'épreuves interdépendantes.

Les modules sont décrits de manière détaillée en annexe.

5.1 Durée de validité

Un module réussi sert d'admission à l'examen final pendant 5 ans. Le délai d'inscription à l'examen professionnel fait office de date de référence.

5.2 Organisation, accès aux examens, réalisation

Les points...

- Publication
- Accès
- Réalisation
- Organisation

... des examens modulaires sont régis par les différents prestataires de la formation.

5.3 Recours adressé à la commission chargée de l'assurance-qualité

Les décisions des instituts de préparation relatives à la non-réussite d'examens modulaires peuvent faire l'objet d'un recours écrit auprès de la commission AQ et ce, dans les 30 jours suivant leur notification. Le recours doit mentionner les conclusions et les motifs de la recourante ou du recourant. La commission AQ décide en dernier ressort.

En cas de rejet du recours, les frais de la procédure (émoluments d'arrêté et d'écriture) engagés par le recourant/ la recourante sont à sa charge.

Les compétences opérationnelles indiquées dans le profil professionnel sont vérifiées lors de l'examen professionnel. Pour réaliser leurs tâches professionnelles, les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé doivent avoir, outre de solides connaissances spécialisées, un comportement approprié, des capacités analytiques, une méthodologie, ainsi qu'un comportement tourné vers la résolution des problèmes. Lors de l'examen final, la complexité des compétences professionnelles est vérifiée dans sa totalité en associant différentes méthodes d'examen orientées vers les compétences.

Conception de l'examen final: Pondération des épreuves

		Pondération		
Écrit	1.	simple	Capacités de conception et d'analyse	<ul style="list-style-type: none"> Analyse Planification d'objectifs sommaires Sélection et justification des procédures de test
	2.	simple		<ul style="list-style-type: none"> Planification détaillée Concept de conseils (avec mesures d'évaluation)
	3.	simple		Selon le MO, vente et/ou gestion des collaborateurs et/ou réseau
Oral	4.	simple	Capacités de communication; Promotion des ventes	Planification de vente en entretien
	5.	simple	Capacités analytiques Capacités de résolution des problèmes	Mise en lien de toutes les compétences
Prat.	6.	simple	Mise en œuvre pratique	Organisation d'unité de cours/entraînement sélectionnée

Dispositive 1

6.1 Procédure administrative

L'ensemble des informations sur l'organisation de l'examen professionnel est disponible sur www.bewegung-und-gesundheit.ch.

6.2 Organisation et réalisation

L'examen final consiste en trois épreuves comportant différents points d'appréciation. Les six points d'appréciation sont décrits de manière détaillée ci-après.

6.2.1 Épreuve 1: Travail sur cas concret avec un cas intégré (examen écrit)

La première épreuve de l'examen final se déroule à l'écrit. Trois méthodes d'examen orientées vers la pratique sont utilisées et trois tâches d'examen sont organisées.

Travail sur cas concret avec un cas intégré. Point d'appréciation 1.	
Tâche	<p>Contenus de l'examen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Analyse de la situation de départ (= cas tiré de la pratique)• Planification de l'objectif général• Sélection et justification des procédures de test afin d'établir l'état des lieux de la cliente et du client du groupe représenté dans la description du cas <p>Vérification des éléments suivants:</p> <ul style="list-style-type: none">• Compétence d'analyse et de jugement• Capacités de résolution des problèmes• Savoir-faire conceptuel <p>Compétences du module principal 1: Développement de programmes de cours, établissement de planification de l'objectif général</p> <p>Compétences du module principal 2: Élaboration de programmes d'entraînement individuels</p> <p>Compétences du module principal 3: Mise en œuvre d'un état des lieux</p>
Durée	Les candidates et les candidats disposent de 90 minutes pour traiter les questions de l'examen.
Supports	Open book (ouvrages spécialisées, documents de cours), calculatrice Les appareils pouvant se connecter à Internet ne sont pas autorisés.
Type d'examen	Écrit

Travail sur cas concret avec un cas intégré. Point d'appréciation 2.	
Tâche	<p>Contenus de l'examen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Planification détaillée et préparation de l'unité d'entraînement/de cours sur la base de la description du cas concrétisée• Concept de conseil avec schéma de l'évaluation du programme de cours ou d'entraînement <p>Vérification des éléments suivants:</p> <ul style="list-style-type: none">• Compétence d'analyse et de jugement• Capacités de résolution des problèmes• Savoir-faire conceptuel <p>Compétences du module principal 1: Planification détaillée</p> <p>Compétences du module principal 2: Préparation d'unité d'entraînement</p> <p>Compétences du module principal 3: Élaboration de concept de conseils</p>
DuréeSupport	Les candidates et les candidats disposent de 90 minutes pour traiter les questions de l'examen.
Supports	Open book (ouvrages spécialisées, documents de cours), calculatrice Les appareils pouvant se connecter à Internet ne sont pas autorisés.
Type d'examen	Écrit

Travail sur cas concret avec un cas intégré. Point d'appréciation 3.	
Tâche	<p>Au choix, 1 des 3 modules optionnels:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Réseau et Formation continue • Vente et Administration • Gestion des collaborateurs <p>Compétences du module optionnel 1: Entretien d'un réseau externe et interne, construction de partenariats stratégiques, planification de la formation continue personnelle, gestion d'une autoréflexion.</p> <p>Compétences du module optionnel 2: réalisation de calcul de prix et de descriptifs d'offres, gestion d'offre, conquête de nouveaux clients, réalisation d'enquêtes de satisfaction, prise en charge de la gestion des réclamations, organisation d'événements, prise en charge de responsabilité liée à la boutique/au bar.</p> <p>Compétences du module optionnel 3: Recrutement de personnel, intégration de collaborateurs, encadrement du personnel, dispense d'instructions spécialisées aux collaborateurs, planification de l'utilisation du personnel, développement, jugement, gestion de personnel, promotion d'une culture d'équipe, accompagnement des départs de personnel.</p>
Durée	Les candidates et les candidats disposent de 60 minutes pour traiter les questions de l'examen.
Supports	Open book (ouvrages spécialisées, documents de cours), calculatrice Les appareils pouvant se connecter à Internet ne sont pas autorisés.
Type d'examen	Écrit

6.2.2 Épreuve 2: Jeu de rôles et mini-cas (examen oral)

Deux épreuves différentes orientées vers la pratique servent aux examens oraux:

- a) Jeu de rôles
- b) Mini-cas (réflexion sur des situations pratiques typiques) avec prise en compte de facteurs de réussite critiques

Jeu de rôles. Point d'appréciation 4.	
Tâche	<p>Contenu de l'examen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vente de la planification sur la base de description de cas plus concrète <p>Vérification des éléments suivants:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacités de communication • Capacités de négociation et de vente <p>Compétences du module principal 3: Vente d'offre de cours et d'entraînement, conclusion d'un contrat d'encadrement</p>
Durée	Les candidates et les candidats disposent de 30 minutes pour traiter les questions de l'examen.
Supports	Support de notes, outils d'écriture, calculatrice
Type d'examen	Oral

Mini-cas (réflexion sur des situations pratiques typiques). Point d'appréciation 5.	
Tâche	<p>Contenu de l'examen</p> <ul style="list-style-type: none"> Mise en lien de toutes les compétences <p>Vérification des éléments suivants:</p> <ul style="list-style-type: none"> Capacité de réflexion et métacognition Gestion professionnelle de situations professionnelles exigeantes <p>Compétences du module principal 1 et 2: Traitement des réclamations Compétences du module principal 3: Réflexion sur le point de vue personnel lié à la promotion de l'activité physique et du mode de vie, relations avec des personnes ayant des restrictions de l'activité physique et de l'entraînement</p>
Durée	Les candidates et les candidats disposent de 30 minutes pour traiter les questions de l'examen.
Supports	Support de notes, outils d'écriture, calculatrice
Type d'examen	Oral

6.2.3 Épreuve 3: Tâche pratique intégrée (examen pratique)

L'examen pratique s'appuie sur l'étude de cas élaborée dans les séquences d'examen 1-3. Lors de cet examen, une unité de cours et d'entraînement élaborée est planifiée de manière pratique en partant de la planification sommaire réalisée.

