



# Enseignant, enseignante de sport

UNI/HES



Badminton, course, agrès, natation, grimpe... les enseignantes et enseignants de sport font découvrir de nombreuses activités à leurs élèves. Leurs objectifs: encourager le mouvement, le bien-être physique et mental et renforcer l'estime de soi. Elles et ils transmettent des compétences et des valeurs sportives et initient les jeunes à des disciplines auxquelles ils n'auraient pas accès par leurs propres moyens.



CSFO Éditions

# Qualités requises

## Je suis à l'aise dans de nombreux sports

Passionnés d'activités physiques variées, les enseignants et enseignantes de sport sont très polyvalents: entre jeux de balle, agrès, athlétisme, natation ou encore course d'orientation, elles et ils aiment aussi découvrir et pratiquer de nouveaux sports.

## J'ai la fibre pédagogique et je sais m'adapter à des niveaux différents

Les enseignantes et enseignants apprennent les bases de différents sports à des élèves parfois débutants. Elles et ils aiment animer un groupe et faire progresser les élèves en proposant des variantes adaptées à leur niveau.

## Je sais encadrer avec patience

Tous les élèves n'ont pas la même envie de participer à une leçon d'éducation physique. Les enseignant-e-s sont capables d'instaurer un climat motivant et ludique, tout en faisant respecter les règles. Cela demande de la patience et beaucoup d'énergie.

## J'aime organiser des activités

Seuls ou à plusieurs, ces professionnels organisent de nombreux événements en dehors de l'enseignement habituel: camps sportifs, joutes, tournois et sorties dans la nature, à la patinoire ou sur le lac. Ils collaborent avec les maîtres de classe, la direction de l'école et des prestataires externes.

## Je veille à la santé et à la sécurité de mes élèves

Les enseignantes et enseignants de sport contribuent à la santé globale: elles et ils transmettent le goût du mouvement et de l'activité physique ainsi que les bases d'une alimentation saine. Des sports variés sont proposés, afin que chacun trouve son compte. Elles et ils expliquent comment éviter les blessures et préparent le matériel nécessaire à une pratique sportive en toute sécurité.

✓ Sportif un jour, sportif toujours! Ces passionnés entretiennent leur condition physique et se déplacent souvent à vélo.



# Formation

La formation de base en sport s'effectue à l'université ou dans une Haute école spécialisée (HES).

## Formation universitaire

### Lieux

Fribourg, Lausanne, Neuchâtel

### Durée

3 ans pour le bachelor; 1,5 à 2 ans pour le master

### Conditions d'admission

- Maturité gymnasiale ou titre jugé équivalent
- Examen d'aptitudes physiques

### Contenu des études

#### Bachelor

Anatomie et physiologie, performances motrices, athlétisme, danse, sociologie du sport, secourisme, théorie de l'entraînement, psychologie du sport, nutrition, pratique de différents sports, etc.

#### Master

Éducation par le sport, activité physique et sportive

### Titres délivrés

Bachelor/Master en sciences du mouvement et du sport

## Formation HES

### Lieux

Bachelor: Macolin (BE)  
Joint Master HES/HEU: Macolin et Fribourg

### Durée

3 ans pour le bachelor; 1,5 à 2 ans pour le master

### Conditions d'admission

- Maturité professionnelle, spécialisée ou gymnasiale
- Cours de secouriste, brevet Basis Pool
- Examen d'aptitudes physiques

### Contenu des études

#### Bachelor

Sciences du sport, de l'entraînement et de l'éducation, nombreuses disciplines sportives, spécialisation en management du sport ou en didactique du sport, etc.

#### Joint Master

Sciences du mouvement et de l'entraînement, psychologie du sport, pédagogie du sport, application des connaissances scientifiques, compétences transversales

### Titres délivrés

Bachelor/Master en sciences du sport

# Formation pédagogique

La formation se poursuit avec une formation pédagogique, dont la durée varie entre un et trois ans, en fonction du degré d'enseignement visé et selon les réglementations cantonales. Elle s'effectue à l'université ou dans une Haute école pédagogique (HEP), selon les cantons.

La formation HES prépare à l'exercice d'une profession en relation avec le sport en milieu extrascolaire. Complétée par un master HES/HEU, elle permet d'accéder à la formation pédagogique préparant à l'enseignement au secondaire II (une seule branche enseignable). Pour enseigner au secondaire I, des compléments de formation sont nécessaires (deux à trois branches enseignables).



