

# PNCE

## Compétition 2

(Introduction avancée)

# GAM/GAF

# ÉVALUATION

## Critères de réussite

*Guide pour devenir entraîneur certifié Compétition 2*



# Remerciements

Le présent document est une compilation de plusieurs ressources produites par l'Association canadienne des entraîneurs (ACE), notamment de la Trousse d'évaluation.

**Gymnastique Canada** remercie tous les entraîneurs et évaluateurs qui ont participé aux évaluations pilotes. Nous remercions aussi les consultants de l'ACE, Gérard Lauzière et Isabelle Cayer pour leur contribution au succès de ce programme.

Enfin, merci à Alynn Brischuk, qui a consacré de nombreuses heures au développement, à la direction et à la révision de cet outil.

Le **Programme national de certification des entraîneurs** est un programme auquel collaborent le gouvernement du Canada, les gouvernements provinciaux et territoriaux, les fédérations nationales, provinciales et territoriales de sport et l'ACE.



National  
Coaching  
Certification  
Program



PARTNERS IN  
COACH EDUCATION

The National Coaching Certification Program is a collaborative program of the Government of Canada, provincial/territorial governments, national/provincial/territorial sport organizations, and the Coaching Association of Canada.



coach.ca  
Coaching Association of Canada  
Association canadienne des entraîneurs

---



---

The programs of this organization are funded in part by the Government of Canada.

Canada

© This document is copyrighted by the Coaching Association of Canada (2018) and its licensors. All rights reserved. Printed in Canada.

## Table des matières

Processus d'évaluation.....	1
ÉTAPPE 1 : Portfolio .....	2
Planification du programme .....	3
Plan d'entraînement annuel .....	3
Plans d'entraînement hebdomadaires .....	3
Plans de leçon quotidiens.....	3
Inventaire des habiletés actuelles et prévues de l'athlète .....	4
Modèle de développement de l'habileté.....	5
Formulaire d'évaluation – Compétences d'assistance.....	6
Critères de réussite du portfolio.....	7
Formulaire d'évaluation – Portfolio .....	12
ÉTAPPE 2 : Présentation des habiletés .....	14
Rencontre préliminaire – Modèle de liste de vérification .....	15
Aperçu de la présentation des habiletés .....	16
Lignes directrices de la présentation .....	17
Outil pour l'évaluation de la présentation des habiletés.....	19
Critères de réussite de la présentation des habiletés.....	23
Cheminement de certification Compétition 2 .....	26



# Processus d'évaluation

Que doit faire l'entraîneur pour obtenir sa certification\*?

1. S'informer auprès de son organisme provincial ou territorial de sport (OPTS) du processus de soumission du portfolio.



2. Recevoir de la rétroaction d'un évaluateur d'entraîneurs du PNCE formé par Gymnastique Canada.



3. Effectuer une rencontre préliminaire avec l'évaluateur.



4. Effectuer la présentation des habiletés en présence de l'évaluateur.



5. Recevoir de la rétroaction de l'évaluateur à la suite de la présentation des habiletés.

*\* Les détails du processus varient d'une province à l'autre. Communiquez avec votre OPTS pour en savoir plus :*

<http://gymcan.org/fr/programmes/entraîneurs/bureaux-provinciaux>

# ÉTAPE 1 : Portfolio

**VOUS TROUVEREZ DANS LES PAGES QUI SUIVENT LES DOCUMENTS À REMPLIR POUR CONSTITUER VOTRE PORTFOLIO. VOUS POUVEZ UTILISER LES GABARITS FOURNIS OU SOUMETTRE LES DOCUMENTS DEMANDÉS DANS LE FORMAT DE VOTRE CHOIX.**

Le portfolio est un ensemble de tâches que les entraîneurs doivent accomplir pour démontrer qu'ils comprennent les attentes relatives au niveau visé.

En montant un portfolio, les entraîneurs développent des compétences et augmentent leurs chances de réussir le processus d'évaluation ou de certification.

Pour vous orienter, référez-vous aux critères de réussite et au formulaire d'évaluation du portfolio.

## Liste de vérification du contenu du portfolio

1. Renseignements sur l'entraîneur
  - Fiche et philosophie de l'entraîneur
2. Renseignements sur le programme
  - Description et objectifs
  - Outil de communication
  - Manuel du club
3. Planification du programme
  - Plan d'entraînement annuel détaillé
  - Plans d'entraînement hebdomadaires (trois, un pour chaque période)
  - Plans de leçon (trois, un pour chaque semaine)
  - Calendrier d'entraînement et de compétition
  - Plan d'action d'urgence
4. Inventaire des habiletés actuelles et prévues de l'athlète
  - Inventaire des habiletés actuelles et prévues (pour chaque engin, deux athlètes)
5. Modèle de développement de l'habileté
6. Évaluation des compétences d'assistance
7. Autoévaluation et plan d'action

# Planification du programme

## Résultats attendus

Un entraîneur de niveau Compétition 2 doit pouvoir :

- Établir les principaux buts et objectifs du programme et les communiquer aux athlètes et à leurs parents.
- Établir un calendrier annuel d'entraînement et de compétition et calculer un rapport entraînement-compétition.
- Déterminer la durée des périodes de préparation, de compétition et de transition.
- Déterminer les qualités athlétiques et les objectifs d'entraînement (développement ou maintien) à travailler en priorité lors des différentes périodes de la saison.
- Présenter un plan annuel qui tient compte des besoins propres au sport et comporte de la préparation physique et des stratégies techniques et psychologiques.
- Élaborer des plans hebdomadaires et des plans de leçon qui cadrent avec les priorités de chaque période.

## Plan d'entraînement annuel

- Les entraîneurs sont invités à utiliser le gabarit à leur disposition sur le système de gestion de l'apprentissage de Gymnastique Canada (<https://gymcan.didacte.com/>).
- Toute autre variation du plan annuel qui respecte les critères sera acceptée.
- Indiquez les événements importants dans l'année. Incluez les compétitions, démonstrations, tests, suivis et autres dates importantes.
- Divisez la saison en périodes appropriées (préparation, compétition et transition).
- Expliquez en détail les aspects physiques à travailler aux différents moments de la saison (aérobie, anaérobie, force, puissance, etc.).
- Décrivez en détail le type de préparation stratégique qui sous-tend l'enseignement des techniques et des tactiques associées aux habiletés propres aux engins, des routines et des règles à respecter en compétition, et indiquez à quel moment ces éléments seront abordés au cours de la saison.
- Vérifiez si vos priorités d'entraînement permettent d'optimiser le développement ou la performance à la période visée. Référez-vous aux ressources de planification de Compétition 1 et Compétition 2.

