

Karaté Canada

Introduction Compétitive

Portfolio de l'entraîneur



Table des matières

| | |
|---|----|
| Introduction | 1 |
| Tâche 1 – Remplir un formulaire de profil d'entraîneur(e)..... | 3 |
| Tâche 2 – Formulaire d'évaluation d'entraîneur Instruction Débutant..... | 4 |
| Tâche 3 – Concevoir un plan d'action d'urgence (PAU)..... | 6 |
| Tâche 4 – Concevoir un Modèle de référence pour l'analyse de la performance..... | 7 |
| Modèles de référence | 9 |
| Habilités pour votre Modèle de référence | 11 |
| Tâche 5 – Effectuer l'évaluation en ligne du module Prise de décisions éthiques | 14 |
| Tâche 6 – Formulaire d'évaluation de règles | 15 |
| Tâche 7 – Concevoir 2 plan de séances d'entraînement | 17 |
| | |
| Annexe 1 – Code d'éthique du PNCE | 23 |
| Annexe 2 – Aperçu des résultats d'évaluation | 24 |
| Annexe 3 – Aperçu des cheminements du développement de Karaté Canada | 28 |
| Annexe 4 – Critères et formulaires d'évaluation..... | 30 |

Collecte, utilisation et communication des renseignements personnels

L'Association canadienne des entraîneurs (ACE) en collaboration avec ses partenaires du Programme national de certification des entraîneurs (PNCE) ne collectent, n'utilisent et ne communiquent que les renseignements personnels nécessaires à la prestation de services ou d'information aux gens, à la gestion de dossiers de formation des entraîneurs et des entraîneuses du PNCE, aux recherches et pour autres fins telles qu'indiquées dans la politique sur la protection des renseignements personnels de l'ACE.

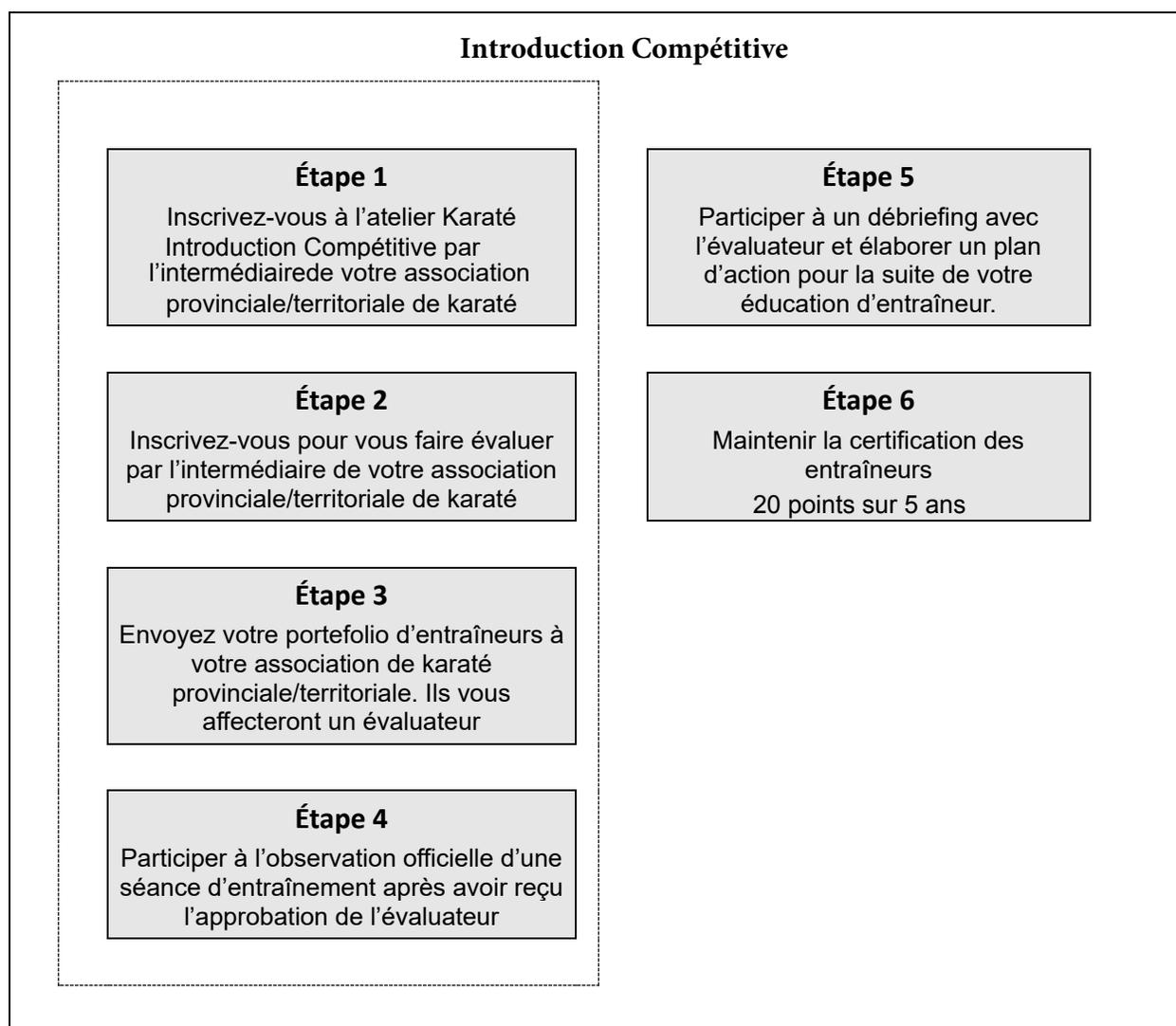
L'ACE ne fait ni le commerce, ni la vente ni l'échange des renseignements personnels obtenus contre rétribution. La collecte, l'utilisation et la communication de renseignements personnels par l'ACE se fait conformément à sa politique sur la protection des renseignements personnels disponible au www.coach.ca.

Introduction

Félicitations pour votre engagement dans les premières étapes du volet Compétition en vue de devenir un(e) entraîneur(e) certifié(e) du Programme national de certification des entraîneurs de Karaté Canada!

Le Portfolio de l'entraîneur(e) est le premier module de ce processus. Vous devez remplir et soumettre le portfolio à un évaluateur ou à une évaluatrice avant qu'il ou elle puisse évaluer formellement vos habiletés à entraîner.

Le diagramme suivant présente toutes les étapes du processus de formation et de certification.



Le portfolio a pour but de permettre à l'entraîneur(e) de démontrer ses compétences d'entraînement et qu'il ou elle est prêt(e) à participer à une observation formelle.

Pour ce, vous devez effectuer certaines tâches, soit les tâches 1 à 4 pour le profil Instruction – Débutant(e), et les tâches 1 à 6 pour le profil Compétition – Introduction :

Tâche 1 – Remplir un formulaire de profil d'entraîneur(e)

Tâche 2 – Concevoir un Plan d'action d'urgence (PAU)

Tâche 3 – Concevoir un Modèle de référence pour l'analyse de la performance

Tâche 4 – Effectuer l'évaluation en ligne du module Prise de décisions éthiques

Tâche 5 - Faire remplir un formulaire d'évaluation des règles par un(e)
officiel(le)

Tâche 6 - Concevoir 2 planifications de séance d'entraînement

Vous trouverez les formulaires pour chacune des tâches dans les pages suivantes. Des directives sont incluses, au besoin.

Si vous ne vous sentez pas prêt(e) à effectuer une tâche, inscrivez-vous à un atelier de formation qui vous permettra d'acquérir la formation et l'expérience nécessaires. Veuillez vous adresser à votre organisme provincial de sport ou à l'évaluateur ou à l'évaluatrice assigné(e) pour plus de renseignements concernant les ateliers dans votre région.