Tâche pratique intégrée. Point d'appréciation 6.	
Tâche	<p>Contenu:</p> <ul style="list-style-type: none"> Mise en œuvre d'au moins une action complète dans la pratique <p>Vérification de l'élément suivant:</p> <ul style="list-style-type: none"> Mise en œuvre pratique d'une unité de cours et d'entraînement <p>Compétences du module principal 1: Mise en œuvre du programme de cours Compétences du module principal 2: Mise en œuvre du programme d'entraînement Compétences du module principal 3: Mise en œuvre de concept de conseils</p>
Durée	Pour l'organisation pratique du programme de cours et d'entraînement, les candidates et les candidats disposent de 60 minutes pour organiser sur le plan pratique le programme de cours et d'entraînement sélectionné.
Supports	Planification sommaire des objectifs, planification détaillée de l'unité de cours (supports prévus fournis).
Type d'examen	Pratique

6.3 Conditions-cadres

Langue

L'examen professionnel est organisé dans les trois langues nationales (allemand, français et italien) si le nombre minimum de candidates et de candidats fixé au chiffre 4.11 du règlement d'examen est atteint. Les candidates et les candidats remplissent aussi les conditions d'admission.

6.4 Recours adressé au SEFRI

Les décisions de la commission AQ relatives à la non-admission à l'examen final ou au refus d'octroyer le brevet peuvent faire l'objet d'un recours auprès du SEFRI dans les 30 jours suivant leur notification. Ce recours doit être adressé à l'adresse suivante: Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation, SBFI, Einsteinstr. 2, 3003 Bern. Ce recours doit mentionner les conclusions et les motifs de la recourante ou du recourant. Les notices relatives à la procédure de recours, au droit de consulter les pièces du dossier et la compensation des inégalités sont consultables au SEFRI (voir lien ci-dessous):

<http://www.sbf.admin.ch/berufsbildung/01472/01474/index.html?lang=fr>

Le SEFRI statue en première instance sur le recours. La décision du SEFRI peut être déférée dans les 30 jours suivant sa notification au Tribunal administratif fédéral.

Conception de l'examen final: Aperçu

Écrit	1.		<ul style="list-style-type: none"> Analyse Planification d'objectifs sommaires Sélection et justification des procédures de test
	2.	Capacité de conception et d'analyse	<ul style="list-style-type: none"> Planification détaillée Concept de conseils (avec mesures d'évaluation)
	3.		Selon le MO, vente et/ou gestion des collaborateurs et/ou réseau
Oral	4.	Capacités de communication; Promotion des ventes	Vente de planification en entretien
	5.	Capacités analytiques Capacités de résolution des problèmes	Mise en lien de toutes les compétences
Prat.	6.	Mise en œuvre	Organisation de programme de cours/entraînement

Diapositive 1

8.1 Attribution des notes

- 8.11 L'évaluation de l'examen final et des différentes épreuves et points d'appréciation s'appuie sur des notes. Les dispositions des ch. 6.2 et 6.3 du règlement d'examen s'appliquent.
- 8.12 Les épreuves d'examen, ainsi que les différents points d'appréciation sont évalués avec des notes entières et des demi-notes allant de 6 à 1.
- 8.13 La note d'une épreuve est la moyenne des notes obtenues aux différents points d'appréciation. Elle est arrondie à la première décimale. La note de l'épreuve est attribuée conformément au ch. 6.3 si le mode d'appréciation permet de déterminer directement la note de l'épreuve sans faire usage de points d'appréciation.
- 8.14 La note globale de l'examen final correspond à la moyenne des notes obtenues aux différentes épreuves. Elle est arrondie à la première décimale.

- 8.15 Les notes sont attribuées selon la grille suivante:
- a) Observation
 - b) Protocolisation
 - c) Jugement de la prestation personnelle
 - d) Jugement de la prestation globale
- 8.16 L'observation et l'évaluation des examens s'appuient sur les éléments suivants:
- a) Formulaire d'observation unique
 - b) Grille d'évaluation unique
 - c) Échelle d'évaluation

8.2 Conditions de réussite à l'examen final et délivrance du brevet

- 8.21 L'examen final est réussi quand:
- a) aucune note obtenue aux trois épreuves ne se situe en-dessous de 4,0.
 - b) aucune note obtenue aux différents points d'appréciation ne se situe en-dessous de 3,0.
- 8.22 La commission AQ décide de la réussite de l'examen final uniquement sur la base des prestations fournies. Le brevet fédéral est décerné à la candidate/au candidat ayant réussi l'examen.
- 8.23 La commission AQ établit un relevé de notes pour chaque candidate et candidat. Ce relevé peut contenir au moins les informations suivantes:
- a) une validation des certificats de modules requis ou des attestations d'équivalence nécessaires;
 - b) les notes obtenues aux différentes épreuves de l'examen, aux différents points d'appréciation et la note globale de l'examen final;
 - c) la mention indiquant la réussite ou l'échec à l'examen final;
 - d) les voies de droit

Terme/Abréviation	Définition
Procédure de récusation	Une procédure de récusation est une demande de changement d'expert ou d'experte désignée pour un examen.
Critère d'évaluation	Un critère d'évaluation indique le critère utilisé pour examiner une compétence. Les connaissances spécialisées et le savoir-faire exigé font partie de ce critère. Les critères sont formulés avant un examen et indiquent les prestations à fournir et le savoir-faire à posséder pour arriver un bon résultat. La correction ou l'évaluation d'un examen s'appuient sur ces critères.
SEFRI	Secrétariat d'État à la formation, à la recherche et à l'innovation. Autorité compétente de la Confédération pour la formation professionnelle.
Compétence spécialisée	→ Compétence (opérationnelle) ayant trait aux connaissances spécialisées dont dispose une personne. En font notamment partie les connaissances spécialisées solides et l'identification de rapports contextuels.
Étude de cas	Une étude de cas est le résultat de l'analyse et du traitement d'un cas réel, complexe et multidimensionnel ou d'une situation pratique réelle, complexe et multidimensionnelle. Elle implique des supports (pratiques) authentiques (supports de données, descriptions de processus, statistiques, analyses de groupes-cibles, etc.).
Champ opérationnel	En pédagogie, un champ opérationnel désigne un ensemble d'exercices associés impliquant des situations opérationnelles ayant une importance professionnelle, sociale et vitale. Les champs opérationnels sont toujours multidimensionnels car ils associent des problématiques professionnelles, sociales et individuelles entre elles. Des domaines d'apprentissage destinés à la formation professionnelle sont conçus à partir de ces champs opérationnels.
Facteurs de réussite critiques	Facteurs ayant une pertinence qualitative permettant de déterminer les critères qu'une personne doit remplir pour gérer une situation de travail avec professionnalisme. Les facteurs de réussite critiques prennent en compte les facteurs spécialisés, méthodologiques, sociaux et personnels.
Compétence (opérationnelle)	Compétence (opérationnelle) d'un individu; souvent dans le contexte de la compétence (opérationnelle) <i>professionnelle</i> . La compétence opérationnelle professionnelle décrit la capacité et la volonté de la personne à agir dans des situations professionnelles en bonne et due forme, de manière réfléchie et en ayant une responsabilité vis-à-vis de la société, et à développer en permanence ses possibilités opérationnelles. La compétence opérationnelle professionnelle est composée de la compétence technique, de la compétence méthodologique, de la compétence sociale et de la compétence personnelle.