## Plans d'entraînement hebdomadaires

- Soumettez trois plans hebdomadaires, un pour chaque période de votre programme.
- Tenez compte du temps d'entraînement disponible pour la semaine visée et indiquez le temps alloué à chaque type d'entraînement : physique, technique (moteur) et psychologique. Indiquez le temps d'entraînement consacré à chacun des engins.
- Indiquez le temps requis pour tous les besoins connexes : préparation artistique, prévention des blessures, récupération, planification stratégique, réunions d'équipe, pauses hydratation ou collation, etc.

## Plans de leçon quotidiens

- Soumettez trois plans de leçon quotidiens, un pour chaque période de trois semaines.
- Veillez à ce que les activités de la séance d'entraînement cadrent avec les objectifs hebdomadaires et annuels.

### *Soyez prêt à répondre aux questions suivantes :*

- *Quelles similitudes et quelles différences les gymnastes de votre groupe présentent-ils sur le plan des qualités? Comment faites-vous pour répondre aux besoins individuels de chacun?*
- *Les objectifs du programme sont-ils les mêmes que ceux des athlètes et de leur famille? Comment faites-vous (ou comment avez-vous fait) pour établir des buts et des objectifs pour chacun des gymnastes?*
- *Comment avez-vous fait le suivi de l'évolution de vos athlètes et évalué s'ils étaient sur la bonne voie pour les grandes compétitions?*
- *Comment vos gymnastes ont-ils performé durant les principaux événements de l'année?*
- *Quelles stratégies et tactiques avez-vous mises au point avec vos gymnastes?*
- *Croyez-vous que votre plan annuel a permis à chaque athlète de développer son potentiel?*
- *Avez-vous modifié votre plan au cours de l'année? Comment et pourquoi l'avez-vous modifié?*
- *Que ferez-vous différemment l'an prochain?*
- *Comment évalueriez-vous votre performance d'entraînement pour cette année?*

## Inventaire des habiletés actuelles et prévues de l'athlète

Le suivi d'un athlète est l'acte d'observer, de noter et de communiquer sa progression. Un entraîneur de niveau Compétition 2 analyse les habiletés de ses athlètes et en suit évolution.

Avant d'élaborer votre plan annuel, dressez l'inventaire des habiletés actuelles et prévues de **deux athlètes sur tous les engins**, et incluez-les dans votre portfolio.

Chaque inventaire contient une description des qualités physiques, motrices et psychologiques actuelles de l'athlète, de même que la liste des habiletés qu'il maîtrise. Les prévisions sont les qualités et les habiletés désirées.

L'inventaire des habiletés de l'athlète peut aussi contenir des renseignements complémentaires :

- Assiduité à l'entraînement
- Préparation et qualités physiques
- Apprentissage des habiletés et progression
- Préparation des routines
- Préparation et qualités psychologiques
- Performances en compétition (pointage sur les engins, pointages généraux)
- Établissement d'objectifs, évaluation et, au besoin, révision des objectifs

Nous vous encourageons à ajouter des données consignées avec les moyens suivants :

- Copies numérisées de documents papier
- Fichiers électroniques (ex. : données tirées d'un fichier Excel)
- Données recueillies au moyen d'appareils électroniques et d'applications
- Graphiques ou tableaux illustrant les capacités actuelles ou l'évolution au fil du temps



# Modèle de développement de l'habileté

Un entraîneur de niveau Compétition 2 doit pouvoir :

- **Comprendre** la préparation physique et motrice des habiletés.
- **Identifier** les facteurs qui ont une incidence directe sur la performance.
- **Faire** des interventions qui favorisent l'apprentissage.
- **Corriger** l'exécution en vue d'atteindre la performance souhaitée.

Les étapes ci-dessous vous aideront à élaborer un modèle de développement de l'habileté.

## ÉTAPE 1 : IDENTIFICATION DE L'HABILETÉ

Indiquez l'habileté choisie et décrivez-la en précisant notamment : les familles fondamentales de mouvement, les muscles et les mouvements anatomiques concernés, le code de pointage en compétition ou les règles de programme qui décrivent l'habileté (groupe d'éléments ou exigences satisfaites). Vous devez également préciser la différence entre une habileté maîtrisée et non maîtrisée.

## ÉTAPE 2 : DESCRIPTION DE L'ATHLÈTE

Chaque athlète présente des qualités physiques, motrices et mentales qui peuvent faciliter l'acquisition d'habiletés (ou des faiblesses qui peuvent lui nuire). Dans cette section, décrivez les qualités de l'athlète pertinentes pour l'acquisition de l'habileté visée, tant sur le plan physique (endurance, force, puissance et flexibilité, ou EFPP) que moteur (agilité, équilibre, coordination et orientation spatiale) et mental (motivation, peur, attention, concentration, compréhension, etc.). Les caractéristiques personnelles de l'athlète guideront vos décisions aux étapes 3, 4 et 5.

## ÉTAPE 3 : PRÉPARATION PHYSIQUE

Précisez les mouvements corporels (anatomiques) qui composent l'habileté (extension du tronc, flexion des hanches, etc.). Indiquez le type de qualités physiques que vous entendez cibler (EFPP ou agilité, équilibre et coordination et orientation spatiale) et précisez la meilleure méthode pour améliorer la condition physique de l'athlète. Utilisez des termes propres à la discipline et à la gymnastique.

## ÉTAPE 4 : PRÉPARATION MOTRICE

Expliquez comment vous enseignerez la bonne technique et la bonne méthode d'exécution à l'athlète. Indiquez les progressions, les exercices, les schémas de mouvement et les notions artistiques.

## ÉTAPE 5 : PERFECTION TECHNIQUE

Nommez les principales causes d'erreurs et indiquez les interventions qui pourraient être requises. Si nécessaire, indiquez la correction la plus fréquemment apportée qui mène à la plus grande amélioration des performances. Cette analyse peut aller au-delà des corrections les plus fréquentes et proposer des changements à la structure du programme, aux objectifs annuels ou aux méthodes d'enseignement.