Tâche 1 – Remplir un formulaire de profil d'entraîneur(e)

| Formulaire de profil d'entraîneur(e) | | | | | | | | | | |
|---|-----------|-----|--|----------|-----------|-------------------------------|-------------|--|--|--|
| Nom | | | | | Numéro CC | | | | | |
| | Nom | | | Prénom | | | | | | |
| Adresse | | | | | | | | | | |
| | N° | Rue | | | | | | | | |
| | Ville | | | Province | | | Code postal | | | |
| | | | | | | | | | | |
| Tél. | () | | | () | | | () | | | |
| | Résidence | | | Travail | | | Télécopieur | | | |
| Courriel | | | | | | | | | | |
| Nombre d'années d'entraînement (de coaching) | | | | | | | | | | |
| Profil d'entraînement principal | | | | | | | | | | |
| Nom du club | | | | | | | | | | |
| Entraîneur(e)-chef | | | | | | | | | | |
| Description du contexte d'entraînement | | | | | | | | | | |
| Nombre d'athlètes | | | | | | Durée moyenne d'une séance | | | | |
| Âge de l'athlète le ou la plus jeune (années) | | | | | | Nombre de séances par semaine | | | | |
| Âge de l'athlète le plus vieux ou la plus vieille (années) | | | | | | Nombre de semaines par année | | | | |
| Liste de vérification des réalisations | | | | | | | | | | |
| Tâche | | | | | Oui | Date (jj/mm/année) | | | | |
| Tâche 1: Formulaire de profil d'entraîneur(e) | | | | | | | | | | |
| Tâche 2 : Plan d'action d'urgence | | | | | | | | | | |
| Tâche 3 : Modèle de référence pour l'analyse de la performance en karaté | | | | | | | | | | |
| Tâche 4 : Évaluation en ligne du module Prise de décisions éthiques | | | | | | | | | | |
| Tâche 5 : Formulaire d'évaluation des règles par un(e) officiel(le) (s'il y a lieu) | | | | | | | | | | |
| Tâche 6 : Deux planifications de séance d'entraînement (s'il y a lieu) | | | | | | | | | | |

Tâche 2 : FORMULAIRE d'évaluation de l'entraîneur(e) - Introduction Compétitive

Ce formulaire doit servir à fournir à l'entraîneur(e) une rétroaction sur son habileté à gérer un programme sportif. Il pourrait être présenté avec le portfolio et utilisé par un évaluateur ou par une évaluatrice formé(e) et accrédité(e) dans le but de prouver que les critères provenant d'autres sources ont été respectés.

Examen du rendement — Évaluation par l'intervenant(e)

Cochez la case appropriée. Ce formulaire d'évaluation a été rempli par :

| | | | |
|--|--------------------------|--|--------------------------------------|
| | Participant/ Étudiant | | Mentor /Sensei/ autre Instructeur |
|--|--------------------------|--|--------------------------------------|

chaque énoncé présenté ci-dessous, encerclez le numéro qui représente l'évaluation que vous faites de l'entraîneur(e) à l'égard du respect de chacune des preuves (jamais, parfois, souvent, toujours, sans objets).

| L'entraîneur(e) gère l'administration et la logistique en... | Jamais | Parfois | Souvent | Toujours | so |
|--|--------|---------|---------|----------|----|
| Fournissant des renseignements à jour à l'égard du programme par le truchement de bulletins d'information, de courriels, de site Web ou de communiqués | | | | | |
| Faisant connaître sa philosophie du programme | | | | | |
| Indiquant clairement les coûts du programme | | | | | |
| S'assurant que les participant(e)s comprennent les règles propres au sport et les conséquences du non-respect de ces règles | | | | | |
| Collaborant avec des bénévoles qui aident à mener à bien le programme | | | | | |
| S'assurant qu'aucun coût supplémentaire non prévu et qui aurait pu être évité n'est facturé | | | | | |
| Faisant état des progrès de l'athlète quant à ses habiletés propres au sport | | | | | |
| Formulant des recommandations pertinentes relatives au développement du programme | | | | | |
| Supervisant les autres entraîneur(e)s (aide-entraîneur (e)) | | | | | |
| L'entraîneur(e) aide à résoudre les conflits dans notre sport en... | Jamais | Parfois | Souvent | Toujours | SO |
| Décrivant clairement les attentes relatives au comportement et à l'engagement dans le sport | | | | | |
| Faisant la promotion de la communication et en facilitant l'échange entre les intervenants | | | | | |
| Facilitant la communication pour clarifier les malentendus | | | | | |
| Favorisant les relations positives entre les intervenant(e)s | | | | | |
| Agissant comme modérateur pour aider à comprendre les causes des conflits potentiels | | | | | |

| | | | | | |
|--|--------|---------|---------|----------|-----------|
| Faisant preuve d'un fort leadership et d'une stricte équité lors des conflits | | | | | |
| L'entraîneur(e) prend les mesures nécessaires pour promouvoir un sport sans dopage en... | Jamais | Parfois | Souvent | Toujours | SO |
| Aidant les athlètes à reconnaître les substances illicites | | | | | |
| Éduquant adéquatement les athlètes en matière de protocoles de tests de dépistage des drogues | | | | | |
| Renforçant les conséquences de la consommation de substances interdites | | | | | |
| Aidant les athlètes à comprendre ce qu'est l'utilisation appropriée de suppléments nutritifs | | | | | |
| Demandant aux athlètes d'identifier les drogues ou les suppléments qu'ils et elles consomment actuellement | | | | | |
| Faisant la promotion de l'esprit sportif et de sport sans dopage | | | | | |

Nom du Mentor/Étudiant _____

DATE: _____

Tâche 3 – Concevoir un plan d'action d'urgence (PAU)

La préparation d'un Plan d'action d'urgence (PAU) vous aidera à agir calmement et efficacement dans le cas d'une situation d'urgence.

Vous devez disposer d'un PAU pour les installations ou le site où se déroulent habituellement vos séances d'entraînement et pour tout site ou toute installation où vous tenez des séances d'entraînement particulières. Un PAU peut être simple ou encore très élaboré et doit comprendre les mesures suivantes :

- Déterminer à l'avance la personne responsable dans le cas d'une situation d'urgence (il peut s'agir de l'entraîneur(e)).
- Posséder un téléphone cellulaire chargé.
- Avoir avec soi les numéros de téléphone utiles en cas d'urgence (responsable des installations, service des incendies, police, ambulance) ainsi que la liste des personnes à joindre que vous auront remise vos athlètes (père et mère, tuteur et tutrice, proches parents, médecin de famille).
- Avoir sous la main la fiche médicale de chaque athlète de manière à pouvoir fournir l'information nécessaire au personnel médical d'urgence. Joindre à cette fiche un formulaire de consentement signé par le parent ou le tuteur ou la tutrice qui autorise tout traitement médical en cas d'urgence.
- Dresser une liste des directives à fournir aux responsables du service d'urgence afin qu'ils et elles puissent parvenir le plus rapidement possible au lieu d'entraînement. Inclure des renseignements tels que l'intersection principale la plus près, les rues à sens unique et les principaux points de repère.
- Avoir en tout temps en votre possession une trousse de premiers soins complète (les entraîneur(e)s sont fortement encouragé(e)s à suivre une formation en premiers soins).
- Déterminer à l'avance une « personne responsable des appels » qui aura comme tâches de communiquer avec les autorités médicales et, au besoin, d'assister la personne responsable. La personne responsable des appels doit pouvoir donner des directives précises au service d'urgence afin que le personnel médical puisse parvenir le plus rapidement possible au lieu d'entraînement.

Allez sur le site www.coach.ca pour compléter le Plan d'Action d'Urgence en ligne pour l'inclure dans votre portefeuille.

Tâche 4 – Concevoir un Modèle de référence pour l'analyse de la performance

La conception d'un Modèle de référence pour l'analyse de la performance vous permet d'évaluer votre capacité à analyser les performances en karaté.

Modèles de référence

Le Modèle de référence pour l'analyse de la performance qui est présenté aux deux pages suivantes décrit un arbre de décision dont vous pouvez vous servir pour repérer et corriger les erreurs d'exécution d'habiletés. Ce diagramme fournit les grandes lignes pour la création d'un Modèle de référence. Le nombre de détails contenus dans votre modèle dépendra de l'habileté que vous choisirez et du profil dans lequel vous entraînez. Le modèle comprend les étapes suivantes :

Phase de l'intention

Sélectionnez une habileté ou une tactique fréquemment utilisée en Karaté, et réfléchissez à la façon dont les athlètes devraient exécuter les éléments clés – les détails d'une habileté qui ont une incidence sur la performance finale – de chacune des phases du mouvement. Il s'agit de la *performance attendue*.

Phase de détection

La phase de détection comprend ce qui suit :

- Observer la performance.*** Pour procéder à l'observation, vous devrez choisir plusieurs points d'observation afin d'identifier le plus justement possible le résultat attendu et les éléments clés. En adoptant différents points de vue, vous repèrerez peut-être des éléments clés différents ou d'autres incidences possibles sur la performance. Il est important que votre stratégie d'observation vous permette d'établir clairement quelle est la performance recherchée.
- Détecter les écarts.** En observant la performance, vous commencerez à rechercher les écarts entre la performance réelle et la performance attendue.
- Identifier les raisons pour lesquelles il y a des écarts.** Parmi les raisons qui expliquent les écarts, on peut mentionner l'équipement, l'environnement, la psychologie, les qualités athlétiques, les tactiques, la technique et la biomécanique.