Niveaux C	Les niveaux C désignent le niveau de complexité des objectifs pédagogiques. Ces niveaux sont classés en six catégories, le niveau 1 étant le niveau de complexité le plus faible et le niveau 6, le niveau de complexité le plus élevé. Pour devenir des professionnels ayant une compétence opérationnelle, les candidates/candidats doivent atteindre les objectifs pédagogiques de l'ensemble des six niveaux C. C1=Connaissance, C2=Compréhension, C3=Application, C4=Analyse, C5=Synthèse, C6=Évaluation.
Mini-cas	Les mini-cas décrivent des événements ou des situations problématiques tirées du quotidien de travail d'un spécialiste. Ces mini-cas sont présentés aux candidats et aux candidates qui doivent ensuite décrire quelle action ils/elles pourraient prendre et l'argumenter.
Compétence méthodologique	→ Compétence (opérationnelle) axée sur la méthodologie, la démarche méthodologique et l'utilisation de moyens auxiliaires à la disposition des professionnels dans l'exercice de leur activité.
Compétence personnelle	→ Compétence (opérationnelle) axée sur les capacités personnelles d'un professionnel (par exemple, la capacité de procéder à une autoréflexion critique et à auto-évaluer son action et son effet sur d'autres).
Compétence sociale	→ Compétence (opérationnelle) axée sur les capacités sociales exigées d'une personne dans le cadre de son activité. Font notamment partie de cette compétence l'empathie, les relations avec des personnes de cultures différentes, la convivialité avec les clients.
Commission AQ	Commission chargée de l'assurance-qualité

10.1 Module de base 1: Anatomie et Physiologie II

Conditions préalables

Assistante/Assistant en promotion de l'activité physique et de la santé CFC ou modules de base 1-5 servant de recommandation (voir www.bewegung-und-gesundheit.ch)

Compétence

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé dirige dans des centres fitness ou d'activité physique des personnes ou des groupes dans le cadre de la réalisation de mouvements. Il/Elle s'appuie toujours en priorité sur des conseils globaux qu'il/elle donne dans le domaine de l'activité physique, de la relaxation et de l'alimentation. Pour dispenser ces conseils, le/la spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé s'appuie sur ses connaissances spécialisées solides et à jour en anatomie et en physiologie.

Contrôle de compétence

Examen final modulaire

Objectifs

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé dispose de connaissances approfondies...

- ... en anatomie et physiologie.
 - ... en théorie fonctionnelle du mouvement.
 - ... dans les interactions entre alimentation et activité physique.
 - ... en processus métaboliques.
 - ... dans les symptômes de maladies pouvant être influencés par des offres d'activités physiques.
-

Mise en œuvre des compétences**Thème 1: Anatomie, Physiologie**

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé peuvent dénommer et expliquer globalement la construction et le fonctionnement des systèmes suivants en utilisant un langage spécialisé correct ...

Objectif d'apprentissage 1.1

Système locomoteur (appareil locomoteur actif et passif)

Objectif d'apprentissage 1.2

Système de fonctionnement (système cardiovasculaire, respiration, digestion)

Objectif d'apprentissage 1.3

Système de commande (système nerveux et hormonal)

Thème 2: Théorie fonctionnelle du mouvement

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé

Objectif d'apprentissage 2.1

... sont en mesure de créer correctement une position individuelle et de l'expliquer.

Objectif d'apprentissage 2.2

... peuvent expliquer de manière compréhensible les principes biomécaniques comme l'impulsion, la loi des leviers, le moment de rotation, l'énergie cinétique et la pression.

Objectif d'apprentissage 2.3

... sont en mesure d'analyser correctement les mouvements à l'aide des principes biomécaniques comme l'impulsion, la loi des leviers, le moment de rotation, l'énergie cinétique et la pression et d'en tirer les conclusions pertinentes.

Thème 3: Interactions entre alimentation et activité physique

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé sont en mesure...

Objectif d'apprentissage 3.1

... de citer différentes formes d'alimentation et d'expliquer leur effet en lien avec l'entraînement et l'activité physique.

Objectif d'apprentissage 3.2

... de décrire la composition des aliments de manière globale et d'expliquer leur influence en faisant le lien avec un mode de vie sain.

Objectif d'apprentissage 3.3

... de quantifier correctement les interactions entre apport d'énergie et production d'énergie et d'en déduire les mesures pertinentes favorables à la santé

Thème 4: Processus métaboliques

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé peuvent...

Objectif d'apprentissage 4.1

... expliquer l'interaction et l'adaptation du métabolisme sur différents programmes d'entraînement et d'activité physique.

Thème 5: Symptômes de maladies

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé peuvent ...

Objectif d'apprentissage 5.1

... définir avec des exemples des maladies non transmissibles de notre civilisation et des blessures de l'appareil locomoteur.

Objectif d'apprentissage 5.2

... exposer les effets positifs de l'activité physique et de l'entraînement sur des maladies non transmissibles de notre civilisation et les troubles de l'appareil locomoteur.

Objectif d'apprentissage 5.3

... décrire les caractéristiques et propriétés centrales des affections ou blessures de l'appareil locomoteur (rhumatismes, arthrose, arthrite, hernies discales, douleurs dorsales, douleurs aux épaules, aux genoux et aux chevilles et déformations du pied).

Objectif d'apprentissage 5.4

... décrire les caractéristiques et particularités essentielles des affections du système cardio-vasculaire et respiratoire comme l'infarctus du myocarde et l'asthme.

Objectif d'apprentissage 5.5

... décrire les caractéristiques et propriétés centrales des affections du système métabolique comme le diabète de type 2 et le syndrome métabolique.

Objectif d'apprentissage 5.6

... décrire les caractéristiques et propriétés centrales des affections liées au mode de vie, des symptômes de stress et des troubles du sommeil.

Niveau et numéro de module

BF-MB1 / Module, brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé

Reconnaissance

Certification partielle pour le brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» ou en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement»

Durée de validité de l'ID du module

5 ans

Conditions préalables

Assistante/Assistant en promotion de l'activité physique et de la santé CFC ou modules de base 1-5 servant de recommandation (voir www.bewegung-und-gesundheit.ch)

Compétence

Les spécialistes se chargent de collecter des données ou de réaliser des testings avec des clientes et des clients pour en déduire des programmes de cours et d'entraînement appropriés. Pour réaliser ces étapes de travail, ils utilisent leurs connaissances en testing et en théorie de l'entraînement. Leurs connaissances en principes, contenus et méthodes d'entraînement, ainsi que dans la direction des entraînements sont donc des éléments pertinents.

Contrôle de compétence

Examen final modulaire

Objectifs

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé peuvent ...
... désigner les méthodes de test habituellement utilisées dans la branche et justifier leur utilisation.
... transmettre leurs connaissances approfondies en théorie de l'entraînement dans le cadre d'une procédure d'entraînement justifiée et planifiée de manière adéquate.

Mise en œuvre des compétences**Thème 1: Théorie de l'entraînement**

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé

Objectif d'apprentissage 1.1

... peuvent énumérer et expliquer de manière compréhensible les principes d'entraînement pertinents en utilisant correctement le langage spécialisé courant afin de transmettre des connaissances dans les domaines suivants...

- Musculation et ses différentes formes d'expression
- Souplesse et ses différents domaines d'application et méthodes
- Endurance neuromusculaire, cardio-pulmonaire et musculaire.
- Coordination, proprioception et équilibre

Objectif d'apprentissage 1.2

... peuvent expliquer les différentes méthodes de motivation utilisées habituellement dans la branche en ce qui concerne les capacités physiques, émotionnelles et cognitives et justifier leur choix de manière compréhensible.

Objectif d'apprentissage 1.3

... citer et expliquer les éléments normatifs de charge liés aux éléments suivants ...

- Capacités physiques, émotionnelles et cognitives
- Musculation et ses différentes formes d'expression
- Souplesse et ses différents domaines d'application et méthodes
- Endurance neuromusculaire, cardio-pulmonaire et musculaire.
- Coordination et proprioception

Objectif d'apprentissage 1.4

... désigner différents moyens et méthodes d'entraînement et justifier leur choix de manière compréhensible.