# Formulaire d'évaluation – Compétences d'assistance

**Entraîneur :**

**Observateur :**

- Prévoyez un moment pour l'évaluation de vos compétences d'assistance. Demandez à l'entraîneur-chef de votre club ou à un entraîneur ayant au minimum le statut Formé Compétition 2 (ou niveau 3 du PNCE) de vous évaluer et de remplir le présent formulaire.
- **Choisissez 10 habiletés dans la liste ci-dessous.**
- Joignez le présent formulaire dûment rempli à votre portfolio.
- \* *REMARQUE : Si vous n'avez pas accès à un observateur compétent, vous pouvez soumettre votre portfolio et demander à votre évaluateur, lors de la rencontre préliminaire, de remplir le formulaire.*

**Tâche de l'observateur**

- Utilisez ce formulaire pour évaluer l'entraîneur (si l'entraîneur a besoin de plus de temps pour raffiner ses compétences d'assistance, donnez-lui des commentaires précis).

<p><b>TUMBLING</b></p> <p><input type="checkbox"/> Série de rondades, flics</p> <p><input type="checkbox"/> Rondade, flic, salto arrière</p> <p><input type="checkbox"/> Salto arrière chronométré à double arrière (phase de départ)</p> <p><input type="checkbox"/> Flic avant à salto avant</p> <p><b>SAUT DE CHEVAL</b></p> <p><input type="checkbox"/> Saut de mains avant chronométré (assistance à l'avant)</p> <p><input type="checkbox"/> Tsukahara chronométré (assistance à l'avant ou sur le côté) ou deuxième envol</p> <p><input type="checkbox"/> Yurchenko chronométré (assistance à l'avant ou sur le côté)</p> <p><b>BARRES</b></p> <p><input type="checkbox"/> Soleil, toutes barres (sans sangles)</p> <p><input type="checkbox"/> Lune, toutes barres (sans sangles)</p> <p><input type="checkbox"/> Sortie salto arrière</p> <p><input type="checkbox"/> Sortie salto avant</p> <p><input type="checkbox"/> Demi-tour à partir d'un grand tour</p> <p><input type="checkbox"/> Pirouette avant à partir d'un grand tour</p> <p><input type="checkbox"/> Série de Stalder (sangles ou barre)</p> <p><input type="checkbox"/> Série de Endo (sangles ou barre)</p> <p><b>GAF – BARRES ASYMÉTRIQUES</b></p> <p><input type="checkbox"/> Long balancer, lâcher au demi-tour à l'ATR sur le tapis</p> <p><input type="checkbox"/> Série de petits bonhommes tour arrière (ATR non obligatoire)</p> <p><input type="checkbox"/> Série de bascules, prise d'élan à l'ATR</p> <p><b>GAF – POUTRE</b></p> <p><input type="checkbox"/> Série de renversements arrière</p> <p><input type="checkbox"/> Renversement arrière, sortie en salto tendu sur une ligne ou une poutre basse</p> <p><b>GAM – ANNEAUX</b></p> <p><input type="checkbox"/> Long balancer, dislocation au-dessus du niveau des anneaux (avec ou sans sangles)</p> <p><input type="checkbox"/> Long balancer, inlocation avant au-dessus du niveau des anneaux (avec ou sans sangles)</p> <p><input type="checkbox"/> Séquence d'entraînement en force (minimum de sept habiletés différentes)</p> <p><b>GAM – BARRES PARALLÈLES</b></p> <p><input type="checkbox"/> Long balancer, avec grand tour ou appui Moy</p> <p><input type="checkbox"/> Série de Diamadov (caisses ou barres basses)</p> <p><input type="checkbox"/> Sortie salto arrière</p>	<p><b>Position de l'entraîneur</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Est-il stable?</li> <li>- Par rapport à l'athlète</li> <li>- Par rapport à l'engin</li> <li>- Déplacements avec l'athlète</li> </ul> <hr/> <p><b>Actions de l'entraîneur</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Explique-t-il à l'athlète ce qu'il doit faire?</li> <li>- Se déplace-t-il de façon à aider l'athlète lors des phases les plus importantes?</li> <li>- Suit-il l'athlète de façon adéquate?</li> </ul> <hr/> <p><b>Installations/équipement</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sont-ils sécuritaires?</li> <li>- Sont-ils stables?</li> <li>- Réduisent-ils les risques au minimum?</li> </ul>
<p><b>Résultats</b></p> <p><input type="checkbox"/> Évaluation réussie <i>ou</i></p> <p><input type="checkbox"/> Réévaluation requise durant l'observation de la leçon</p>	<p><b>Rétroaction</b></p>

Signature de l'observateur :

Date :

# Critères de réussite du portfolio

*Les critères de réussite sont un outil de référence.*

*Vous n'avez pas à remplir ce document; prenez toutefois le temps de le lire pour vous assurer que votre portfolio est complet. Ils vous indiquent ce que l'évaluateur recherchera en évaluant votre portfolio.*

## Résultat attendu 1 : Planification de programme

<b>Critère 1 : Définir un programme selon les possibilités d'entraînement et de compétition</b>	
<b>Résultat</b>	<b>Preuve</b>
Surpasse les attentes	<p>« Répond aux attentes » et :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Établit l'importance des compétitions afin de promouvoir le développement à long terme des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Prévoit suffisamment d'occasions de récupération et d'apprentissage ou de développement entre les compétitions importantes.</li> <li><input type="checkbox"/> Présente un inventaire détaillé des habiletés de deux athlètes (comprenant l'analyse de leurs habiletés physiques, motrices [techniques] et psychologiques, de même que des objectifs).</li> <li><input type="checkbox"/> Utilise des indicateurs objectifs pour suivre et évaluer la performance selon les buts individuels ou collectifs fixés (résultats aux compétitions, tests de condition physique, présences, journal d'entraînement, volumes/charges d'entraînement, etc.).</li> </ul>
<b>Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE</b>	<p><b>Sur le plan d'entraînement annuel :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <b>Indique les principaux buts et objectifs (peut se trouver dans la description du programme).</b></li> <li><input type="checkbox"/> <b>Indique les renseignements de base sur les athlètes (âge, stade d'évolution dans le sport, différences sur les plans de la croissance et du développement).</b></li> <li><input type="checkbox"/> <b>Présente le calendrier des principales épreuves et compétitions et indique combien il y en a au programme.</b></li> <li><input type="checkbox"/> <b>Détermine la durée de chaque période (préparation, compétition et transition).</b></li> <li><input type="checkbox"/> <b>Détermine pour chaque période (préparation, compétition et transition) la fréquence des séances d'entraînement (jours de la semaine), leur durée et leur nombre total.</b></li> </ul> <p><b>Inventaire des habiletés actuelles et prévues</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <b>Présente un inventaire des habiletés actuelles et prévues qui cadre avec le niveau et le stade de l'athlète.</b></li> </ul>
À améliorer	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présente uniquement de l'information et des éléments de logistique de base pour l'entraînement et la compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne fournit pas de calendrier donnant un aperçu du programme.</li> </ul>

Questions pouvant être posées par l'évaluateur concernant le plan annuel :

- Les objectifs du programme sont-ils les mêmes que ceux des athlètes et de leur famille? Comment faites-vous (ou comment avez-vous fait) pour établir des buts et des objectifs pour chacun des gymnastes?
- Comment avez-vous fait le suivi de l'évolution de vos athlètes et évalué s'ils étaient sur la bonne voie pour les grandes compétitions?
- Comment vos gymnastes ont-ils performé durant les principaux événements de l'année?
- Quelles stratégies et tactiques avez-vous mises au point avec vos gymnastes?
- Avez-vous modifié votre plan au cours de l'année? Comment et pourquoi l'avez-vous modifié?
- Que ferez-vous différemment l'an prochain?