Vous devrez peut-être répéter ces étapes plus d'une fois avant de prendre une décision à propos de ce qui doit être corrigé. La principale question que vous devez vous poser est la suivante : **À quel moment l'écart entre la performance réelle et la performance attendue devient-il suffisamment important pour justifier une intervention de la part de l'entraîneur(e)?**

Phase de correction

La phase de correction vous aide à réduire l'écart entre la performance réelle et la performance attendue. Les mesures correctives comprennent notamment les interventions liées à l'enseignement, la modification des activités ou des exercices et les interventions en compétition. Le choix d'une mesure corrective requiert que vous réfléchissiez à la façon dont vous allez l'appliquer lors d'une séance d'entraînement ou d'une compétition.

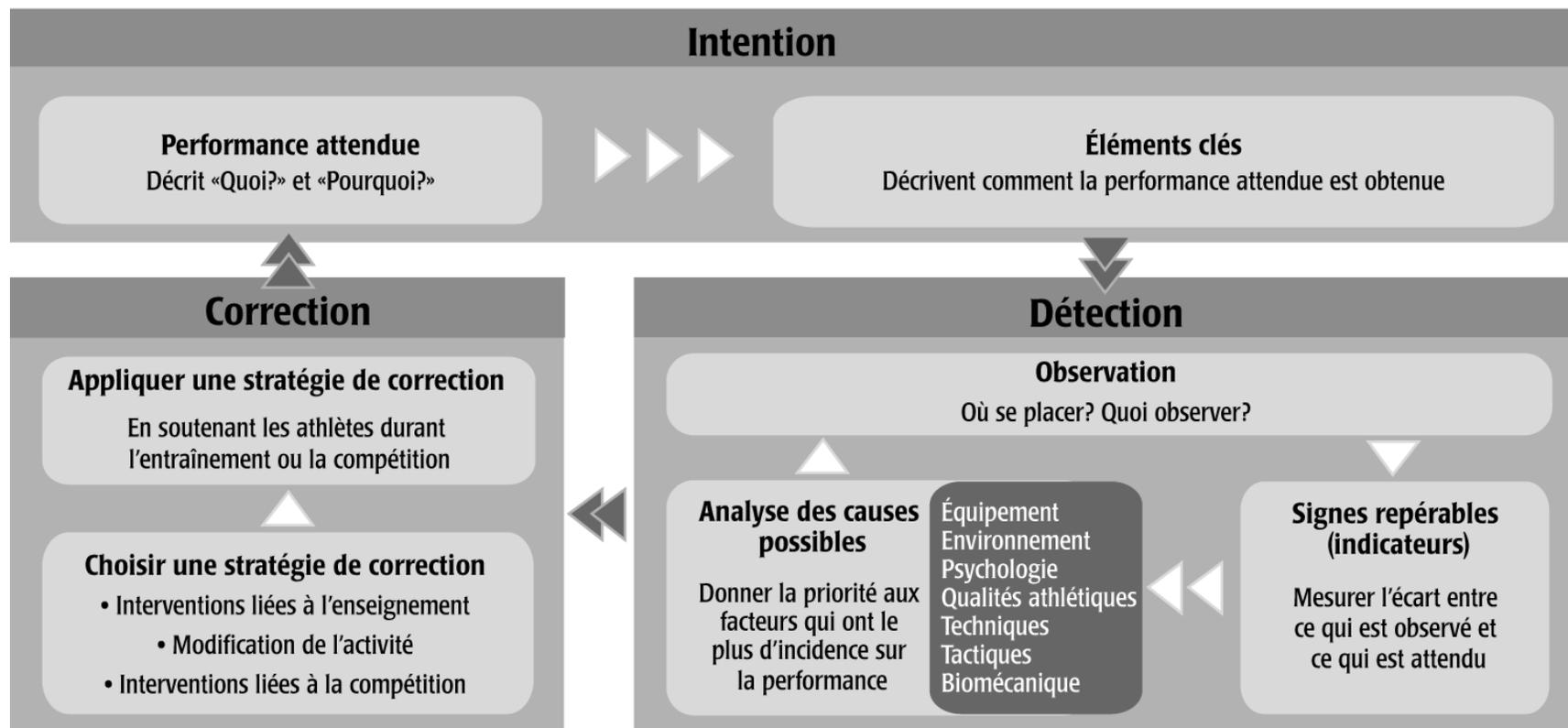
Modèle de référence pour l'analyse de la performance



Programme national de certification des entraîneurs



Association canadienne des entraîneurs



| Analyse des facteurs | | | | | | |
|---|--|---|--|--|---|---|
| Équipement | Environnement | Psychologie | Qualités athlétiques | Techniques | Tactiques | Biomécanique |
| <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Ajustement <input type="radio"/> Réglage <input type="radio"/> Type | <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Météo <input type="radio"/> Surface <input type="radio"/> Éclairage <input type="radio"/> Altitude <input type="radio"/> Pollution | <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Peur <input type="radio"/> Motivation <input type="radio"/> Autoefficacité <input type="radio"/> Croyances <input type="radio"/> Concentration <input type="radio"/> Attention <input type="radio"/> Contrôle du niveau d'éveil <input type="radio"/> Reconnaissance des indices <input type="radio"/> Perception | <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Force <input type="radio"/> Endurance <input type="radio"/> Vitesse <input type="radio"/> Flexibilité | <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Éléments clés <input type="radio"/> Phases du mouvement | <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Prise de décisions <input type="radio"/> Plan de compétition <input type="radio"/> Sélection/substitution | <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Plans de mouvement <input type="radio"/> Principes biomécaniques |
| Signes repérables ou indicateurs d'écarts | | | | | | |

| Mesures correctives | | |
|--|---|--|
| Interventions liées à l'enseignement | Modification de l'exercice ou de l'activité | Interventions liées à la compétition |
| <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Aider ou rassurer. <input type="radio"/> Expliquer ou poser des questions. <input type="radio"/> Simplifier – réduire le nombre de variables à traiter ou utiliser des exemples. <input type="radio"/> Employer une stratégie reposant sur les habiletés mentales (p. ex., recentrage, visualisation ou établissement d'objectifs). <input type="radio"/> Faire une démonstration de la performance recherchée ou l'exécuter soi-même. <input type="radio"/> Fournir des rétroactions ou des résultats. <input type="radio"/> Modifier son approche en fonction du style d'apprentissage des athlètes. | <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Modifier l'équipement. <input type="radio"/> Modifier les exigences de la tâche ou la répéter. <input type="radio"/> Modifier la progression. <input type="radio"/> Modifier la vitesse ou le choix du moment. <input type="radio"/> Modifier l'espace ou changer d'environnement. <input type="radio"/> Modifier les ratios travail-repos ou l'intensité. | <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Modifier l'équipement. <input type="radio"/> Changer de tactique ou de plan de match. <input type="radio"/> Effectuer des substitutions. <input type="radio"/> Modifier la sélection. <input type="radio"/> Employer une stratégie reposant sur les habiletés mentales (p. ex., recentrage, visualisation ou établissement d'objectifs). <input type="radio"/> Fournir des rétroactions ou des résultats. |

Habilités pour votre Modèle de référence

Utilisez l'une des habiletés suivantes pour créer de votre Modèle de référence :

- Mouvement de kata de compétition
- Kizami-zuki
- Gyaku-zuki
- Mawashi-geri jambe arrière au corps
- Masawshi-geri jambe avant au visage
- Balayage
- Autres technique de combat
(compétition) simple ou en combinaison

Feuille de travail : Modèle de référence pour l'analyse de la performance

| Sport : Karaté | | Profil : Instruction – Débutant(e) / Compétition – Introduction | |
|--|--------------------|--|---------------------|
| Habilitété | Performance prévue | | Éléments clés |
| Analyse des facteurs | Priorité É/M/F | Signes repérables (indicateurs) ou intervention (écart) | Mesures correctives |
| Équipement Équipement propre au karaté pouvant limiter la performance (équipement protecteur inadéquat ou mal ajusté, etc.) | | | |
| Environnement Facteurs environnementaux susceptibles de nuire à la performance (surface, température, éclairage, etc.) | | | |
| Psychologie Facteurs internes à l'athlète pouvant nuire à sa perception d'une tâche, d'une performance ou d'une activité (peur, confusion, concentration, motivation, centres d'intérêt, etc.) | | | |
| Qualités athlétiques Habilités physiques pouvant limiter la performance (force, endurance, souplesse, etc.) | | | |
| Techniques Aspects de l'exécution technique qui influent sur la performance (éléments clés, phases du mouvement) | | | |
| Tactiques Facteurs associés à l'intention d'une habileté pouvant influencer sur la performance (la prise de décision, par exemple) | | | |
| Biomécanique Aspects de la biomécanique pouvant influencer sur la performance (plans de mouvement, principes biomécaniques) | | | |

Vous trouverez un exemple d'un Modèle de référence complet à la page suivante.