Objectif d'apprentissage 1.5

... expliquer et exposer leur démarche d'entraînement conformément aux objectifs fixés.

Objectif d'apprentissage 1.6

... citer des méthodes destinées à motiver les éléments cognitifs et émotionnels et expliquer les critères du choix.

Thème 2: Testing/Screening

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé sont en mesure de...

Objectif d'apprentissage 2.1

... citer les méthodes et les procédures de test couramment utilisées dans la branche dans le domaine de la musculation, de l'endurance, de la souplesse et de la coordination.

Objectif d'apprentissage 2.2

... collecter les données biométriques pertinentes, les situer et les interpréter dans les normes et les intégrer dans les objectifs d'entraînement.

Objectif d'apprentissage 2.3

... comprendre, situer et interpréter correctement les processus biologiques liés aux résultats de tests.

Niveau et numéro de module

BF-MB2 / Module, brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé

Reconnaissance

Certification partielle pour le brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness santé et activité» ou en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement»

Durée de validité de l'ID du module

5 ans

10.3 Module de base 3: Méthodologie, didactique, psychologie de l'apprentissage

Conditions préalables

Assistante/Assistant en promotion de l'activité physique et de la santé CFC ou modules de base 1-5 servant de recommandation (voir www.bewegung-und-gesundheit.ch)

Compétence

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé établit des plans d'enseignements et de cours sur la base des objectifs généraux et, dans ce but, sélectionne avec soin les médias, les méthodes ainsi que les formes sociales adéquates. Il/Elle dispose de connaissances fondamentales en matière de communication et analyse sa propre façon de communiquer. Il/Elle dispose de connaissances solides sur les caractéristiques d'un groupe et les dynamiques à l'œuvre au sein de celui-ci, est capable de maîtriser des situations difficiles et, de plus, possède des connaissances en neuropédagogie.

Contrôle de compétence

Examen final modulaire

Objectifs

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé connaissent...

... différents médias, méthodes et formes sociales, ainsi que les étapes de planification nécessaires pour l'élaboration des cours.

... les bases de la communication et de l'écoute actives et les formes de feed-back d'appui.

... les caractéristiques des groupes et leurs différentes phases d'évolution.

... les théories d'apprentissage et d'enseignement et peuvent intégrer celles-ci dans la planification de leurs cours.

Mise en œuvre des compétences**Thème 1: Méthodologie/didactique**

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé

Objectif d'apprentissage 1.1

... sont capables d'intégrer les objectifs généraux et d'autres directives de l'organisation à leur plan d'enseignement ou de définir des objectifs d'apprentissage pour leur propre groupe-cible.

Objectif d'apprentissage 1.2

... peuvent concevoir des unités d'apprentissage selon des critères pédagogiques et motiver le choix des méthodes appliquées en fonction du domaine professionnel et de la spécialisation.

Objectif d'apprentissage 1.3

... peuvent concevoir leur démarche méthodologique et didactique de façon à encourager les participants.

Objectif d'apprentissage 1.4

... disposent de connaissances solides des formes sociales et peuvent les intégrer dans leur planification en fonction de la situation.

Objectif d'apprentissage 1.5

... possèdent une connaissance sûre du choix des médias appropriés selon la situation.

Objectif d'apprentissage 1.6

... disposent des connaissances indispensables pour mettre en œuvre des contrôles d'apprentissage et des évaluations de cours.

Thème 2: Communication

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé

Objectif d'apprentissage 2.1

... disposent de connaissances fondamentales en matière de communication, contrôlent leur propre façon de communiquer et sont capables de la remettre en question.

Objectif d'apprentissage 2.2

... connaissent les différences, les liens et les effets de la communication verbale et non verbale et peuvent les expliquer de façon intelligible.

Objectif d'apprentissage 2.3

... peuvent porter une réflexion sur leur propre comportement en qualité de conseiller/conseillère ou de responsable de cours et en tirer des enseignements.

Objectif d'apprentissage 2.4

... connaissent les règles relatives au feed-back et sont conscients de l'importance de la faculté d'écoute active.

Thème 3: Dynamique de groupe

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé

Objectif d'apprentissage 3.1

... possèdent des connaissances solides sur les caractéristiques d'un groupe et les dynamiques à l'œuvre au sein de celui-ci et sont sensibilisés aux thèmes des rôles en groupe, de l'attribution de rôles, de l'ambiance au sein du groupe ainsi qu'à la dynamique de groupe et aux jeux de rôles.

Objectif d'apprentissage 3.2

... connaissent les différentes phases d'évolution des groupes et peuvent en tirer des réflexions didactiques et méthodologiques.

Objectif d'apprentissage 3.3

... sont capables de déceler des conflits potentiels, des résistances et des imprévus au sein du groupe ou lors d'une consultation individuelle, et d'intervenir de façon adéquate.

Objectif d'apprentissage 3.4

... peuvent porter une réflexion sur leur propre comportement au sein d'un groupe et élargir leurs compétences personnelles et sociales en termes de conduite de groupes.

Thème 4: Apprentissage et enseignement

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé

Objectif d'apprentissage 4.1

... possèdent des connaissances en neuropédagogie et savent comment fonctionne l'apprentissage dans les grandes lignes.

Objectif d'apprentissage 4.2

... possèdent des acquis tirés de leur propre expérience d'apprentissage et d'enseignement.

Objectif d'apprentissage 4.3

... utilisent les connaissances acquises durant leur propre parcours d'apprentissage pour mettre sur pied leurs plans de cours et d'enseignement.

Niveau et numéro de module

BF-MB3 / Module, brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé

Reconnaissance

Certification partielle pour le brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness santé et activité» ou en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement»

Durée de validité de l'ID du module

5 ans

10.4 Module de base 4: Compétence motrice et corporelle élargie

Conditions préalables

Assistante/Assistant en promotion de l'activité physique et de la santé ou modules de base 1-5 servant de recommandation (voir www.bewegung-und-gesundheit.ch)

Compétence

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» disposent de compétences approfondies et complémentaires dans leur perception corporelle et leur compétence motrice. Les domaines thématiques pertinents sont les suivants:

- Formation du mouvement
 - Création du mouvement
 - Formation corporelle
 - Coordination
 - Condition
 - Tenue et respiration
 - Régulation de la tension
 - Utilisation d'outils et d'appareils auxiliaires
 - Rythme et musique
-

Contrôle de compétence

Examen final modulaire

Objectifs

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement»

- ... peuvent accomplir eux-mêmes les différentes formes de mouvement, les varier de manière ciblée et judicieuse, les élargir et les combiner.
 - ... disposent d'une perception corporelle différenciée et peuvent l'apprendre, y réfléchir et la décrire de manière compréhensible et nuancée en prenant en compte l'espace, le temps, l'expression et la dynamique.
 - ... ont un comportement physique économe et rythmé et une capacité d'improvisation.
 - ... disposent et peuvent utiliser des capacités variées de coordination et de condition.
 - ... peuvent utiliser de manière judicieuse, ciblée et adroite des outils et des appareils auxiliaires.
-

Mise en œuvre des compétences

Thème 1: Formation du mouvement

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement»

peuvent / sont en mesure...

Objectif d'apprentissage 1.1

... de développer différentes formes de mouvement de locomotion, de les accomplir de différentes manières, de les augmenter, de les élargir et de les combiner.

Objectif d'apprentissage 1.2

... d'accomplir différentes formes de saut et de saut en ménageant leurs forces, de varier leur rythme et leur dynamique, de les augmenter et de les combiner.

Objectif d'apprentissage 1.3

... d'accomplir différentes rotations et roulades avec maîtrise et aisance, de les varier et de les combiner.

Objectif d'apprentissage 1.4

... de montrer clairement la différence entre élans et formes de mouvement guidées. Ces éléments peuvent être variés et combinés de manière polyvalente, réfléchie et dynamique.

Thème 2: Création du mouvement

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» sont en mesure...