<b>Critère 2 : Structurer un programme en vue de promouvoir le développement de l'athlète</b>	
<b>Résultat</b>	<b>Preuve</b>
Surpasse les attentes	<p>« Répond aux attentes » et :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Précise l'importance des facteurs d'entraînement (physiques, moteurs et artistiques) pour chaque période (ex. : au moyen d'une ligne pondérée, d'une couleur ou d'un pourcentage).</li> <li><input type="checkbox"/> Fait en sorte que le calendrier de compétition et le volume d'entraînement favorisent le développement à long terme de l'athlète.</li> <li><input type="checkbox"/> Prévoit suffisamment d'occasions de récupération et d'apprentissage ou de développement entre les compétitions importantes (affûtage, récupération, aspects liés à la croissance).</li> <li><input type="checkbox"/> Base le calcul du rapport entraînement-compétition sur les normes du DLTA en gymnastique (<a href="http://gymcan.org/fr/ressources/dlta">http://gymcan.org/fr/ressources/dlta</a>).</li> </ul>
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	<p><b>Sur le plan d'entraînement annuel :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <b>Déploie des stratégies qui amélioreront les qualités physiques. (Elles peuvent apparaître ailleurs que dans le plan annuel, par exemple dans une directive ou un plan détaillé.)</b></li> <li><input type="checkbox"/> <b>Déploie des stratégies qui amélioreront les qualités motrices et techniques (tient compte de la densité de l'entraînement et combine en temps opportun les habiletés, les demi-routines et les routines).</b></li> <li><input type="checkbox"/> <b>Déploie des stratégies qui amélioreront les qualités psychologiques.</b></li> <li><input type="checkbox"/> <b>Propose un rapport entraînement-compétition approprié dans la description du programme.</b></li> </ul>
À améliorer	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> N'établit pas les rapports entraînement-compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> Les stratégies déployées ne permettent pas d'améliorer de façon efficace les qualités physiques, motrices ou psychologiques.</li> </ul>

<b>Critère 3 : Élaborer les plans des séances d'entraînement en tenant compte des priorités saisonnières</b>	
<b>Résultat</b>	<b>Preuve</b>
Surpasse les attentes	<p>« Répond aux attentes » et :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Planifie l'année de façon cohérente, en établissant des objectifs hebdomadaires, en appliquant au quotidien les grands principes d'entraînement et en tenant compte des facteurs clés, le tout pouvant servir de modèle à d'autres entraîneurs d'athlètes de la même discipline, du même niveau et du même âge.</li> <li><input type="checkbox"/> Ajuste les différents outils à la réalité particulière du programme et justifie les changements apportés, tout en restant fidèle aux grands principes de développement (DLTA, principes de développement, de croissance et d'entraînement des qualités athlétiques, stades d'habiletés).</li> </ul>
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <b>Conçoit trois plans hebdomadaires distincts, un par période de la saison, qui en font ressortir les objectifs (développement, consolidation, maintien).</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Détermine, pour chaque plan hebdomadaire, le nombre de séances d'entraînement et leur durée totale.</li> <li>○ Présente des objectifs qui sont cohérents avec le plan annuel pour le début, le milieu et la fin de la saison.</li> <li>○ Adapte de manière appropriée, pour chaque période, le temps alloué à l'entraînement physique, moteur et psychologique.</li> </ul> </li> <li><input type="checkbox"/> <b>Conçoit trois plans de séance d'entraînement distincts, un par période de trois semaines, qui en font ressortir les objectifs.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Établit la durée de la séance et de chacune de ses parties (échauffement, engin, préparation physique, retour au calme, etc.) conformément au plan hebdomadaire.</li> <li>○ Choisit les activités en fonction de l'âge des athlètes, de leur niveau et de la période de la saison.</li> <li>○ Prévoit des conditions d'entraînement favorables au développement des qualités de l'athlète, compte tenu de la période de la saison (volume, intensité, densité). Répond à la question « Comment l'athlète devrait-il s'entraîner? » Autrement dit, devrait-il s'entraîner seul, en groupe ou en équipe? Doit-il être supervisé directement par l'entraîneur ou peut-il s'entraîner de façon autonome? Doit-il faire de la préparation psychologique (simulations, déroulement des compétitions)?</li> <li>○ Décrit les activités planifiées au moyen d'illustrations, de diagrammes et d'explications.</li> <li>○ Énumère des facteurs ou des points d'enseignement clé (mots clés, rappels). Ils peuvent être spécifiques à un athlète.</li> <li>○ Énumère, le cas échéant, des facteurs de risque. Ils peuvent être spécifiques à un athlète.</li> <li>○ S'assure que les activités contribuent au développement d'une ou de plusieurs habiletés selon le stade approprié (acquisition, consolidation, perfectionnement).</li> </ul> </li> </ul>
À améliorer	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Ne présente pas d'aperçu ou de plan d'entraînement pour chaque semaine.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne priorise pas correctement les qualités athlétiques lors d'une semaine donnée de la période précompétition du plan annuel.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne priorise pas correctement les qualités techniques et les stratégies de compétition lors d'une semaine donnée de la période de compétition du plan annuel.</li> <li><input type="checkbox"/> Les plans de séance n'intègrent pas efficacement les priorités hebdomadaires ou annuelles.</li> </ul>