Exemple d'un Modèle de référence pour l'analyse de la performance

| Sport : Karaté | | Profil : Instruction – Débutant(e) / Compétition – Introduction | |
|---|---|--|---|
| Habilité | Performance prévue | Éléments clés | |
| <ul style="list-style-type: none"> ○ Fondements de la distance et du temps ○ Observés dans tous les éléments de la séance | <ul style="list-style-type: none"> ○ Attaquer et se défendre depuis la bonne distance et dans le bon temps | <ul style="list-style-type: none"> ○ La distance est différente selon que l'athlète effectue une technique de main ou de pied ○ Les techniques de main s'effectuent généralement dans une distance rapprochée, tandis que les coups de pied s'effectuent généralement dans une distance plus éloignée ○ Le bon temps doit être ajusté à la distance et au mouvement de l'adversaire | |
| Analyse des facteurs | Priorité É/M/F | Signes repérables (indicateurs) ou intervention (écart) | Mesures correctives |
| Équipement | F | <ul style="list-style-type: none"> ○ L'athlète trébuche sur le pantalon de son karatégi ○ Incapacité de voir les mains ○ L'équipement protecteur se détache et tombe | <ul style="list-style-type: none"> ○ Assurer le port d'équipement adéquat |
| Environnement | F | <ul style="list-style-type: none"> ○ Déplacement hors limite ○ L'athlète glisse sur le tatami | <ul style="list-style-type: none"> ○ Entraîner les athlètes dans des situations où ils et elles doivent respecter des limites précises ○ Nettoyer les tatamis |
| Psychologie | M | <ul style="list-style-type: none"> ○ Tête tournée du côté opposé /yeux fermés | <ul style="list-style-type: none"> ○ Proposer des exercices qui favoriseront le contact visuel avec l'adversaire/la cible |
| Qualités athlétiques | M | <ul style="list-style-type: none"> ○ Exécution de techniques lentes ou faibles | <ul style="list-style-type: none"> ○ Entraîner les muscles à fibres rapides ○ Proposer des exercices de résistance avec des bandes élastiques |
| Techniques | É | <ul style="list-style-type: none"> ○ Utilisation du mauvais type de technique | <ul style="list-style-type: none"> ○ Appliquer les éléments clés appropriés |
| Tactiques | É | <ul style="list-style-type: none"> ○ Trop rapproché(e) /trop éloigné(e) | <ul style="list-style-type: none"> ○ Augmenter l'entraînement à la distance |
| Biomécanique | M | <ul style="list-style-type: none"> ○ Mauvais équilibre | <ul style="list-style-type: none"> ○ Proposer des exercices d'équilibre |

Tâche 5 – Effectuer l'évaluation en ligne du module Prise de décisions éthiques

Participer à l'évaluation en ligne du module Prise de décisions éthiques à www.coach.ca vous familiarisera au processus de prise de décisions éthiques du PNCE.

Voici les étapes à suivre dans l'ordre :

1. Participez à un module de formation PDÉ approprié. Ce module est disponible par Karaté Québec. Communiquez avec l'évaluateur ou l'évaluatrice assigné(e) pour obtenir plus de renseignements concernant ces formations.
2. Effectuer l'évaluation en ligne du module PDÉ. Visitez le www.coach.ca, cliquez sur *Formation et certification*, cliquez sur *Index*, et cliquez sur l'icône à la droite de la page pour l'évaluation en ligne du module PDÉ. Vous trouverez tous les renseignements nécessaires pour procéder à l'évaluation.

Si vous n'avez pas participé au module de formation, vous serez facturé des frais pour l'évaluation en ligne et sera limité à deux tentatives - après quoi vous devrez prendre l'atelier. Si vous avez participé à un module de formation, l'évaluation est gratuite, et vous aurez un nombre illimité de tentatives pour le passer.

TÂCHE 6 – FAIRE REMPLIR UN FORMULAIRE D'ÉVALUATION DES RÈGLES PAR UN(E) OFFICIEL(LE)

Ce formulaire d'évaluation doit être rempli par un(e) officiel(le) national(e) qui peut confirmer que vous avez participé à un séminaire d'arbitrage au cours duquel les règles officielles de la Fédération mondiale de karaté (FMK) ont été présentées.

| Formulaire d'évaluation des règles par un(e) officiel(le) – Compétition – Introduction | | | | | | |
|---|---|------------------|--------------|--------------------------|---|----|
| Nom de l'entraîneur(e) | | | | | | |
| | | Nom | | Prénom | | |
| Pour chaque élément présenté ci-dessous, utilisez la légende suivante afin d'évaluer l'entraîneur(e) candidat(e). | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | | | |
| Totalement en désaccord (TD) | | En désaccord (D) | D'accord (A) | Totalement d'accord (TA) | | |
| Évaluez chaque affirmation ci-dessous en indiquant un « X » dans la case de droite appropriée. | | | | | | |
| | | | TD | D | A | TA |
| 1. | L'entraîneur(e) comprend sommairement les règles de la compétition | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2. | L'entraîneur(e) démontre une compréhension approfondie des règles de la compétition | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. | L'entraîneur(e) comprend sommairement le système de repêchage | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. | L'entraîneur(e) démontre une compréhension approfondie du système de repêchage | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Répondez Oui ou Non aux questions 5 et 6 | | | Oui | Non | | |
| 5. | L'entraîneur(e) est déjà un(e) arbitre certifié(e) | | | | | |
| 6. | L'entraîneur(e) a déjà passé un examen pour évaluer sa connaissance des règles | | | | | |
| Si l'entraîneur(e) a déjà passé un examen pour évaluer sa connaissance des règles, vous devez tout de même évaluer les affirmations 1 à 4. | | | | | | |
| Officiel(le) évaluateur ou évaluatrice | | | | | | |
| Signature | | | Date | | | |
| Évaluateur/évaluatrice | | | | | | |
| | | Nom | | Prénom | | |

En apposant sa signature au bas de ce formulaire, l'officiel(le) évaluateur ou évaluatrice soutient que l'entraîneur(e) candidat(e) est prêt(e) à subir l'évaluation formelle lors d'une séance par un évaluateur ou une évaluatrice.

TÂCHE 7 – CONCEVOIR DEUX PLANIFICATIONS DE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

Cette tâche démontre votre capacité à planifier un cours de karaté. Vous devez soumettre votre première planification avant de demander une évaluation formelle. Un évaluateur ou une évaluatrice évaluera votre planification et vous offrira une rétroaction soulignant les éléments à améliorer. Cette planification aidera également l'évaluateur ou l'évaluatrice à déterminer si vous êtes prêt(e) à vous soumettre à l'observation formelle.

Votre deuxième planification de séance sera utilisée lors de votre observation formelle.

Les deux planifications doivent montrer comment vous planifieriez une séance et mettriez en œuvre une habileté tirée du Modèle de référence pour l'analyse de la performance. Ceci assurera l'objectivité lors de l'évaluation en vue de la certification.

Note : Dans le profil Compétition – Introduction, l'accent est mis sur l'analyse de la performance des *compétiteurs* et des *compétitrices*.