Objectif d'apprentissage 2.1

... de créer à l'aide de leur répertoire de mouvements divers des séquences de mouvements avec ou sans appareils manuels et/ou avec de la musique (sur le plan spatial, temporel et dynamique).

Thème 3: Formation corporelle

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» sont en mesure...

Objectif d'apprentissage 3.1

... de localiser des états de tension musculaire en utilisant leur perception corporelle appuyée, d'utiliser leur respiration de manière judicieuse et d'engager et d'initier des mesures nécessaires à des fins d'optimisation.

Objectif d'apprentissage 3.2

... de montrer correctement et judicieusement des formes de musculation dynamiques et de stabilisation.

Objectif d'apprentissage 3.3

... de montrer correctement et judicieusement différentes mesures de mobilisation, de solution, d'assouplissement et d'encouragement de la rotation.

Thème 4: Tenue et respiration

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» sont en mesure...

Objectif d'apprentissage 4.1

... d'identifier et de modifier leurs propres manques en matière de mouvement et de posture et d'exposer les changements réalisés avec une formulation compréhensible.

Objectif d'apprentissage 4.2

... de montrer correctement différentes techniques de respiration et de les présenter en les expliquant clairement.

Thème 5: Régulation de la tension

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» sont en mesure...

Objectif d'apprentissage 5.1

... d'identifier des états de tension musculaire et des types de respiration en s'appuyant sur leur perception corporelle différenciée et d'initier et de mettre en œuvre des adaptations à des fins d'optimisation.

Objectif de formation 5.2

... de disposer des capacités nécessaires de régénération leur permettant de satisfaire aux critères professionnels.

Thème 6: Coordination

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» sont en mesure...

Objectif d'apprentissage 6.1

... d'exposer cinq capacités de coordination différentes avec une orientation sur la pratique et en utilisant des exemples d'exercices.

Thème 7: Endurance

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» ont ...

Objectif d'apprentissage I 7.1

... l'endurance nécessaire locale et générale leur permettant de satisfaire aux critères professionnels.

Thème 8: Utilisation d'outils et d'appareils auxiliaires

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» sont en mesure ...

Objectif d'apprentissage 8.1

... de montrer les possibilités d'utilisation d'outils et d'appareils auxiliaires (sur le plan corporel et avec polyvalence).

Objectif d'apprentissage 8.2

... de maîtriser l'utilisation d'appareils manuels et de pouvoir montrer des techniques diverses.

Thème 9: Rythme et musique

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» sont en mesure ...

Objectif d'apprentissage 9.1

... de désigner et d'expliquer de manière compréhensible des éléments spécifiques comme l'aspect et le caractère de différents styles musicaux.

... de montrer des schémas musicaux de mouvements adaptés ou pouvant être répétés sur le plan rythmique et dynamique.

Objectif d'apprentissage 9.2

... d'expliquer de manière compréhensible des concepts liés au rythme (p. ex. la mesure, le temps et la levée).

Objectif d'apprentissage 9.3

... de montrer des jeux rythmiques et sonores et des jeux consistant à taper des mains.

Objectif d'apprentissage 9.4

... d'utiliser sur le plan structurel leur voix, des mimiques, une gestuelle et leur percussion corporelle.

Objectif d'apprentissage 9.5

... d'accompagner ou d'agrémenter leurs propres formes de mouvements avec la voix et/ou en utilisant la percussion corporelle.

Niveau et numéro de module

BF-MB4 / Module, brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé

Reconnaissance

Certification partielle pour le brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement»

Durée de validité de l'ID du module

5 ans

10.5 Module de base 5: Compétence motrice élargie s'appuyant ou non sur des appareils

Conditions préalables

Assistante/Assistant en promotion de l'activité physique et de la santé ou modules de base 1-5 servant de recommandation (voir www.bewegung-und-gesundheit.ch)

Compétence

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» sont capables d'exécuter correctement une variété d'exercices allant au-delà des exercices de base. Ils connaissent leurs domaines d'application différenciés et sont en mesure d'expliquer correctement et de manière globale les particularités anatomiques et biomécaniques.

Contrôle de compétence

Examen final modulaire

Objectifs

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» ... disposent, en se référant à un répertoire d'exercices étendu, de connaissances approfondies dans l'utilisation différenciée de différents appareils et ont les connaissances associées en anatomie fonctionnelle. Ils couvrent ici les domaines de la musculation, de l'endurance, de la motricité et de la sensorimotricité.

... mènent une réflexion constante sur leur propre compétence motrice (tenue, répertoire et exécution d'exercices) et procèdent, le cas échéant, à des mesures d'optimisation.

Mise en œuvre des compétences

Thème 1: Répertoire d'exercices s'appuyant ou non sur des appareils

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» peuvent...

Objectif d'apprentissage 1.1

... expliquer de manière globale et compréhensible la fonction et l'effet des outils d'entraînement utilisés.

Objectif d'apprentissage 1.2

... montrer eux-mêmes des exercices sélectionnés de qualité motrice élevée.

Objectif d'apprentissage 1.3

... expliquer en détails l'effet engendré par la réalisation des exercices.

Objectif d'apprentissage 1.4

... déduire des indications et des contre-indications à partir du déroulement des exercices et de manière autonome.

Thème 2: Anatomie fonctionnelle

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» peuvent...

Objectif d'apprentissage 2.1

... expliquer clairement les caractéristiques mécaniques et les fonctions des outils d'entraînement.

Objectif d'apprentissage 2.2

... réaliser correctement des mouvements uni et multidimensionnels.

Objectif d'apprentissage 2.3

... évaluer le déroulement de nouveaux exercices qu'ils ne connaissent pas en s'appuyant sur leurs connaissances en anatomie fonctionnelle et en biomécanique.

Thème 3: Entraînement cardiaque s'appuyant sur des appareils

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» peuvent...

Objectif d'apprentissage 3.1

... évaluer avec compétence les schémas de mouvement effectués durant l'entraînement de l'endurance s'appuyant sur des appareils.

Thème 4: Entraînement de la souplesse s'appuyant ou non sur des appareils

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» peuvent...

Objectif d'apprentissage 4.1

... exécuter et adopter correctement des mouvements et des positions corporelles durant l'entraînement de la souplesse.

Objectif d'apprentissage 4.2.

... évaluer des exercices de souplesse en s'appuyant sur leurs connaissances en anatomie.

Objectif d'apprentissage 4.3.

... sélectionner et expliquer les exercices de souplesse adéquats en rapport aux caractéristiques individuelles du client.

Thème 5: Entraînement sensorimoteur orienté sur des appareils

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» peuvent...

Objectif d'apprentissage 5.1

... expliquer l'interaction entre la perception corporelle dans l'espace, le système nerveux et le système musculaire.

Objectif d'apprentissage 5.2.

... décrire et utiliser en temps voulu les différents outils d'entraînement sensorimoteurs/proprioceptifs (support généralement instable).

Objectif d'apprentissage 5.3.

... montrer correctement une variété d'exercices réalisés sur des supports instables.

Objectif d'apprentissage 5.4.

... classer les différentes formes d'exercice de ce domaine en s'appuyant sur leur niveau de difficulté.

Niveau et numéro de module

BF-MB5 / Module, brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé

Reconnaissance

Certification partielle pour le brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé»

Durée de validité de l'ID du module

5 ans

Conditions préalables

Modules MB1, MB 2, MB 3 et MB 4 réalisés avec succès

Compétence

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» conçoivent et organisent des programmes de cours adaptés à un groupe-cible déterminé. Ils construisent un programme de cours complet en utilisant un descriptif ou en s'appuyant sur des besoins déterminés des clientes et des clients. Ils définissent ensuite les méthodes d'activité physique adaptées au groupe-cible correspondant et planifient le déroulement précis des différentes unités de cours.