## Résultat attendu 2 : Gestion de programme

<b>Critère : Gérer les aspects administratifs du programme et superviser la logistique</b>	
<b>Résultat</b>	<b>Preuve</b>
Surpasse les attentes	<p>« Répond aux attentes » et :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Démonstre la capacité de travailler avec d'autres entraîneurs (adjoints) en faisant preuve d'un leadership exemplaire. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dans ce contexte, le leadership renvoie à la capacité d'inciter les autres à adopter une même vision pour l'amélioration d'une situation ou l'atteinte d'un résultat, et à y contribuer en équipe.</li> <li>• Le leadership se dénote, entre autres, dans le fait de collaborer avec les autres, de reconnaître leurs idées, leurs suggestions, leurs efforts et les buts atteints, d'agir comme modèle, d'entretenir une vision positive de l'avenir et de pratiquer l'écoute active.</li> </ul> </li> <li><input type="checkbox"/> Délègue des tâches de manière appropriée à d'autres entraîneurs (adjoints) et valorise leurs idées et leur contribution au programme.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les athlètes et leurs parents ont accès aux procédures de dépistage de talents et de sélection.</li> </ul>
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <b>Présente un outil de communication qui décrit la philosophie et les objectifs du programme.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Exemples : lettre aux athlètes ou aux parents, courriels, infolettres, pages Web.</li> </ul> </li> <li><input type="checkbox"/> <b>Fournit un calendrier des compétitions et des séances d'entraînement.</b></li> <li><input type="checkbox"/> <b>Énonce les attentes en matière de comportement et d'engagement et prévoit des conséquences appropriées (les attentes peuvent être définies dans un code de l'esprit sportif, ou établies conjointement par l'entraîneur et l'athlète).</b></li> </ul>
À améliorer	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> N'utilise pas d'outil de communication ou autres moyens de faire connaître la philosophie et les objectifs du programme.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne fournit pas un calendrier des compétitions et des séances d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> N'énonce pas d'attentes en matière de comportement et d'engagement, ou ne prévoit pas de conséquences appropriées.</li> </ul>

### Résultat attendu 3 : Analyse de la performance

<b>Critère : Analyser la performance</b>	
<b>Résultat</b>	<b>Preuve</b>
Surpasse les attentes	<p>« Répond aux attentes » et :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Démontre des connaissances permettant de faire le lien entre le développement de l'habileté choisie et le développement ultérieur d'habiletés plus complexes.</li> <li><input type="checkbox"/> Varie les méthodes d'enseignement selon le style d'apprentissage (auditif, visuel, kinesthésique).</li> <li><input type="checkbox"/> Fonde l'exécution sur des règles et des stratégies propres à la compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> Donne des détails sur les principes d'entraînement (physiologiques, biomécaniques), qui varient selon la période du programme pour assurer une performance optimale.</li> <li><input type="checkbox"/> Varie les facteurs environnementaux, les stratégies de préparation mentale et les stratégies de compétition pour répondre aux besoins individuels.</li> </ul>
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <b>Connait la terminologie du sport.</b></li> <li><input type="checkbox"/> <b>Établit une progression physique, motrice et technique appropriée des éléments d'entraînement pour favoriser le développement des habiletés.</b></li> <li><input type="checkbox"/> <b>Choisit une progression ou des activités qui sont cohérentes avec les besoins de l'athlète.</b></li> <li><input type="checkbox"/> <b>Démontre, par son souci de perfection technique, une connaissance des facteurs qui ont une incidence directe sur la performance.</b></li> <li><input type="checkbox"/> <b>Le perfectionnement technique inclut la détection des erreurs courantes et la rétroaction visant l'exécution optimale (surtout en compétition).</b></li> </ul>
À améliorer	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> A une compréhension vague de la préparation physique et motrice nécessaire au développement des habiletés.</li> <li><input type="checkbox"/> Choisit des activités qui n'ont pas une incidence optimale sur la performance. Devrait choisir de meilleures options.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne maîtrise pas suffisamment la terminologie du sport.</li> </ul>

# Formulaire d'évaluation – Portfolio

*À remplir par l'évaluateur*

Nom de l'entraîneur :	
Discipline :	
Nom de l'évaluateur :	
Courriel :	
Téléphone :	

*L'entraîneur doit réussir les résultats 1 à 4 pour soumettre une présentation des habiletés ou participer à l'atelier d'évaluation.*

<b>Résultat attendu 1</b>	<p><b>Planifier un programme sportif</b>  <i>Passer en revue les sections appropriées du portfolio pour évaluer la réussite de ce résultat.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Description du programme</li> <li><input type="radio"/> Inventaire des habiletés actuelles et prévues (deux athlètes)</li> <li><input type="radio"/> Plan d'entraînement annuel</li> <li><input type="radio"/> Plan d'entraînement hebdomadaire (trois semaines)</li> <li><input type="radio"/> Plan de leçon (trois séances)</li> </ul>	
	<p><b>Évaluation obtenue</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Surpasse les attentes</li> <li><input type="checkbox"/> Répond aux attentes</li> <li><input type="checkbox"/> À améliorer</li> </ul>	<p><b>Commentaires</b></p>
<b>Résultat attendu 2</b>	<p><b>Gérer un programme sportif</b>  <i>Passer en revue les sections appropriées du portfolio pour évaluer la réussite de ce résultat.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Fiche et philosophie de l'entraîneur</li> <li><input type="radio"/> Outil de communication</li> <li><input type="radio"/> Manuel du club</li> </ul>	
	<p><b>Évaluation obtenue</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Surpasse les attentes</li> <li><input type="checkbox"/> Répond aux attentes</li> <li><input type="checkbox"/> À améliorer</li> </ul>	<p><b>Commentaires</b></p>



<b>Résultat attendu 3</b>	<b>Analyser la performance</b> <i>Passer en revue les sections appropriées du portfolio pour évaluer la réussite de ce résultat.</i> ○ <i>Modèle de développement de l'habileté</i>	
	<b>Évaluation obtenue</b> <input type="checkbox"/> Surpasse les attentes <input type="checkbox"/> Répond aux attentes <input type="checkbox"/> À améliorer	<b>Commentaires</b>
<b>Résultat attendu 4</b>	<b>Soutenir les athlètes à l'entraînement</b>  <input type="checkbox"/> Compétences d'assistance	Formulaire à faire remplir par un entraîneur-chef, un superviseur ou un coentraîneur
<b>Résultat attendu 5</b>	<b>Prendre des décisions éthiques</b> <input type="checkbox"/> Évaluation PDE en ligne réussie	

<b>Résultats de l'évaluation et plan d'action</b>
---

Étapes suivantes du processus de certification :

- L'entraîneur est prêt pour l'évaluation pratique.
- Le portfolio nécessite des changements. L'évaluateur donnera de la rétroaction à l'entraîneur pour lui permettre de compléter son portfolio. L'entraîneur devra suivre les directives fournies et se préparer davantage en vue de la présentation des habiletés.