◀ Maude Brosy vérifie quels postes ont déjà été trouvés par les élèves.

# S'orienter en forêt

À 27 ans, Maude Brosy est enseignante de sport, de mathématiques et de latin au secondaire I. Elle doit jongler entre plusieurs classes, matières et disciplines sportives. C'est avec beaucoup de motivation, d'adaptabilité et de patience qu'elle prépare ses cours et accompagne ses élèves.

Après quelques pulvérisations de spray anti-tiques, Maude Brosy rassemble ses élèves pour leur donner les consignes du jour. Au programme, une course d'orientation en forêt. À l'aide d'une carte et d'une boussole, les jeunes, regroupés deux par deux, doivent se repérer dans les bois, sortir des chemins balisés pour retrouver les postes qui leur ont été attribués et y poinçonner leur feuille de route.

du triathlon ou de la natation. En hiver, nous nous adonnons au ski, aux raquettes et au patin», détaille la jeune femme, qui enseigne aussi le latin et les mathématiques. «Pour obtenir le diplôme d'enseignement au secondaire I, j'ai dû étudier trois branches enseignables. Le nombre d'heures que je consacre à chaque matière change d'une année à l'autre, en fonction des besoins de l'école», explique-t-elle.

## Polyvalence et réactivité

À l'école obligatoire, le programme de sport est très varié. «Chaque mois, nous changeons de discipline. Durant les beaux jours, nous sortons faire des courses d'orientation, de l'athlétisme,

✓ L'enseignante installe le poteau que les élèves devront poinçonner pour attester de leur passage.

## S'adapter aux différents niveaux

Au secondaire I, les élèves sont répartis dans des classes sur la base de leurs aptitudes scolaires, sans tenir compte de leurs compétences sportives. «Dans un groupe, il y a de grandes différences de niveau et de motivation entre les jeunes. Certaines disciplines, comme la course d'orientation, font parfois l'objet de préjugés. Partager mes bons souvenirs avec eux suffit souvent à leur faire changer de point de vue et à susciter un regain de motivation», sourit-elle.

## Ouverte à la nouveauté et au changement

La majeure partie du travail de Maude Brosy est consacrée à la planification et à l'enseignement. Chacune des trois branches enseignées demande de l'organisation: le programme change régulièrement et les classes n'avancent pas au même rythme. «Je cherche

**Maude Brosy**  
27 ans, master en sport, latin et mathématiques, diplôme pour l'enseignement au degré secondaire I, enseignante au secondaire I



constamment de nouvelles manières d'introduire un sujet et de l'étudier», s'enthousiasme-t-elle. Il est également essentiel de se coordonner avec les enseignants des autres classes pour, par exemple, préparer conjointement les examens. L'enseignante a aussi à cœur de créer un lien avec les élèves et leurs parents, pour s'assurer que tout va bien, tant sur le plan scolaire que personnel.

Les formations continues figurent au cahier des charges des enseignants. «J'ai suivi une formation sur les troubles du spectre autistique, et un autre cours sur la question du harcèlement scolaire. Cet été, je me suis inscrite à un atelier qui traite de la prise en charge du deuil chez l'enfant», confie Maude Brosy, qui cherche à répondre toujours mieux aux besoins de ses élèves.



# Vivre sa passion

Renaud Weber enseigne le sport à des classes d'apprentis, dans le cadre des cours professionnels. Issus de différents métiers, les jeunes forment des classes aux effectifs variés. Tout en suivant un programme établi par l'école, l'enseignant adapte ses leçons aux besoins et aux envies de ses élèves.

Aujourd'hui, Renaud Weber a prévu deux leçons différentes. «Je vais faire des agrès avec les coiffeuses et coiffeurs puis du crossfit avec les futurs mécaniciens», explique l'enseignant. Les jeunes l'aident à installer le matériel puis écoutent attentivement les consignes de sécurité. Place à l'échauffement: gainage, roulades sur les côtés, préparation des figures qui seront réalisées dans les airs et enfin, exercices aux anneaux. Les élèves commencent par des postures simples avant de se lancer dans des exercices plus complexes. Renaud Weber leur propose des variantes: «Vous pouvez atterrir par un saut sur le gros tapis ou, si vous préférez, ralentir et vous arrêter sur le petit tapis.»