Le tableau ci-dessous présente des éléments précis qui devraient se trouver dans vos planifications de séance. Utilisez ce tableau comme guide pour la planification des séances d'entraînement.

| Segment de la séance | Éléments clés |
|-----------------------------|---|
| Introduction | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Accueillir les athlètes et les informer du déroulement de la séance <input type="checkbox"/> Dégager les éléments de sécurité dont il faudrait tenir compte pendant la séance d'entraînement |
| Échauffement /Souplesse | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Préparer le corps aux efforts physiques qui seront déployés pendant la partie principale <input type="checkbox"/> Commencer par un échauffement plus général pour passer ensuite à un échauffement plus spécifique et inclure des exercices propres au karaté |
| Partie principale | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Faire participer les athlètes à des activités qui les aideront à améliorer des habiletés et la forme physique propres au karaté <input type="checkbox"/> Inclure l'entraînement des systèmes d'énergie aérobie et anaérobie lactique, ainsi que des éléments techniques |
| Séance technique (Partie A) | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Communiquer les détails appropriés pour la séance technique, ainsi que les éléments clés et les qualités athlétiques qui seront vus |
| Séance technique (Partie B) | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Présenter les activités, les éléments clés et les qualités athlétiques appropriés qui seront vus <input type="checkbox"/> Décrire l'entraînement particulier de <i>kata</i> ou de <i>kumité</i> |
| Retour au calme | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Commencer la récupération <input type="checkbox"/> Inclure des activités appropriées telles que les étirements ou des exercices aérobies légers |
| Conclusion | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Faire un bilan de l'entraînement <input type="checkbox"/> Donner des renseignements aux athlètes concernant la prochaine séance d'entraînement ou compétition à venir |

| Segment de la séance | Éléments clés |
|-----------------------------|---|
| | <input type="checkbox"/> Inclure une récapitulation des principes d'entraînement clés appliqués lors de la séance |

Servez-vous des modèles trouvés aux pages suivantes pour concevoir vos séances d'entraînement.

Structure d'une séance d'entraînement

| Segment de la séance | Durée | Éléments clés |
|--------------------------|--|---|
| Introduction | Variable 2 - 3 min | <p>Avant la séance :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Inspecter le <i>dojo</i> <input type="checkbox"/> Préparer l'équipement du <i>dojo</i>, ainsi que l'équipement dont se serviront les athlètes <input type="checkbox"/> Accueillir et saluer chaque athlète <input type="checkbox"/> S'informer de l'état de chaque athlète. <p>Au début de la séance :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Passer en revue les objectifs de la séance d'entraînement et les activités prévues <input type="checkbox"/> Donner les consignes précises qui s'appliquent aux activités qui seront effectuées |
| Échauffement | 5 -10 min 8 -15 min Varie selon l'âge et le niveau | <p>Échauffement général :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Proposer des exercices généraux ou des jeux pour détendre les muscles et augmenter la température corporelle (selon l'âge) <input type="checkbox"/> Proposer des étirements progressifs (les étirements dynamiques sont les plus appropriés au début) <p>Échauffement spécifique :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Proposer des activités brèves déjà connues des athlètes qui imitent certains des mouvements de la partie principale (peut inclure certaines activités de la partie principale qui sont effectuées à une intensité plus faible); travailler la bonne filière énergétique <input type="checkbox"/> Assurer une augmentation graduelle de l'intensité, sans pour autant fatiguer les athlètes <input type="checkbox"/> Assurer une transition rapide entre la fin de l'échauffement, les explications ou démonstrations des premières activités de la partie principale et les activités elles-mêmes |
| Partie principale | Variable; habituellement ≤ 60 min | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Proposer 3 activités ou plus entre lesquelles il y a un lien et qui sont exécutées dans le bon ordre <input type="checkbox"/> S'assurer de choisir des activités stimulantes qui permettent aux athlètes d'apprendre et de s'améliorer tout en s'amusant; commencer à utiliser des concepts de complexité de base <input type="checkbox"/> Utiliser les filières énergétiques et les muscles nécessaires aux besoins de la séance <input type="checkbox"/> Accorder des pauses pour favoriser l'hydratation <input type="checkbox"/> S'assurer que les athlètes sont activement engagé(e)s la majeure partie du temps (c.-à-d. ils ou elles ne doivent pas rester inactifs ou inactives ni attendre en ligne) <input type="checkbox"/> Allouer suffisamment de temps d'entraînement pour chaque activité et les répétitions d'exercices au besoin <input type="checkbox"/> S'assurer que les activités conviennent à l'âge, au sexe et à la capacité des athlètes |
| Retour au calme | 5 -10 min | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Diminuer graduellement l'intensité <input type="checkbox"/> Assurer des étirements lents et passifs pour les muscles les plus sollicités |
| Conclusion | 3 - 5 min | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Offrir et recevoir des commentaires sur ce qui a bien fonctionné et suggérer certaines améliorations au besoin <input type="checkbox"/> Donner des renseignements aux athlètes concernant la prochaine séance d'entraînement ou le prochain objectif à atteindre <input type="checkbox"/> Demander aux athlètes s'ils ou si elles ont des questions ou des préoccupations <input type="checkbox"/> S'entretenir avec chaque athlète avant qu'il ou elle ne quitte |

| Practice plan | | | | | | |
|----------------------------|---|------------------|--|------------------|--|-------------------------------|
| Équipe : | | Date: | | Durée :de | | à |
| Âge/Niveau : | | | | | | |
| Lieu : | | Objectif: | | | | |
| Équipement Requis : | | | | | | |
| Introduction | | | | | | Messages clés/sécurité |
| | | | | | | |
| Échauffement | Prévoir un échauffement général et spécifique | | | | | Messages clés/sécurité |
| | | | | | | |
| | | | | | | Équipement requis |
| | | | | | | |
| Partie principale | Porter attention à l'ordre des activités | | | | | Messages clés/sécurité |
| | | | | | | |
| | | | | | | Équipement requis |
| | | | | | | |
| Retour au calme | | | | | | Messages clés/sécurité |
| | | | | | | |
| Conclusion | | | | | | Messages clés/sécurité |
| | | | | | | |

| Plan de séance d'entraînement | | | |
|-------------------------------|---|-------------------|-------------------------------|
| Équipe : | | Date : | |
| Âge/Niveau : | | | |
| Lieu : | | Objectif : | |
| Équipement Requis : | | | |
| Introduction | | | Messages clés/sécurité |
| | | | |
| Échauffement | Prévoir un échauffement général et spécifique | | Messages clés/sécurité |
| | | | |
| | | | Équipement requis |
| | | | |
| Partie principale | Porter attention à l'ordre des activités | | Messages clés/sécurité |
| | | | |
| | | | Équipement requis |
| | | | |
| Retour au calme | | | Messages clés/sécurité |
| | | | |
| Conclusion | | | Messages clés/sécurité |
| | | | |

Annexe 1 – Code d'éthique du PNCE



Programme
national de
certification des
entraîneurs

Code d'éthique du PNCE

Objectif

Le Code d'éthique du Programme national de certification des entraîneurs^{MC} (PNCE) établit les normes éthiques qui reflètent les valeurs fondamentales de la profession d'entraîneur au Canada. Il vise à aider les entraîneurs à atteindre leurs objectifs personnels et ceux des participants et des équipes par la prise de décisions équilibrées. Il définit ce qu'est un comportement acceptable et non acceptable, ainsi que les répercussions applicables, et s'applique à tous les entraîneurs du Canada, du débutant à l'entraîneur-chef d'une équipe nationale.

Principes de base et normes éthiques

Les entraîneurs valorisent 1) le leadership et le professionnalisme, 2) la santé et la sécurité, 3) le respect et l'intégrité. Chacun de ces principes est associé à des comportements éthiques attendus des entraîneurs et des responsables du développement des entraîneurs du PNCE au Canada, que ce soit en personne ou en ligne, sur le terrain comme ailleurs.



¹ « Participants » comprend notamment les athlètes, les adversaires, les parents, les autres entraîneurs, les bénévoles, les administrateurs, les officiels, les membres du personnel médical et les membres de l'équipe de soutien intégré, sans égard à leur race, leur ascendance, leur lieu d'origine, leur couleur, leur religion, leur citoyenneté, leurs croyances, leur sexe, leur orientation sexuelle, leur identité ou leur expression de genre, leur âge, leur état civil, leur situation familiale ou leur capacité mentale ou physique. (Source : Centre canadien pour l'éthique dans le sport [CCES])

Annexe 2 – Aperçu des résultats d'évaluation

Les entraîneur(e)s doivent être évalué(e)s alors qu'ils et elles entraînent des athlètes d'un profil d'entraînement particulier. Ce qui signifie généralement des athlètes qui s'entraînent dans l'environnement du *dojo* et qui apprennent les habiletés et les concepts de base du karaté pour la compétition. Les adultes novices peuvent également servir à l'évaluation.