Rétroaction :

---



---



---



---



---



---

Signature de l'évaluateur :

Date :

## ÉTAPE 2 : Présentation des habiletés

**NOUS VOUS FOURNISSONS LES DOCUMENTS  
QUI SUIVENT AFIN QUE VOUS SACHIEZ À  
QUOI VOUS ATTENDRE AU MOMENT DE  
L'OBSERVATION DE VOTRE PRÉSENTATION  
DES HABILITÉS.**

## Rencontre préliminaire – Modèle de liste de vérification

<b>Nom de l'entraîneur :</b>	
<b>Nom de l'évaluateur :</b>	

	Élément	Terminé	Date (jj/mm/aaaa)
1	Le portfolio a été évalué et rendu à l'entraîneur.		
2	L'entraîneur a été avisé de la procédure et de la date prévue pour l'observation formelle.		
3	L'entraîneur a reçu une copie des outils d'évaluation de la présentation des habiletés.		
4	Les paramètres du modèle de développement de l'habileté pour l'observation (vidéo) ont été fournis à l'entraîneur.		
5	L'entraîneur a été avisé du déroulement de l'observation et des éléments évalués.		
6	L'entraîneur a eu l'occasion de poser des questions et de demander des éclaircissements.		

### Durant la rencontre préliminaire, l'évaluateur doit :

- Vérifier si l'entraîneur a reçu une copie des outils d'évaluation.
- Informer l'entraîneur de la procédure d'observation formelle.
- Indiquer à l'entraîneur que son évaluation pourra être interrompue et qu'il devra être réévalué si l'évaluateur constate ce qui suit :**
  - Il y a des problèmes liés à la sécurité pendant la présentation.
    - Par exemple : Perte de contrôle du groupe de gymnastes
  - L'entraîneur a des comportements nuisibles ou contraires à l'éthique :
    - Harcèlement ou violence
    - Mépris de l'esprit sportif
    - Manque de respect envers les athlètes, les pairs, les autres ou l'équipement
  - La présentation montre que l'entraîneur n'est pas prêt à être certifié :
    - Connaissances techniques inadéquates
    - Trop de tâches sont mal exécutées ou manquantes (10 résultats « Insuffisant » ou plus)
- Permettre à l'entraîneur de poser des questions et de demander des éclaircissements.

### L'évaluateur peut poser les questions suivantes :

- Quels sont vos objectifs pour cet athlète?
- Comment avez-vous établi ces objectifs (ex. : avec l'athlète)?
- Quel type de rétroaction donnez-vous à vos athlètes et à quelle fréquence pour suivre et mesurer leur progression?
- À quel moment de l'année avez-vous priorisé l'entraînement des habiletés physiques, techniques ou tactiques sollicitées?
- Comment avez-vous suivi l'évolution des qualités physiques de l'athlète?
- Comment avez-vous développé les habiletés techniques ou tactiques de l'athlète et suivi leur évolution?
- En quoi cette habileté répond-elle aux exigences de compétition actuelles ou futures de l'athlète?
- Comment avez-vous planifié le développement de cette habileté dans votre plan d'entraînement annuel?
- Referiez-vous la même chose?
- Avez-vous modifié votre plan au cours de l'année? Comment et pourquoi l'avez-vous modifié?

- Avez-vous eu besoin d'adapter votre plan en raison d'une blessure? Si oui, comment?
- Quels éléments prenez-vous en considération afin de prévenir les blessures (aiguës ou de surmenage)?
- Comment votre gymnaste a-t-il performé en compétition?
- Comment évalueriez-vous votre performance d'entraînement?
- Quels points devriez-vous améliorer? Comment comptez-vous vous améliorer?

## Aperçu de la présentation des habiletés

- Produisez une vidéo montrant comment vous avez appliqué le modèle de développement d'une habileté chez un athlète pour chaque engin de compétition. Précisez tous les aspects de la préparation physique, motrice et technique nécessaire. Ajoutez une démonstration d'assistance manuelle lors de la progression ou de l'exécution de l'habileté.
- Suivez le progrès de l'athlète au fil des activités de développement. La vidéo devrait se terminer par l'exécution de l'habileté en contexte de compétition. Cette tâche exige plusieurs mois de suivi. Commencez dès le début de la saison à filmer le progrès de l'athlète.
- Communiquez avec votre OPTS pour connaître la date du prochain atelier et vous y inscrire,  
OU pour signifier votre intention de soumettre une présentation vidéo et connaître les frais applicables.
- Passez en revue les critères d'évaluation, regroupés en trois catégories :
  - Description de l'athlète – Âge, sexe, niveau, expérience dans le sport (années), horaire d'entraînement, plan et objectifs de la saison, objectifs à court et à long terme, engagement, motivation, degré d'attention et de concentration, gestion du stress, coopération, nutrition et état de santé général.
  - Description de l'habileté – Nom, description et démonstration par une personne ayant une maîtrise parfaite de l'habileté.
  - Description de la méthode de suivi – Quels tests en gymnase ou en laboratoire avez-vous effectués pour évaluer les qualités de l'athlète? À quel moment de la saison les avez-vous effectués? Comment avez-vous évalué l'athlète? À quelle fréquence le faites-vous? Avez-vous ajusté l'horaire d'entraînement hebdomadaire ou mensuel selon la performance de l'athlète? Avez-vous revu les objectifs à la lumière de ces résultats?
- Préparez une présentation de 5 à 10 minutes par habileté choisie. Chaque présentation doit décrire d'abord l'athlète (le contexte d'entraînement), et ensuite le contenu de la vidéo.  
*Préparez un maximum de quatre présentations (durée totale de 40 minutes). L'évaluateur répartira les engins le jour de l'atelier.*

- L'évaluation ne vise pas à déterminer si l'entraîneur donne de « bonnes » ou de « mauvaises » réponses. Chaque participant travaille dans un environnement unique; il doit toutefois être en mesure de justifier ses choix d'exercice et de progression, d'expliquer l'évolution de son travail au cours de l'année et de parler des techniques qui ont fonctionné, de celles qui n'ont pas fonctionné (et pourquoi) et des prochaines étapes.

## Lignes directrices de la présentation

- L'entraîneur devra présenter sa vidéo et son analyse au moyen d'un ordinateur portable et d'un projecteur ACL. Il peut se servir du logiciel de son choix et de son propre ordinateur portable, ou utiliser le matériel fourni. La maîtrise des différentes technologies ne sera pas évaluée, mais la clarté de l'explication le sera.
- L'évaluateur doit informer les entraîneurs des appareils fournis lors de l'atelier (ordinateur portable, projecteur ACL) et de leur compatibilité avec les différents systèmes d'exploitation. Les entraîneurs qui apportent leur propre matériel doivent s'assurer auprès de l'évaluateur qu'il est compatible avec le reste de l'équipement.