## Assurer la sécurité des élèves

L'enseignant accueille ensuite deux apprentis mécaniciens pour la leçon de crossfit. «C'est ma plus petite classe. Elle compte habituellement quatre élèves.» Au programme, lancer de medicine ball, corde à sauter, tour de terrain, traversée des espaliers, squats, pompes... tout est prévu pour faire monter le rythme cardiaque! Un élève ressent de légers vertiges. Pas de panique! Renaud Weber lui donne un sucre de raisin. «Je dois savoir prévenir les accidents et remettre les jeunes d'aplomb en cas d'hypoglycé-

mie, par exemple. Nous suivons des cours pour rester à niveau en matière de sauvetage et de premiers secours», ajoute-t-il.

## Préparation et entretien du matériel

«J'établis le programme des cours pendant les vacances scolaires et je consacre environ deux heures par semaine à leur préparation», explique Renaud Weber. «Pendant l'année, je m'occupe aussi de l'entretien du matériel et j'organise des sorties sportives. Je suis également des perfectionnements pour me former dans de nouvelles disciplines: cette année, j'ai découvert le maxi trampoline!», raconte-il en souriant.



▲ Les élèves observent attentivement la démonstration afin de répéter correctement les mouvements.

## Transmettre ses connaissances

«Depuis l'âge de 17 ans, j'entraîne des équipes de basket. Durant ma formation à Macolin, je m'entraînais entre quatre et six heures par jour. Aujourd'hui, je



▲ Pour motiver ses élèves, le jeune enseignant réalise les exercices avec eux.



## Renaud Weber

27 ans, bachelor HES, master HES/UNI, diplôme pour l'enseignement au secondaire II, enseignant de sport dans une école professionnelle

pratique un peu moins, mais je conserve au minimum quatre entraînements par semaine», raconte Renaud Weber. «Une partie de mon enseignement porte sur le coaching des élèves. En fonction des activités et de la taille des groupes, je m'intègre à une équipe et participe aux exercices ou au match. C'est l'occasion de partager une expérience avec les jeunes et de les encourager», explique l'enseignant. «J'aime transmettre mes connaissances et voir qu'un élève peut se dépasser et se découvrir des capacités insoupçonnées. Le sport, ça développe l'estime de soi!»



Service des sports communal

## Développer l'offre sportive

### **Laurent Niquille**

45 ans, master en sport et géographie, diplôme d'enseignement HEP, coordinateur sportif de la Commune d'Aigle

#### **Comment êtes-vous devenu coordinateur sportif?**

Après mes études en sciences du mouvement et du sport et en géographie et ma formation pédagogique, j'ai travaillé dans l'enseignement pendant quinze ans. À la suite d'un projet de la Commission des sports, dont je faisais partie, la Municipalité a mis un poste de coordinateur au concours afin de développer et de coordonner l'offre sportive de la Commune.

#### **En quoi consiste votre fonction?**

Je travaille au sein de l'administration communale, sous la direction de l'élu en charge du sport. Mon activité est centrée sur trois axes: la promotion du sport auprès de la population, le développement et l'entretien des infrastructures et la promotion du cyclisme: Aigle abrite le siège de l'Union cycliste internationale et accueille de nombreuses manifestations.

#### **Avec qui travaillez-vous?**

Je collabore avec les associations sportives de la région, les écoles et tous les services de la ville. Je travaille avec le Service de communication pour la promotion des nouvelles activités. Avec les écoles et les clubs, j'œuvre pour le développement du sport scolaire facultatif. En collaboration avec la police, je m'engage pour la sécurité des manifestations sportives, et avec le Service d'entretien des forêts, je coordonne le balisage des parcours naturels. Je collabore aussi avec des prestataires externes dans le cadre de l'organisation des manifestations cyclistes.

#### **Un projet qui vous a marqué?**

Le tour de France! À peine arrivé à mon poste, j'ai dû me consacrer exclusivement à ce projet durant neuf mois: il a fallu prévoir les infrastructures pour accueillir près de 5000 personnes et leurs véhicules, gérer la sécurité et le ravitaillement, assurer l'animation en ville, prévoir la communication autour de l'événement... Ça a été une expérience incroyable!