Ils précisent toutes les conditions-cadres nécessaires pour mettre en œuvre de manière optimale l'ensemble du programme et adaptent cette planification en conséquence. Ils effectuent tous les préparatifs et le suivi et organisent les différentes unités de cours du programme. En organisant les unités de cours, ils donnent aux clientes/clients des explications précises sur les mouvements, les outils auxiliaires et les appareils. Ils sont à l'écoute des clientes/clients et surveillent le déroulement de leur activité physique et le cas échéant, y apportent des corrections. Pendant l'unité de cours, ils créent un climat toujours productif et motivant pour les clientes et les clients. Leur manière de traiter les réclamations de manière constructive et avec apaisement joue ici un rôle essentiel.

En vérifiant régulièrement le programme de cours et en faisant leurs propres réflexions, ils contribuent à améliorer en permanence le programme de cours et à mieux satisfaire les clientes/clients.

Situation de travail typique**Réalisation de planification d'objectifs sommaires**

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» évaluent le groupe-cible afin de créer un programme en rapport à des caractéristiques essentielles (p. ex. âges, niveau de performance, sexe, mentalité, culture, religion, handicaps mentaux ou physiques, surpoids, grossesse, etc.). Ils contrôlent les conditions-cadres contenues dans la commande ou dans le descriptif (objectifs écrits, descriptions) et en déduisent le type de besoins du groupe. Dans la mesure du possible, ils réfléchissent à la manière de pouvoir utiliser ou engager judicieusement les processus dynamiques du groupe. Ils planifient des objectifs sommaires en les adaptant au groupe et en prenant en compte l'éthique et la philosophie de l'entreprise, ainsi que les facteurs de réussite critiques. S'ils travaillent en équipe (p. ex. pour des camps d'entraînement ou des ateliers), ils formulent ces objectifs sommaires en équipe. S'ils planifient des objectifs sommaires pour des personnes seules, alors ils prennent en compte les paramètres préalables individuelles liés à la cliente/au client et considèrent l'aspect relatif à la création d'une relation entre spécialiste et client/cliente.

Organisation d'unité de cours

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» organisent des unités de cours avec des groupes ou des individus. Ils signalent clairement le début de leur unité et ensuite, guident autant que possible les clientes et les clients durant tout l'entraînement (démarrage, partie centrale, fin), tout en s'aidant de leur préparation détaillée. Ils veillent à ce que dans la mesure du possible, les contenus soient organisés conformément à l'offre décrite. La forme de leurs instructions peut englober tout l'éventail allant du cours en face à face jusqu'au fait de déléguer entièrement aux clientes et aux clients. Avec leurs instructions, ils cherchent à encourager et à renforcer durablement la confiance et la compétence des clientes et des clients. Ils terminent l'unité par un rituel servant de conclusion.

Contrôle de compétence

Examen final modulaire

Niveau et numéro de module

BF-MP1 / Module, brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé

Objectifs

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement» est en mesure ...

- ... de planifier aussi bien en équipe qu'en individuel des objectifs sommaires adaptés au public, destinés à des programmes de cours et au sens des conditions-cadres de l'entreprise.
 - ... de déduire de cette planification d'objectifs sommaires un programme de cours approprié seul ou en équipe.
 - ... de planifier de manière judicieuse dans le temps le déroulement du cours à l'aide des objectifs sommaires.
 - ... de préciser toutes les conditions-cadres nécessaires à la planification détaillée, les ressources personnelles et le besoin en infrastructure.
 - ... de planifier en détails ses unités de cours en intégrant toutes les méthodes et facteurs d'influence essentiels.
 - ... de formuler de manière globale des objectifs sur des programmes de cours et d'adopter, le cas échéant, des mesures de correction.
 - ... d'accomplir en temps voulu les tâches de préparation d'une unité de cours destinée à des groupes ou à des individus.
 - ... de gérer l'introduction dans l'unité de cours conformément aux besoins.
 - ... d'organiser des unités de cours avec professionnalisme.
 - ... d'expliquer de manière compréhensible le déroulement de l'activité physique en tenant compte des caractéristiques anatomiques, physiologiques et biomécaniques.
 - ... d'informer de manière adéquate les clients/clientes sur l'utilisation d'outils d'aide auxiliaires et d'entraînement.
 - ... d'adapter, le cas échéant, son unité de cours suffisamment tôt, voire avec spontanéité.
 - ... d'accompagner soigneusement ses clients/clientes à réaliser leurs exercices et de réagir le cas échéant pour que l'objectif visé soit atteint.
 - ... de garantir que l'unité de cours se déroule parfaitement dans un climat productif.
 - ... d'enseigner de manière judicieuse et à la fin d'une unité de cours la question du passage à l'activité professionnelle, au sport et aux loisirs.
 - ... de terminer judicieusement des unités de cours.
 - ... d'accomplir après une unité de cours toutes les tâches de suivi ultérieur de manière autonome.
 - ... de traiter les réclamations de clients de manière constructive et avec apaisement.
-

Reconnaissance

Certification partielle pour le brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement»

Durée de validité de l'ID du module

5 ans

Conditions préalables

Modules MB1, MB2, MB3 et MB5 réussis

Compétence

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» élaborent et organisent des programmes d'entraînement individualisés reposant principalement sur des appareils. Ils constituent des programmes d'entraînement individualisés structurés en s'appuyant sur les besoins de clientes et de clients, sur un état des lieux adapté et sur des objectifs convenus en commun. Ils définissent les différentes unités d'entraînement et exercices et déterminent un cadre de résultats.

Ils préparent les différentes unités d'entraînement pour que les clientes et les clients bénéficient d'un environnement optimal lors de l'entraînement. Ils donnent des informations adéquates sur les différents exercices de l'unité d'entraînement et décrivent comment utiliser des appareils pour que l'activité physique se déroule sans danger et ait un effet positif sur la santé. Ils attachent de l'importance à ce que les exercices soient réalisés avec exactitude, si bien que pendant leur exécution, ils surveillent en permanence les clientes et les clients, identifient les difficultés et donnent des indications nécessaires à des fins d'amélioration. À la fin de l'unité d'entraînement, ils réfléchissent à cette unité et notent des informations essentielles sur la cliente/le client et les appareils. Ils sont toujours aux côtés des clientes et des clients et les encadrent sur l'aire d'entraînement indépendamment de l'unité d'entraînement en cours.

Ils sont ouverts aux réclamations des clientes et des clients et formulent une solution constructive en adaptant l'unité d'entraînement individuel et leur propre méthode de travail.

Situation de travail typique**Démarrage dans l'unité d'entraînement**

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» accueillent au début de l'entraînement les clientes et les clients et s'informent de leur état d'esprit. Ils comparent les réponses des clientes/clients et leur propre perception. Ils attachent de l'importance au fait d'établir rapidement le contact avec les clientes et les clients et de dresser un tableau de leur état de santé afin de pouvoir décider s'ils peuvent ou non organiser leur unité d'entraînement selon leurs prévisions ou s'ils doivent procéder à des ajustements. Ils identifient en temps voulu le moment où leur unité d'entraînement ne peut ne pas se dérouler comme prévu. En cas d'influences externes (matériel, appareils défectueux ou occupés, spécialistes adéquats non présents sur place), ils doivent adapter le programme dès le début de l'entraînement. Si des facteurs relèvent de la cliente ou du client (p. ex. un facteur médical comme des blessures et une grossesse, voire un facteur organisationnel comme une absence de serviettes ou un retard trop important), ils peuvent alors procéder à un ajustement généralement seulement au début de l'unité. Ils doivent ainsi adapter spontanément leur concept et dans la mesure du possible, proposer à la cliente/au client une unité d'entraînement adaptée de manière judicieuse et sans interruption.

Contrôle de compétence

Examen final modulaire

Niveau et numéro de module

BF-MP2 / Module, brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé

Objectifs

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» est en mesure...