*Les entraîneurs qui ne peuvent se présenter à l'atelier doivent soumettre une vidéo qui respecte toutes les exigences de la présentation des habiletés.*

### **Responsabilités de l'évaluateur**

- Même si votre travail consiste à évaluer l'entraîneur, ce processus vise à lui offrir une expérience d'apprentissage positive. Vous êtes aussi son mentor : vous contribuez à son développement en l'interrogeant et en lui fournissant une rétroaction pertinente.
- Les outils d'évaluation sont conçus pour permettre une rétroaction objective claire. Chaque formulaire prévoit un espace pour noter des commentaires subjectifs; servez-vous-en pour souligner les forces de l'entraîneur et encourager les comportements positifs, de même que pour expliquer en quoi certains comportements observés sont inadéquats. Dans ces cas, vos commentaires doivent être constructifs et orienter l'entraîneur de façon claire (ex. : s'exercer davantage, échanger avec des entraîneurs plus expérimentés, revoir la documentation du cours, etc.). Il est essentiel que l'entraîneur ressorte de l'évaluation, quel qu'en soit le résultat, avec le sentiment d'avoir appris quelque chose.

## Responsabilités de l'entraîneur

Une fois la formation Compétition 2 terminée, choisissez pour chaque engin une habileté (vue lors de la formation). Commencez à appliquer le contenu Compétition 2 à l'entraînement.

Voici les habiletés suggérées :

- |                             |  |
|-----------------------------|--|
| Saut de cheval :            | <ul style="list-style-type: none"><li>• Saut de mains, vrille</li><li>• Tsukahara ou kasamatsu groupé ou carpé</li><li>• Yurchenko groupé, carpé ou tendu</li><li>• Renversement salto avant</li></ul>   |
| Tumbling :                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Série de rondades, flics, saltos</li><li>• Toute vrille complète avant ou arrière</li><li>• Double salto avant ou arrière</li></ul>  |
| GAF – Barres asymétriques : | <ul style="list-style-type: none"><li>• Tour d'appui libre à l'ATR</li><li>• Lune ou soleil</li><li>• Sortie salto</li><li>• Transfert de la barre supérieure à la barre inférieure</li><li>• Transfert de la barre inférieure à la barre supérieure</li></ul> |
| GAF – Poutre :              | <ul style="list-style-type: none"><li>• Salto arrière</li><li>• Série de renversements arrière</li><li>• Série de renversements arrière à salto</li><li>• Rondade, sortie salto</li><li>• Salto costal</li><li>• Renversement libre</li></ul>                  |
| GAM – Cheval d'arçons :     | <ul style="list-style-type: none"><li>• Magyar</li><li>• Sivado</li><li>• Kehre</li><li>• Czechkehre</li><li>• Russes</li><li>• Stockli</li></ul>  |
| GAM – Anneaux :             | <ul style="list-style-type: none"><li>• Montée en force à l'ATR</li><li>• Planche</li><li>• Établissement arrière</li><li>• Honma</li><li>• Yamawaki</li></ul>   |
| GAM – Barres parallèles     | <ul style="list-style-type: none"><li>• Healy</li><li>• Stutzkehre</li><li>• Diamidov</li><li>• Moy</li><li>• Tippelt</li><li>• Felge</li><li>• Sortie avec salto arrière sur le côté</li></ul>  |
| GAM – Barre fixe            | <ul style="list-style-type: none"><li>• Grand tour</li><li>• Sortie salto</li><li>• Tour d'appui libre</li><li>• Stalder</li><li>• Endo</li><li>• Demi-tour/pirouette</li></ul>  |

# Outil pour l'évaluation de la présentation des habiletés

Les tâches suivantes sont observées et notées de *Insuffisant* à *Excellent*. L'entraîneur est encouragé à considérer la note accordée par l'évaluateur et ses commentaires comme une rétroaction sur ses forces et ses faiblesses.

**Excellent (E)** – L'entraîneur effectue la tâche d'une manière remarquable; un travail exceptionnel qui reflète la maîtrise de la tâche.

**Bon (B)** – L'entraîneur effectue la tâche avec succès. Les actions prises sont appropriées, mais quelques manques ont été relevés et l'entraîneur doit s'améliorer pour maîtriser totalement la tâche.

**Satisfaisant (S)** – L'entraîneur tente d'effectuer la tâche, mais certains éléments d'une performance réussie sont absents.

**Insuffisant (I)** – L'entraîneur tente d'effectuer la tâche, mais doit s'améliorer considérablement pour réussir. Ou encore, l'entraîneur n'a pas fourni la preuve de la tâche (non présentée).

Les résultats des évaluations aideront l'évaluateur à faire une évaluation globale des compétences de l'entraîneur.

## A. DESCRIPTION DE L'ATHLÈTE

<b>Tâche :</b> Évaluer l'efficacité avec laquelle l'athlète atteint son potentiel. Déterminer les facteurs qui ont une incidence sur les capacités de l'athlète à se préparer ou à performer.					
<b>Preuve</b>	<i>Excellent (E)</i>	<i>Bon (B)</i>	<i>Satisfaisant (S)</i>	<i>Insuffisant (I)</i>	<i>Commentaires</i>
État de santé général Ex. : Habitudes d'alimentation ou d'hydratation Habitudes de sommeil Stade de croissance et de développement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Qualités et faiblesses physiques	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Qualités et faiblesses psychologiques Ex. : Motivation à s'entraîner et à compétitionner Capacité à diriger son attention et à se concentrer Capacité à gérer le stress avant et pendant une compétition Capacité à gérer les distractions avant et pendant un entraînement ou une compétition	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Qualités techniques générales et propres aux engins	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Objectifs à court et à long terme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Capacité à tirer profit de la rétroaction	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Facultatif : Toute stratégie spécifique à l'athlète visant une préparation ou une performance optimale	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

## B. DESCRIPTION DE L'HABILITÉ

<b>Tâche :</b> Définir, au moyen d'une démonstration et d'une description, l'exécution optimale d'une habileté propre au sport.									
Preuve	HABILITÉ 1				HABILITÉ 2				Commentaires
	E	B	S	I	E	B	S	I	
Comprend l'habileté visée.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Applique correctement les principes biomécaniques lors de l'analyse de l'habileté.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Décrit correctement les principaux mouvements corporels (articulations sollicitées) qui composent l'habileté.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Présente l'exécution optimale de l'habileté.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Explique l'enseignement donné à l'athlète pour lui permettre de comprendre la performance souhaitée.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Choisit des facteurs ayant une incidence directe sur la performance.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Explique comment et pourquoi une erreur critique a une incidence sur la performance.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