Activité physique adaptée

## Enseigner aux élèves à besoins particuliers

### Alice Pagani

36 ans, master en sciences du mouvement et du sport, orientation activités physiques adaptées et santé, diplôme pour l'enseignement au secondaire I et II, travaille dans une fondation de pédagogie spécialisée

#### À qui s'adressent vos cours?

J'enseigne à des enfants de 4 à 12 ans présentant des troubles de la personnalité ou du comportement, des retards de développement ou un handicap mental. Je travaille en étroite collaboration avec des enseignants spécialisés, des éducateurs sociaux, des assistants socio-éducatifs et des stagiaires.

#### Comment se déroule une leçon?

J'accueille mes élèves et nous commençons notre cours en dansant tous sur une chanson amusante. Puis je présente le programme du jour: je montre un pictogramme et explique l'exercice, et je fais une démonstration. J'adapte ensuite chaque activité au niveau et à l'humeur des élèves. Je termine le cours par un moment calme.

La plupart de mes leçons ont lieu dans la salle de gymnastique mais j'organise aussi de nombreuses sorties à l'extérieur, en forêt, à la montagne, à la patinoire, sur le lac... J'ai beaucoup de plaisir à proposer différentes excursions à mes élèves!

#### Quelle est la particularité de votre travail?

Je dois préparer mes cours dans le moindre détail. J'utilise des pictogrammes et le soutien gestuel, une technique qui permet de soutenir le langage oral en utilisant des gestes. De cette manière, les élèves peuvent se repérer dans la leçon et ne sont pas déstabilisés. Je répète souvent les consignes et je suis toujours accompagnée par un ou deux collègues.

#### Avez-vous des souhaits d'avenir?

J'ai suivi un CAS en réadaptation cardiovasculaire et j'aime-rais obtenir un poste à temps partiel dans ce domaine, tout en continuant mon travail à la fondation. La grande richesse de l'activité physique adaptée, pour moi, c'est la diversité des populations avec lesquelles il est possible de travailler!



#### ► Préparer la leçon

Les enseignants de sport doivent prévoir du temps pour l'échauffement, la préparation et le rangement du matériel.



► S'échauffer Un bon échauffement est essentiel à une leçon. Les élèves reproduisent les mouvements de l'enseignant, qui les choisit en fonction des exercices qui vont suivre.

► Encourager le mouvement Une chanson entraînante, rien de tel pour donner envie de danser! Les enfants développent leur coordination et progressent en s'amusant.



► Donner des instructions L'enseignant donne les consignes de sécurité et les informations nécessaires aux élèves afin que l'activité se déroule sans problème.

► Veiller à la sécurité Les professionnels ont toujours un kit de premier secours pour prendre soin des éventuels blessés.



► Développer l'entraide et la collaboration Les professionnels encouragent les compétences et l'autonomie des élèves, par exemple en leur demandant de se repérer sur un plan.



► Prendre soin du matériel Les enseignants de sport entretiennent et réparent le matériel dans la mesure du possible. Ils font régulièrement remplacer les installations défectueuses.



► S'adapter au niveau des élèves Il est important de prévoir plusieurs variantes d'un même exercice pour que chaque élève puisse profiter de la leçon.



## Marché du travail

Les enseignantes et enseignants de sport trouvent principalement des emplois dans les établissements scolaires publics au degré secondaire I (école obligatoire) et II (écoles de maturité). Certains cantons font parfois appel aux diplômés et diplômées du secondaire I pour enseigner le sport aux élèves des deux dernières années primaires (années 7 et 8 Harmos).

### Peu de postes à plein temps

Les enseignant-e-s travaillent souvent à temps partiel car il est difficile d'obtenir un 100% en ne donnant que des leçons de sport. Pour occuper un plein temps, ils doivent combiner l'enseignement du sport avec celui d'autres branches. Selon la région dans laquelle on souhaite trouver un poste, il vaut la peine de se renseigner sur les possibilités d'emploi

àuprès des autorités responsables de l'engagement des enseignants.

### Autres débouchés

Les titulaires d'un diplôme pour l'enseignement au secondaire II peuvent aussi trouver quelques places dans les écoles professionnelles. Elles et ils occupent également des emplois dans les écoles privées, dans le cadre du sport extrascolaire, du sport scolaire facultatif ou dans la réadaptation en milieu hospitalier. Le secteur public offre des postes dans le domaine de la gestion du sport et des loisirs. Il existe aussi quelques emplois dans la recherche. Les clubs de haut niveau, entraînant des sportives et sportifs d'élites engagent également des enseignantes et enseignants de sport, de même que les fédérations sportives.