Le tableau suivant présente les priorités propres au karaté dans les profils Instruction – débutant(e)s et Compétition – Introduction.

| Priorités du profil Instruction – Débutant(e)s | | |
|--|--|---------------------------------------|
| Plaisir | Améliorer l'estime de soi | Développer la bonne attitude |
| Améliorer la forme physique | Développer des habiletés fondamentales | <i>Waza</i> fondamentaux |
| Apprendre des habiletés motrices | <i>Kumité/kata fondamentaux</i> | Fondements de la distance et du temps |
| Développer des habiletés d'apprentissage | Promouvoir la santé | Respect et courtoisie |
| Sources d'énergie fondamentales | <i>Kihon</i> fondamentaux | Apprendre à établir des objectifs |
| Priorités du profil Compétition – Introduction | | |
| Acquérir des habiletés de compétition de base | Améliorer la souplesse | Développer le plein potentiel |
| Apprendre l'éthique du sport | <i>Dojo</i> c. compétition | Entraîner les filières énergétiques |
| Comprendre les règles de la compétition | Expérience de compétition | Commencer la compétition |
| Apprendre la tactique et la stratégie | Entraîner le corps | Besoins nutritionnels |

Aperçu des résultats d'évaluation

| Résultat | Critères | Méthode |
|--|--|--|
| Prise de décisions éthiques Instruction – Débutant(e)s et Compétition – Introduction | <input type="radio"/> Appliquer le processus de prise de décisions éthiques | <input type="radio"/> Évaluation en ligne du module PDE |
| Soutien aux athlètes en entraînement Instruction – Débutant(e)s et Compétition – Introduction | <input type="radio"/> Assurer un lieu d'entraînement sécuritaire <input type="radio"/> Mettre en œuvre une séance d'entraînement structurée et organisée <input type="radio"/> Développer des interventions qui favorisent l'apprentissage | <input type="radio"/> Observation formelle lors d'une séance d'entraînement (de préférence) <input type="radio"/> Présentation et évaluation du portfolio <input type="radio"/> Analyse d'une présentation vidéo (logistique facultative) |
| Analyse de la performance Instruction – Débutant(e)s et Compétition – Introduction | <input type="radio"/> Repérer et corriger les erreurs liées à la performance des athlètes débutant(e)s <input type="radio"/> Repérer et corriger les erreurs de performance des athlètes commençant la compétition | <input type="radio"/> Observation formelle lors d'une séance d'entraînement (de préférence) <input type="radio"/> Observation formelle d'une vidéo (logistique facultative) <input type="radio"/> Pré-observation du portfolio présenté |
| Planification d'une séance d'entraînement Compétition – Introduction | <input type="radio"/> Organiser un ensemble d'activités d'apprentissage dans un plan qui prévoit l'apprentissage d'une ou de plusieurs habiletés <input type="radio"/> Concevoir un plan d'action d'urgence | <input type="radio"/> PAU présenté dans le portfolio de l'entraîneur(e) <input type="radio"/> Observation lors d'une séance d'entraînement (de préférence) <input type="radio"/> Analyse d'une présentation vidéo (logistique facultative) |
| Soutien de l'expérience compétitive Compétition – Introduction | <input type="radio"/> Préparer pour l'état de réceptivité en compétition <input type="radio"/> Intervenir efficacement pendant et après la compétition | <input type="radio"/> Présentation du portfolio de l'entraîneur(e) en vue d'une évaluation <input type="radio"/> Observation formelle lors d'une compétition <input type="radio"/> Mentorat avec un entraîneur(e) certifié(e) |

Normes minimales du PNCE en vue d'une certification

Le PNCE axé sur les compétences évalue la connaissance, les habiletés et les attitudes importantes dans divers milieux d'entraînement. L'évaluation doit tenir compte du cadre régissant la pratique de l'entraînement éthique préconisé par Sport Canada. Dans le cadre du PNCE, la certification est axée sur les résultats attendus et nécessite le recours à une évaluation s'appuyant sur la confirmation des compétences (preuves) qui suppose que : (1) l'entraîneur(e) peut prouver qu'il ou elle respecte certains critères, et (2) les preuves obtenues sont suffisantes pour juger si un critère donné a été respecté.

Le processus de certification nécessite également ce qui suit :

- Le processus d'évaluation doit aider l'entraîneur(e) à obtenir sa certification en mettant en lumière les preuves et les descripteurs qui sont utilisés pour juger un critère donné.
- Seul(e)s les évaluateurs et les évaluatrices formé(e)s et accrédité(e)s par le PNCE peuvent juger si un(e) entraîneur(e) respecte un critère donné.
- Il est possible d'obtenir la preuve du respect d'un critère par l'entremise de plusieurs sources, mais celles-ci doivent être conformes aux recommandations minimales s'appliquant à l'obtention de preuves fondées sur les résultats attendus particuliers faisant l'objet de l'évaluation.
- Les entraîneur(e)s désirant obtenir une certification doivent être formellement observé(e)s par un évaluateur ou une évaluatrice alors qu'ils et elles entraînent des athlètes ou des participant(e)s d'un profil d'entraînement particulier.

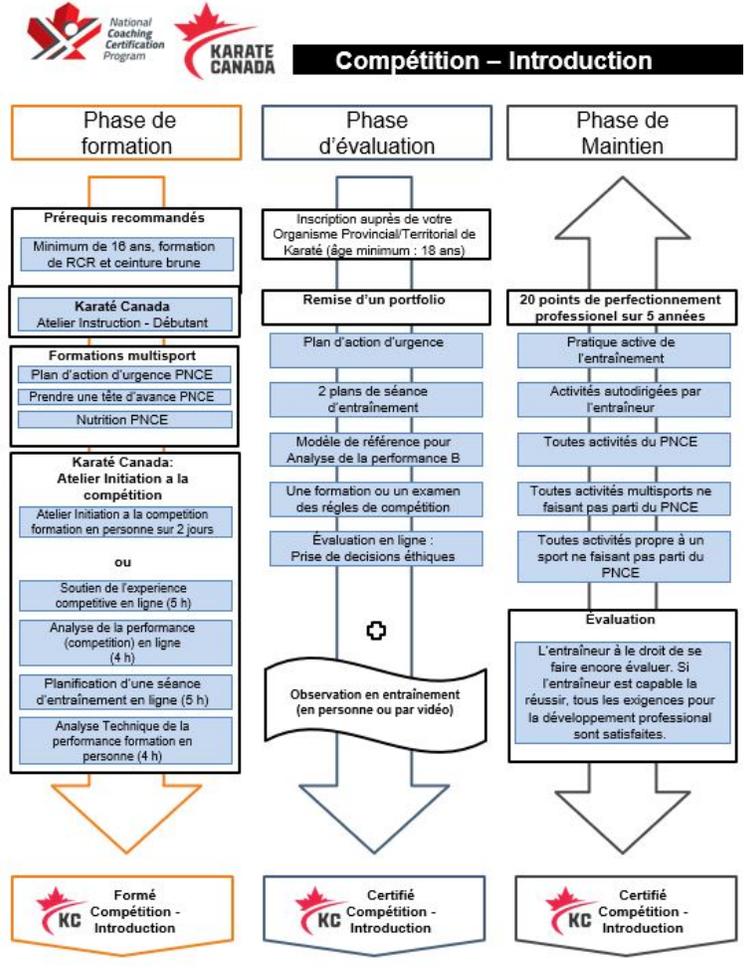
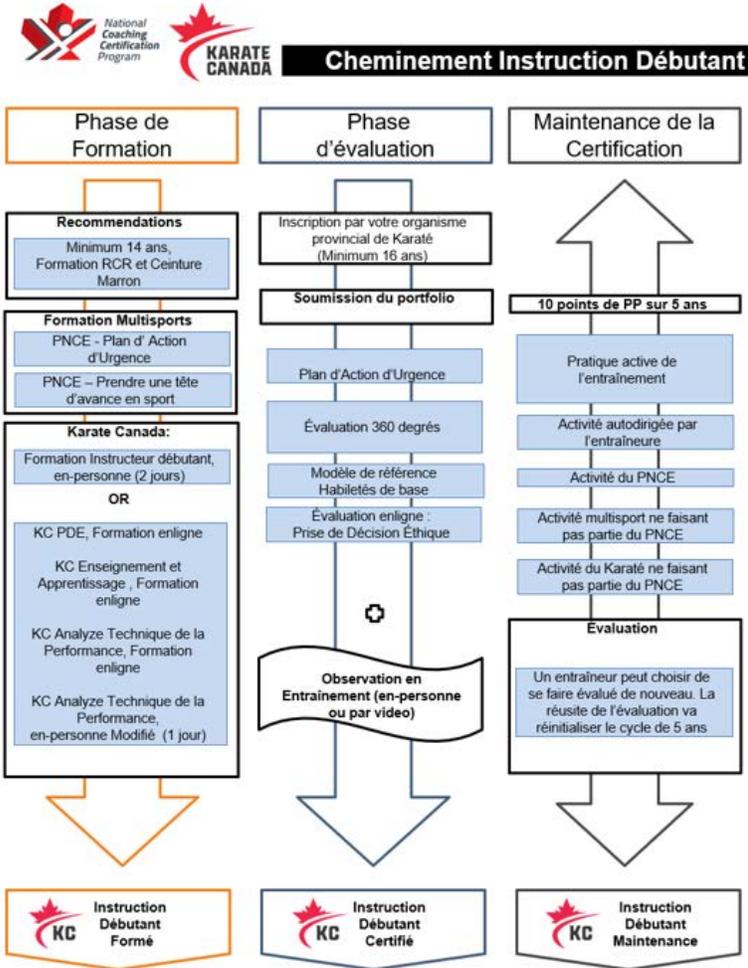
La certification est valide pour cinq ans. Les entraîneurs doivent conserver leur certification en accumulant 10 points de perfectionnement professionnel pour Inst. Beg.