- ... d'élaborer des programmes d'entraînement efficaces et orientés vers le client.
 - ... d'effectuer avec prudence les tâches de préparation d'une unité d'entraînement.
 - ... d'organiser le démarrage dans l'unité d'entraînement en étant orienté vers les besoins et les objectifs.
 - ... de diriger et d'organiser des unités d'entraînement avec efficacité.
 - ... de conduire le déroulement des exercices sur appareil de manière correcte sur le plan anatomique et biomécanique et de manière compréhensible.
 - ... d'accompagner soigneusement la réalisation des exercices de leur cliente/clients.
 - ... d'accomplir un exercice de manière judicieuse.
 - ... d'enseigner de manière judicieuse et à la fin d'une unité de cours la question du passage à l'activité professionnelle, au sport et aux loisirs.
 - ... d'accomplir des unités d'entraînement de manière judicieuse.
 - ... de garantir complètement l'encadrement du client/cliente lors de l'entraînement.
 - ... d'accomplir après une unité d'entraînement toutes les tâches de suivi ultérieur de manière autonome.
 - ... de traiter les réclamations de clients de manière constructive et avec apaisement.
-

Reconnaissance

Certification partielle pour le brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé»

Durée de validité de l'ID du module

5 ans

Conditions préalables

Modules MB1, MB 2, MB 3 et MB 4 ou MB5 réussis

Compétence

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé élaborent et accompagnent des concepts de conseils complets et individualisés sur la promotion de la santé et l'intervention sur le mode de vie.

Sur la base d'un entretien-conseil et d'un état des lieux, ils réalisent un concept individuel destiné à fournir à la cliente/au client un encadrement ayant un effet positif sur la santé. Dans ce concept, ils décrivent les champs thématiques de la cliente/du client, où un besoin opérationnel existe, les conditions-cadres, ainsi que les objectifs concrets destinés à la cliente/au client. Ils donnent aussi aux clientes/clients des conseils utiles sur la manière de pouvoir améliorer au quotidien leur santé.

Ils encadrent et aident activement les clientes et les clients à mettre en œuvre le programme d'activité physique et d'entraînement. Pour les clients/clientes dont l'activité physique et d'entraînement est limitée, ils veillent notamment à ce que le programme soit mis en œuvre avec prudence et qu'ils bénéficient d'un encadrement permanent.

Pour que l'entraînement ait un effet positif sur la santé, ils évaluent à intervalles réguliers le concept de conseils. Ils insèrent les résultats intermédiaires et les améliorations du niveau d'évolution de la cliente/du client dans le concept d'encadrement ou développent un concept de liaison individuel. Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé sont conscients qu'il est important d'avoir un équilibre entre vie professionnelle et vie privée et y travaillent activement.

Situation de travail typique**Élaboration de concept de conseil**

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé élaborent un concept de conseils sous forme de concept-client individualisé; ils s'appuient pour ce faire sur l'entretien-conseil, les résultats de la procédure de test, ainsi que sur d'autres entretiens portant sur l'analyse de comportement. Dans ce concept, ils déterminent les conditions-cadres (durée, fréquence, durée et date des conseils), décrivent les champs thématiques dans lesquels il existe un besoin opérationnel et formulent des objectifs concrets s'appuyant sur la raison donnée et le besoin de la cliente/du client. Le cas échéant, ils tiennent aussi compte d'offres additionnelles (sauna, massage, etc.). Le concept de conseils repose sur un programme d'activité physique et d'entraînement adapté, ainsi que sur des recommandations ayant un effet bénéfique sur la santé et portant sur les champs thématiques spécifiques aux clients. Ce concept contient des astuces simples et réalistes sur la manière avec laquelle la cliente/le client peut aussi adapter judicieusement son mode d'activité physique quotidien et le modifier dans la durée.

Contrôle de compétence

Examen

final

modulaire

Niveau et numéro de module

BF-MP3 / Module, brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé

Objectifs

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé est en mesure...

- ... de conduire un entretien-conseil (entretien de clarification) avec compétence, motivation et en donnant avec tact des conseils d'ordre global.
 - ... d'organiser consciencieusement et avec soin un état des lieux plus approfondi des facteurs de risque et du mode de vie et d'interpréter correctement son résultat.
 - ... d'élaborer un concept de conseils durable, individualisé et adapté au client.
 - ... de convaincre les clientes/les clients de la nécessité d'un concept de conseils adapté individuellement et de conclure en conséquence une convention d'encadrement.
 - ... d'accompagner la mise en œuvre du concept de conseils donnés avec attention et motivation et le cas échéant, de procéder à des adaptations.
 - ... d'évaluer les objectifs atteints, ainsi que le déroulement du concept de conseils de manière structurée et pertinente.
 - ... de percevoir à tout moment sa fonction de modèle en ayant conscience de sa responsabilité et d'entretenir en conséquence un mode de vie bénéfique pour la santé.
 - ... d'agir avec des personnes ayant des problèmes de santé avec compétence et de manière adéquate.
-

Reconnaissance

Certification partielle pour le brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» ou en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement».

Durée de validité de l'ID du module

5 ans

Conditions préalables

Assistante/Assistant en promotion de l'activité physique et de la santé ou modules de base 1-5 servant de recommandation (voir www.bewegung-und-gesundheit.ch)

Compétence

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé construisent des réseaux et les maintiennent en cultivant activement leurs contacts en interne, comme en externe.

Ils sont conscients de l'importance d'avoir un réseau interne efficace pour leur quotidien professionnel et cultivent un rapport engagé et collégial au sein de leur équipe.

L'entretien de leurs réseaux externes est l'occasion pour eux de représenter leurs intérêts au niveau de l'entreprise sous la forme de relations de partenariat dans la branche.

Ils travaillent à leur propre évolution en suivant des formations continues individuelles et en menant une réflexion personnelle permanente. Ils font en sorte que leur collaboration avec l'équipe et les partenaires externes soit satisfaisante.

Situation de travail typique**Construction de partenariats stratégiques**

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé nouent et entretiennent des liens et des partenariats stratégiques avec des organisations apparentées appartenant à d'autres branches (associations, groupes de sport, communautés d'intérêt, assurances-maladies, médecins, physiothérapeutes, pharmacies, etc.), des institutions de l'État ou d'autres entreprises. Avec les partenaires adaptés, ils représentent leur activité et les activités de la branche vers l'extérieur.

Réflexion personnelle

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé s'efforcent de garder et d'améliorer en permanence leurs propres capacités physiques, ainsi que leurs connaissances et savoir-faire professionnels. Ils donnent à leurs clientes et à leurs clients un bon exemple et s'interrogent en permanence sur la qualité du déroulement de leur activité physique et de relaxation, leur comportement, leurs habitudes et leur apparence. Le cas échéant, ils en tirent les conclusions et prennent de mesures de correction.

Contrôle de compétence

Examen final modulaire

Niveau et numéro de module

BF-MO1 / Module, brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé

Objectifs

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé est en mesure...

... d'entretenir des contacts avec des groupes d'intérêt externes afin d'en tirer des avantages.

... de construire et d'entretenir avec des collègues un réseau interne, opérationnel et rentable.

... de conclure et d'entretenir des partenariats de manière ciblée et proactive pour tendre vers des objectifs communs et complémentaires.

... de se former en permanence en étant orienté sur les objectifs.

... de se remettre en question, ainsi que ses compétences spécialisées et de tenir compte de ses limites en la matière.

Reconnaissance

Certification partielle pour le brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» ou en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement».

Durée de validité de l'ID du module

5 ans

Conditions préalables

Assistante/Assistant en promotion de l'activité physique et de la santé ou modules de base 1-5 servant de recommandation (voir www.bewegung-und-gesundheit.ch)

Compétence

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé accomplissent des travaux sélectionnés dans le domaine de la vente et de l'administration.

Ils réalisent des calculs de prix destinés aux différentes offres de leur entreprise et entrant dans cadre du budget dont ils disposent. Ils formulent des descriptifs et gèrent des cours et des offres. Ils veillent à ce que les contenus des descriptifs soient standardisés, représentent la philosophie et le design propre à l'entreprise.