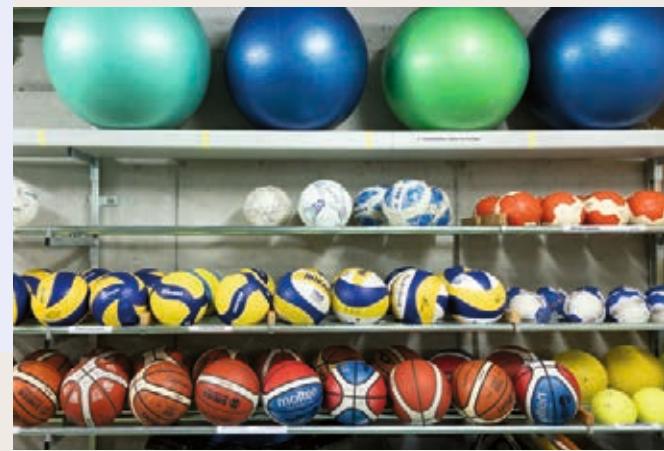
## Formation continue

Une formation continue régulière est obligatoire.

**Cours:** offres proposées par les fédérations sportives, les institutions de formation, Jeunesse et sport, la Société Suisse de Sauvetage, les hautes écoles pédagogiques et universitaires, etc.

**Hautes écoles:** master en didactique de l'éducation physique et du sport

**Postgrades:** nombreux CAS, DAS, MAS proposés par les hautes écoles, par exemple en politique et management du sport, en psychologie du sport, de praticien-ne-formateur-trice; en gestion et direction d'institutions de formation, etc.



## Haute école de Macolin

La Haute école fédérale de sport de Macolin (HEFSM) propose une formation axée sur la pratique. Elle se distingue par les nombreuses heures consacrées à l'entraînement. En dehors de l'enseignement, elle destine ses diplômé-e-s à des carrières variées dans le domaine du sport, notamment dans l'entraînement

de sportifs de haut niveau, le management du sport, et la recherche en sciences du sport. Les employeurs potentiels sont les services des sports des communes et cantons, les fédérations sportives, ou encore les prestataires commerciaux.

✓ Les enseignant-e-s de sport doivent collaborer avec différents partenaires pour organiser des événements.



## Adresses utiles

[www.orientation.ch](http://www.orientation.ch), pour toutes les questions concernant les places d'apprentissage, les professions et les formations

[www.sportstudien.ch/fr/](http://www.sportstudien.ch/fr/), plateforme d'information pour les études en sport en Suisse

[www.orientation.ch/salaire](http://www.orientation.ch/salaire), informations sur les salaires

### Impressum

1<sup>re</sup> édition 2024

© 2024 CSFO, Berne. Tous droits réservés.

ISBN 978-3-03753-357-4

#### Édition:

Centre suisse de services Formation professionnelle | orientation professionnelle, universitaire et de carrière CSFO CSFO Éditions, [www.csfo.ch](http://www.csfo.ch), [info@csfo.ch](mailto:info@csfo.ch)  
Le CSFO est une agence spécialisée des cantons (CDIP) et est soutenu par la Confédération (SEFRI).

**Enquête et rédaction:** Deborah Badoux, Florence Müller, CSFO

**Relecture:** Christophe Botfield, Service de l'éducation physique et du sport – Vaud; Martin Rytz, OFSPO - HEFSM; Véronique Antille, Sion **Photos:** Francesca Palazzi, Romont

**Graphisme:** Eclipse Studios, Schaffhouse

**Mise en page et impression:** Haller + Jenzer, Berthoud

#### Diffusion, service client:

CSFO Distribution, Industriestrasse 1, 3052 Zollikofen  
Tél. 0848 999 002, [distribution@csfo.ch](mailto:distribution@csfo.ch), [www.shop.csfo.ch](http://www.shop.csfo.ch)

**N° d'article:** FE2-3209 (1 exemplaire), FB2-3209 (paquet de 50 exemplaires).

Nous remercions toutes les personnes et les entreprises qui ont participé à l'élaboration de ce document. Produit avec le soutien du SEFRI.