Un(e) entraîneur(e) sera considéré(e) comme actif(ve) s'il ou si elle répond aux exigences suivantes :

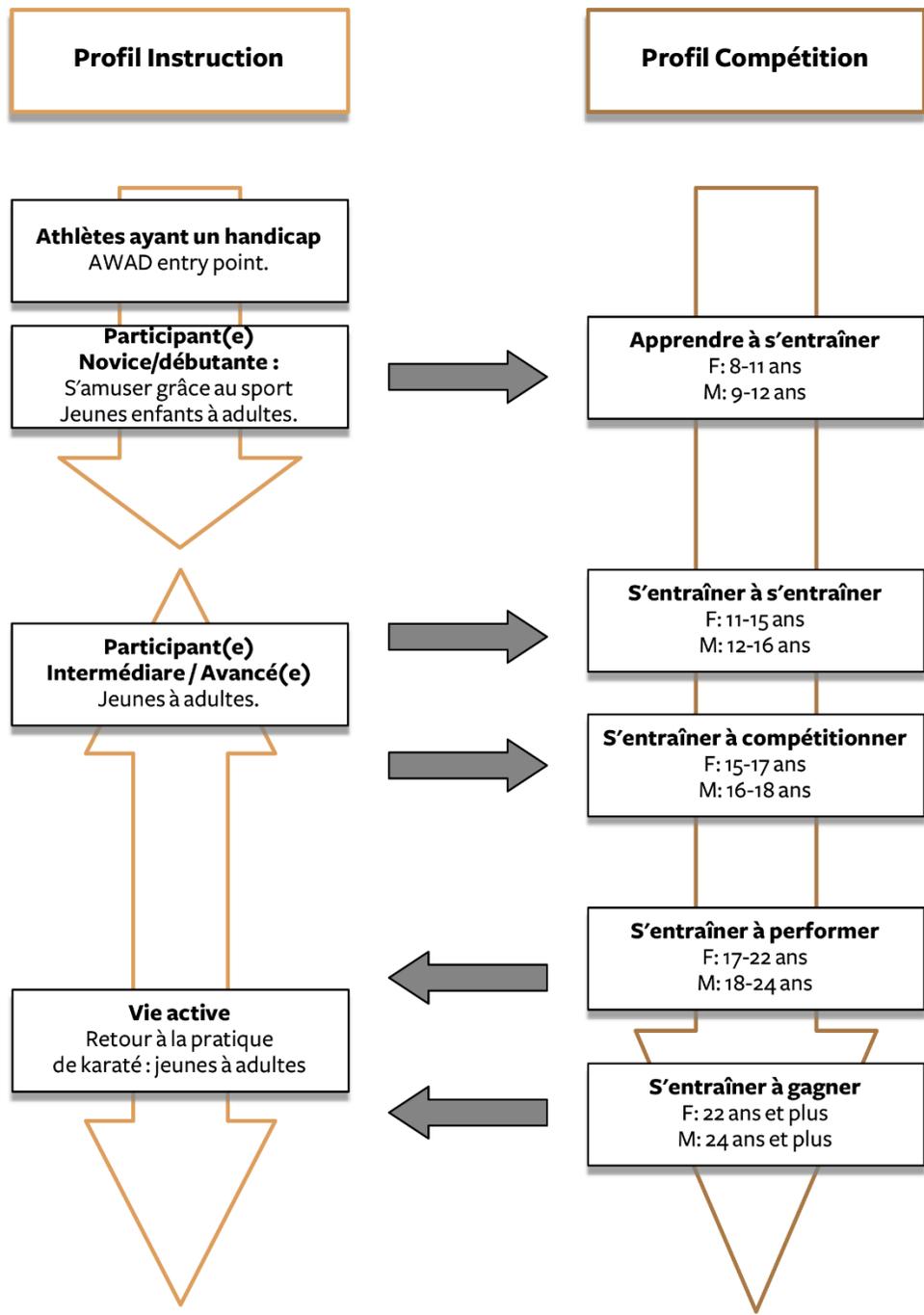
- Enseigner activement dans le *dojo*
- Se présenter ou participer à une des activités suivantes (des activités additionnelles pourront être reconnues si elles sont préapprouvées par un(e) représentant(e) provincial(e) du PNCE) :
 - Formation de perfectionnement professionnel
 - Modules de formation du PNCE (modules multisports ou modules propres au karaté)
 - Formation en premiers soins
 - Séances de formation par des formateurs et des formatrices d'évaluateurs et évaluatrices, des personnes-ressources, ou des formateurs et des formatrices de personnes-ressources
 - Ateliers offerts par des OPS multisport

- Séminaires/symposiums à l'intention des entraîneur(e)s compétitifs ou camps d'entraînement offerts par des comités d'entraîneur(e)s d'organismes provinciaux ou nationaux de sport
- Mentorat par un(e) entraîneur(e) certifié(e) du profil Compétition – Introduction

Annexe 4 – Aperçu des cheminements du développement de Karaté Canada



Karaté Canada : Modèle de développement du participant et de la participante



Annexe 6 – Critères et formulaires d'évaluation

(La réalisation des résultats attendus sera déterminée par l'utilisation de ces outils)

Introduction Compétitive : Facteurs d'évaluation

| Résultat | Critères | Preuve d'efficacité | Oui | Non |
|--|----------|---|-----|-----|
| Planification d'une séance d'entraînement (évaluée avant le début de la séance) | | Le plan de la séance identifie-t-il un objectif ou une série d'éléments clés qui seront vus pendant la séance? | | |
| | | Le plan de la séance fournit-il des renseignements de base, comme la date, l'heure, le lieu, et le nombre et le niveau de compétence des athlètes? | | |
| | | Le plan de la séance mentionne-t-il les besoins logistiques de base (c.-à-d., installations et équipement)? | | |
| | | Le plan de la séance est-il divisé en segments principaux comprenant une introduction, un échauffement, une partie principale, un retour au calme et une conclusion? | | |
| | | La durée de la séance et de chacun des segments est-t-elle indiquée? | | |
| | | Le plan présente-t-il une liste de facteurs clés ou de points d'enseignement se rapportant à l'objectif général? | | |
| | PAU | Le PAU indique-t-il les endroits où il y a des téléphones et les numéros de téléphone d'urgence? | | |
| | | Le PAU présente-t-il les directives permettant de se rendre sur les lieux de la séance? | | |
| | | Le PAU identifie-t-il une « personne responsable des appels » et une « personne responsable »? | | |
| | | Les rôles et les responsabilités de la « personne responsable des appels » et de la « personne responsable » sont-ils établis? | | |
| | | Le PAU décrit-il comment répondre à une situation nécessitant des soins médicaux? | | |
| | | Les activités de la séance sont-elles décrites efficacement (p. ex., diagrammes, explications, points clés)? | | |
| | | Un temps suffisant est-il prévu pour les activités planifiées afin de développer les habiletés ou les tactiques identifiées dans l'objectif? | | |
| | | Le plan de la séance inclut-il des activités appropriées au stade de développement de l'athlète et des activités contribuant au développement des habiletés? | | |
| | | Les principaux facteurs (points liés à l'entraînement) sont-ils identifiés pour chaque activité de la séance? | | |
| | | La durée de chacun des segments de la séance est-elle définie dans le plan et est-elle conforme aux principes du PNCE s'appliquant à la croissance et au développement? | | |
| | | Les activités planifiées tiennent-elles compte de la compréhension et de la maîtrise des facteurs de risque éventuels? | | |
| | | Les activités sont-elles constructives et liées à l'objectif général de la séance d'entraînement? | | |
| | | Les activités de la séance sont-elles décrites efficacement (p. ex., diagrammes, explications)? | | |