Outre l'établissement d'offres, ils veillent notamment à ce que leurs clientes et leurs clients soient satisfaits. Ils évaluent régulièrement leur niveau de satisfaction et traitent leurs réclamations avec professionnalisme. Ils considèrent les résultats des évaluations et des réclamations comme une occasion d'améliorer leur propre manière de travailler et de stimuler en permanence les performances et l'atmosphère au sein de l'entreprise.

Situation de travail typique**Élaboration de descriptifs d'offres**

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé déterminent les offres à décrire. Pour ce faire, ils s'appuient aussi sur la philosophie de l'entreprise et les tendances actuelles de la branche. Ils décrivent les offres par écrit et s'orientent d'abord sur le concept marketing, sur des prescriptions éventuellement existantes ou sur des propositions et décrivent des contenus d'entraînement et de cours, des concepts/méthodes d'activité physique, les groupe-cibles, la période, les frais et les formalités d'inscription. Ils publient ce descriptif dans un médium approprié et adapté au groupe-cible.

Gain de nouveaux clients

Pour éveiller l'intérêt de clientes et de clients potentiels, les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé s'efforcent que leur entreprise ait une image soignée et moderne. Ils gèrent différentes mesures de promotion des ventes (MPV), aussi bien pour leurs prestations de service que pour leurs produits; pour ce faire, ils s'appuient sur leur stratégie, le concept marketing qu'ils ont déduit et la culture vivante. Peuvent faire office de stratégies le mailing direct, les encarts publicitaires, les appels téléphoniques, les affiches, les événements internes à l'entreprise, la participation à des spectacles, les concours, les publipostages, les annonces parues dans la presse, les newsletters, les infos-produits, les apéritifs, les séances d'information, les activités Internet, etc. Ils définissent les objectifs à atteindre, ciblent leurs segments-clients avec les canaux de communication possibles et des MPV adéquates. Ils planifient soigneusement leur organisation et se tiennent toujours au courant des dispositions en matière d'identité et de design d'entreprise. Ils utilisent aussi leurs contacts personnels et se servent de la confiance de leur clientèle historique pour gagner de manière ciblée de nouvelles clientes et de nouveaux clients. Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé sont donc compétents pour organiser de manière professionnelle des MPV, activités pour lesquelles ils demandent l'aide de leurs collaborateurs. Ils vérifient ensuite l'efficacité et l'efficacité de ces mesures et réfléchissent aux stratégies d'optimisation.

Contrôle de compétence

Examen final modulaire

Niveau et numéro de module

BF-MO2 / Module, brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé

Objectifs

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé est en mesure ...

- ... de calculer des prix pour des offres en s'appuyant sur leur position sur le marché, en étant réaliste et en respectant le budget.
 - ... de déterminer, de formuler et de publier des offres judicieuses destinées au descriptif.
 - ... d'organiser de manière autonome toutes les tâches administratives nécessaires en lien avec leurs offres.
 - ... de planifier, d'organiser et d'évaluer des mesures de promotions des ventes adaptées et conformes à la stratégie afin de gagner de nouveaux clients
 - ... d'évaluer et d'analyser au sens d'un processus d'amélioration permanent (PAP) la satisfaction des clients et d'initier des mesures.
 - ... de gérer les réclamations en étant orienté sur le client et de les utiliser comme outil marketing efficace.
 - ... de planifier, d'organiser et de mener des événements (-clients) de manière autonome.
 - ... de gérer avec rentabilité une boutique appartenant à l'entreprise et un bar appartenant à l'entreprise.
-

Reconnaissance

Certification partielle pour le brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» ou en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement».

Durée de validité de l'ID du module

5 ans

Conditions préalables

Assistante/Assistant en promotion de l'activité physique et de la santé ou modules de base 1-5 servant de recommandation (voir www.bewegung-und-gesundheit.ch)

Compétence

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé dirigent leurs collaborateurs avec engagement et professionnalisme.

Ils gèrent l'arrivée de nouveaux collaborateurs en menant des entretiens qualifiés, des programmes d'intégration planifiés et en fixant des objectifs en commun. Au sens de l'aide optimale que leur apporte leur personnel, ils prennent au sérieux le fait d'être responsable en tant que dirigeant et répondent à des questions techniques; ils expliquent soigneusement des programmes complexes destinés aux clients et introduisent de nouveaux appareils et systèmes de manière consciencieuse pour que chaque collaborateur travaille correctement. En complément, ils entretiennent avec l'ensemble de l'équipe une culture axée sur les commentaires liés aux prestations et encouragent délibérément l'échange et la collaboration entre les membres. Ils attachent une grande importance à la culture d'équipe et favorisent ainsi en permanence son amélioration.

Situation de travail typique**Encadrement du personnel**

L'encadrement du personnel fait partie des tâches principales des spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé. Ils octroient aux collaborateurs des missions et supervisent leur mise en œuvre. Ils veillent à ce que les outils auxiliaires standardisés soient utilisés avec cohérence. Durant leur mission, ils aident les collaborateurs le cas échéant et les résultats sont évalués régulièrement sous la forme d'un feedback quotidien. Ils favorisent une culture active basée sur les commentaires. Ils veillent même régulièrement à rencontrer les collaborateurs et à faire des commentaires sur les collaborateurs qu'ils ne voient pas au quotidien et élabore en conséquence le processus d'encadrement. Ils sont conscients des défis spécifiques que représente l'encadrement du personnel et qui sont définis dans les conditions-cadres propres à la profession (fonctionnement 7 sur 7 jours, temps d'ouverture longs, temps de travail par roulement, conciliation entre attitude décontractée et professionnalisme). Ils gèrent avec le personnel des états des lieux relatifs aux objectifs annuels convenus et tiennent compte de la fourniture des prestations en cours. Ils entretiennent un style de gestion collégial et s'occupent des besoins individuels des collaborateurs. Ils prennent délibérément du temps pour leurs collaborateurs et montrent qu'ils les estiment (p. ex. réunions informelles, vœux d'anniversaire rédigés à la main etc.).

Encouragement d'une culture d'équipe

Les spécialistes en promotion de l'activité physique et de la santé analysent l'atmosphère et la capacité de travailler en équipe et prennent des mesures appropriées afin d'augmenter et de renforcer l'efficacité et la productivité de l'équipe. Ils font en sorte que le lieu de travail et les instruments de travail aident les collaborateurs et mettent à disposition les outils nécessaires. Ils encouragent la culture d'équipe, font en sorte que les collaborateurs aient des échanges actifs et tendent vers la culture d'entreprise. Ils favorisent la responsabilité individuelle et collective de l'équipe et soutiennent le processus d'amélioration permanent (PAP) qui ressort de l'équipe. Ils font en sorte qu'il y ait une bonne atmosphère dans l'équipe. Ils acceptent et traitent les problèmes et les dissensions.

Contrôle de compétence

Examen final modulaire

Niveau et numéro de module

BF-MO3 / Module, brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé

Objectifs

Le/La spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé est en mesure...

- ... d'instruire, d'accompagner et, le cas échéant, de former de nouveaux collaborateurs pendant la phase d'intégration.
 - ... d'encadrer les collaborateurs avec des tâches de travail concrètes et des commentaires productifs, tout en faisant preuve de motivation et en favorisant leur évolution.
 - ... de donner des informations aux collaborateurs sur la mise en œuvre d'un programme individuel avec exhaustivité, exactitude et en étant orienté vers le client.
 - ... de former et d'informer avec compétence ses collaborateurs que ce soit personnellement ou en équipe.
 - ... de s'initier soi-même, ou en intégrant des spécialistes, à l'utilisation de nouveaux appareils et systèmes.
 - ... de gérer des réunions d'équipe avec professionnalisme.
 - ... de créer de bonnes conditions-cadres pour que les collaborateurs travaillent en équipe.
-

Reconnaissance

Certification partielle pour le brevet fédéral de spécialiste en promotion de l'activité physique et de la santé en domaine de «fitness et activité santé» ou en domaine «d'éducation corporelle et du mouvement».

Durée de validité de l'ID du module

5 ans