| Résultat | Critères | Preuve d'efficacité | Oui | Non | |
|--|---------------------------------|---|---|-----|--|
| Soutien aux athlètes en entraînement (évalué pendant la séance) | Sécurité | L'équipement propre au sport a-t-il été inspecté avant la séance? | | | |
| | | Avant la séance, l'entraîneur(e) a-t-il ou elle inspecté le lieu d'entraînement pour s'assurer qu'il présente le moins de risques possible pour la sécurité? | | | |
| | | L'entraîneur(e) et le personnel ont-ils reçu une formation en premiers soins? Le personnel possède-t-il les compétences pour administrer des soins en cas de blessures liées au combat? | | | |
| | | Les numéros de téléphone en cas d'urgence sont-ils bien en vu près des téléphones d'urgence? | | | |
| | | L'entraîneur(e) dispose-t-il ou elle des renseignements médicaux de base de chaque athlète (allergies, médicaments, etc.)? | | | |
| | | L'entraîneur(e) dispose-t-il ou elle d'une trousse de premiers soins complète? | | | |
| | | Des directives à fournir aux responsables du service d'urgence afin qu'ils ou elles puissent parvenir le plus rapidement possible au lieu de l'entraînement sont-elles près du téléphone et des numéros de téléphone d'urgence? | | | |
| | | Les sorties d'urgence sont-elles bien indiquées? | | | |
| | Structure et organisation | L'entraîneur(e) porte-t-il ou elle des vêtements appropriés? | | | |
| | | L'équipement est-il disponible et prêt à être utilisé? | | | |
| | | Les segments de la séance sont-ils bien délimités et comprennent-ils un échauffement, une partie principale et un retour au calme appropriés? | | | |
| | | L'entraîneur(e) a-t-il ou elle un plan de séance auquel il ou elle peut avoir rapidement recours? | | | |
| | | Les objectifs du plan de la séance sont-ils atteints? | | | |
| | | Des pauses sont-elles prévues pour permettre aux athlètes de récupérer et de s'hydrater? | | | |
| | | Le déroulement des activités et des exercices de la séance est-il bien expliqué et le temps consacré à l'activité est-il utilisé de manière optimale? | | | |
| | | L'entraîneur(e) utilise-t-il ou elle de façon optimale l'espace et l'équipement? | | | |
| | Intervention de l'entraîneur(e) | Les exercices contribuent-ils au développement des habiletés ou des tactiques? | | | |
| | | Les explications comprennent-elles de 1 à 3 points clés d'apprentissage? | | | |
| | | Si l'entraîneur(e) a eu recours à des démonstrations, s'est-il ou elle placé(e) de manière à être bien vu(e) et entendu(e) par les athlètes? | | | |
| | | La rétroaction est-elle positive, spécifique et dirigée à la fois vers le groupe et les individus? | | | |
| | | L'entraîneur(e) conserve-t-il ou elle une attitude positive et tient-il ou elle compte des besoins et des idées des athlètes? | | | |
| | | L'entraîneur(e) utilise-t-il ou elle un langage respectueux lorsqu'il ou elle réalise des interventions verbales? | | | |
| | | Les rétroactions et les directives indiquent-elles clairement <i>ce qui doit être amélioré, et de quelle façon</i> ? | | | |
| | | L'entraîneur(e) souligne-t-il ou elle constructivement les efforts et la performance des athlètes? | | | |
| | Analyse de la performance | Repérage | L'entraîneur(e) se déplace-t-il ou elle afin d'observer les habiletés sous les angles les plus favorables? | | |
| | | | L'entraîneur(e) est-il ou elle en mesure d'identifier les facteurs de performance clés qui ont une incidence directe sur la performance? | | |
| | | | L'entraîneur(e) est-il ou elle en mesure de définir les causes possibles de l'erreur d'exécution telles qu'indiquées dans le Modèle de référence? | | |
| | | | L'entraîneur(e) a-t-il ou elle repéré les écarts entre la performance réelle et le Modèle de référence? | | |
| Correction | | L'entraîneur(e) a-t-il ou elle recours à des démonstrations pertinentes afin d'offrir un modèle de performance réussie? | | | |
| | | Les corrections liées aux habiletés ou à la performance sont-elles prescriptives (mettent-elles l'accent sur la manière d'améliorer, et non uniquement sur ce qui doit être amélioré)? | | | |

| Résultat | Critères | Preuve d'efficacité | Oui | Non |
|----------|----------|--|-----|-----|
| | | L'entraîneur(e) présente-t-il ou elle des corrections précises qui expliquent <i>comment</i> améliorer la performance? | | |
| | | Les erreurs repérées sont-elles cohérentes avec le Modèle de référence? | | |
| | | Des activités ou des exercices appropriés ont-ils été proposés afin d'aider l'athlète à corriger sa performance? | | |

Formulaire d'évaluation de l'entraîneur(e) pour la compétition

| | | | | | | | | | | | | |
|---|--|--------|-----------|---|---|--------|--|--|--|--|--|--|
| Entraîneur(e) | | | Numéro CC | C | C | | | | | | | |
| | Nom | Prénom | | | | | | | | | | |
| Soutien de l'expérience compétitive | | | | | | | | | | | | |
| Critère | Préparer pour l'état de réceptivité en compétition | | | | | | | | | | | |
| L'entraîneur(e) s'assure que l'équipement nécessaire est approuvé par la FMK, disponible et prêt à être utilisé, et est dans un état optimal. | Oui | Non | | | | | | | | | | |
| L'entraîneur(e) s'assure que les éléments et les procédures propres au sport (règles de la FMK) favorisent un milieu de compétition sécuritaire et positif. | Oui | Non | | | | | | | | | | |
| L'entraîneur(e) explique les règles de la compétition avant le tournoi (admissibilité, tableaux de compétition, système de repêchage) et communique les informations appropriées aux athlètes, aux parents, etc. | Oui | Non | | | | | | | | | | |
| L'entraîneur(e) présente l'horaire ou le plan de compétition qui indique à l'athlète ou à l'équipe ses ou leurs attentes avant, pendant et après la compétition. | Oui | Non | | | | | | | | | | |
| L'entraîneur(e) indique les objectifs de performance ou les objectifs liés au processus pour la compétition. | Oui | Non | | | | | | | | | | |
| L'entraîneur(e) s'assure que les athlètes effectuent un échauffement approprié en fonction de l'événement. | Oui | Non | | | | | | | | | | |
| L'entraîneur(e) développe un plan de match ou de compétition qui souligne les stratégies ou tactiques de base pour l'atteinte de la performance désirée en compétition. | Oui | Non | | | | | | | | | | |
| L'entraîneur(e) s'assure que les tactiques et les stratégies sont conformes aux règles de la compétition. | Oui | Non | | | | | | | | | | |
| Commentaires : | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| Critère | Intervenir efficacement pendant et après la compétition | | | | | | | | | | | |
| L'entraîneur(e) offre aux athlètes ou à l'équipe de la rétroaction positive qui précise clairement les aspects à améliorer et la façon de le faire. | Oui | Non | | | | | | | | | | |
| L'entraîneur(e) se penche sur les interventions permettant de développer la confiance et les habiletés, et les met en œuvre pendant et après la compétition. | Oui | Non | | | | | | | | | | |
| L'entraîneur(e) intervient pour (1) fournir des renseignements stratégiques (propres à l'événement), (2) gérer les athlètes, (3) apporter des ajustements à l'équipement (réglage de précision), et (4) mettre en œuvre des stratégies mentales (contrôle de l'attention, etc.). | Oui | Non | | | | | | | | | | |
| L'entraîneur(e) évalue le bon moment pour intervenir et les interventions (ou les décisions de ne pas intervenir) pendant la compétition en fonction du sport et peut justifier quelles interventions peuvent être répétées ou modifiées lors de la prochaine situation de compétition. | Oui | Non | | | | | | | | | | |
| Commentaires : | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| Évaluateur/évaluatrice | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| Signature | | | | | | Date | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| Évaluateur/évaluatrice | | | | | | | | | | | | |
| Nom | | | | | | Prénom | | | | | | |



 Programme
national de
certification des
entraîneurs

Visitez coach.ca, la source incontournable d'information et de ressources pour les entraîneurs du Canada. Consultez votre relevé dans le Casier, découvrez des formations en ligne enrichissantes et obtenez des conseils pratiques de l'Association canadienne des entraîneurs.



coach.ca
Coaching Association of Canada
Association canadienne des entraîneurs