## C. DÉVELOPPEMENT DE L'HABILITÉ

<b>Tâche :</b> Détecter les qualités physiques à améliorer ou à raffiner pour accroître la performance ou prévenir les blessures.									
Preuve	HABILITÉ 1				HABILITÉ 2				Commentaires
	E	B	S	I	E	B	S	I	
Explique la préparation physique nécessaire pour maîtriser l'habileté.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Cible au moins une faiblesse physique de l'athlète qui nuit à son apprentissage de l'habileté.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Indique comment corriger la situation.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Propose à l'athlète des activités hautement personnalisées ou adaptées pour corriger sa performance physique.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Précise le volume de travail (ou le temps) à prévoir pour atteindre le degré souhaité de correction ou d'amélioration de la performance.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Comprend les risques de blessure liés à une exécution incomplète ou incorrecte de l'habileté.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	



<b>Tâche :</b> Détecter les éléments techniques à améliorer ou à raffiner pour accroître la performance ou prévenir les blessures.									
Preuve	HABILETÉ 1				HABILETÉ 2				Commentaires
	E	B	S	I	E	B	S	I	
Précise ses responsabilités à l'égard de l'amélioration de la performance technique de l'athlète (équipement, environnement).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Utilise pour l'analyse technique des méthodes et technologies adéquates (ex. : analyse notationnelle, logiciels spécialisés, vidéo).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Souligne les moments de la performance qui requièrent une attention particulière.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Explique en quoi la vidéo de la performance lui est utile pour l'analyse de l'habileté.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Cible au moins une erreur technique de l'athlète qui nuit à son apprentissage de l'habileté.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Indique comment corriger la situation.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Propose à l'athlète des activités hautement personnalisées ou adaptées pour corriger sa performance technique.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

<b>Tâche :</b> Détecter les éléments tactiques à améliorer ou à raffiner pour accroître la performance ou prévenir les blessures.									
Preuve	HABILETÉ 1				HABILETÉ 2				
	E	B	S	I	E	B	S	I	
Énonce les stratégies mentales essentielles à l'exécution optimale de l'habileté.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Énonce les compétences décisionnelles essentielles à l'exécution de l'habileté (tient compte de tout problème que pourra rencontrer l'athlète si l'habileté est mal exécutée ou techniquement incorrecte).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Précise les règles de compétition qui s'appliquent à l'habileté.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Explique comment et pourquoi une erreur critique a une incidence sur la performance.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Propose une activité ou un exercice qui aide l'athlète à corriger sa performance.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Applique correctement et régulièrement les principes biomécaniques durant l'analyse.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

**PREUVES FACULTATIVES – Preuves qui ne sont pas exigées pour atteindre la norme minimale. Celles-ci peuvent être observées durant les séances d’entraînement et permettent à l’évaluateur de fournir encore plus de rétroaction. Les entraîneurs devraient voir ces preuves comme des occasions de perfectionnement.**

Tâche d’entraînement	Commentaires
Utilise pour l’analyse de la performance technique des méthodes et des technologies adéquates (ex. : analyse notationnelle, logiciels spécialisés, vidéo) et fournit des données probantes.	
Encourage les athlètes à reconnaître les facteurs de performance techniques et à comprendre comment et pourquoi les erreurs techniques ont une incidence sur l’ensemble de la performance.	
Collabore avec d’autres entraîneurs à l’analyse de la performance, dont à titre de mentor en ce qui concerne l’identification de facteurs clés.	
Recourt à des protocoles d’évaluation inédits et novateurs qui sont conformes aux données scientifiques actuelles et émergentes ainsi qu’aux pratiques propres au sport (niveau élite).	
Tient un registre confidentiel de l’évaluation et du suivi de la performance.	
Comprend les exigences du sport (niveau élite).	

# Critères de réussite de la présentation des habiletés

*Les critères de réussite sont un outil de référence.*

*Vous n'avez pas à remplir ce document; prenez toutefois le temps de le lire pour préparer votre présentation des habiletés. Il vous indique les points qu'examinera l'évaluateur.*

## Analyser la performance

<b>Critère 1 : Analyser la performance</b>	
Résultat	Preuve
Expert	<p><b>« Expérimenté » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Varie les méthodes d'enseignement selon le style d'apprentissage (auditif, visuel, kinesthésique).</li> <li><input type="checkbox"/> Donne des preuves précises afin de renforcer certains points d'apprentissage (ex. : notation, analyses biomécaniques).</li> <li><input type="checkbox"/> Analyse divers facteurs pouvant contribuer à l'amélioration de la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Encourage les athlètes à reconnaître les principaux facteurs de performance et à comprendre comment et pourquoi les erreurs ont une incidence sur l'ensemble de la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Utilise des règles et des stratégies propres à la compétition pour renforcer des points d'apprentissage.</li> </ul>
Expérimenté	<p><b>« Compétent » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Démonstre des connaissances permettant de faire le lien entre le développement de l'habileté choisie et le développement ultérieur d'habiletés plus complexes.</li> <li><input type="checkbox"/> Explique comment et pourquoi l'erreur critique a une incidence sur la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Explique pourquoi certaines habiletés nécessitent des améliorations.</li> <li><input type="checkbox"/> Utilise diverses stratégies d'observation (ex. : choix de la position, vidéo, autres entraîneurs, etc.) pour évaluer les aspects les plus importants de la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Aide les athlètes à mieux saisir leurs erreurs d'exécution en posant des questions pertinentes.</li> </ul>
Compétent	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Connait la terminologie du sport.</li> <li><input type="checkbox"/> Le niveau de difficulté de la tâche choisie est adapté aux capacités de l'athlète.</li> <li><input type="checkbox"/> Établit une progression physique, motrice et technique appropriée des éléments d'entraînement pour favoriser le développement des habiletés.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie les facteurs qui ont une incidence directe sur la performance ou le perfectionnement des habiletés.</li> </ul>
Débutant	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> A une compréhension vague de la préparation physique et motrice nécessaire au développement des habiletés.</li> <li><input type="checkbox"/> Choisit des activités qui n'ont pas une incidence optimale sur la performance. Devrait choisir de meilleures options.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne maîtrise pas suffisamment la terminologie du sport et les protocoles d'entraînement.</li> </ul>

<b>Critère 2 : Corriger la performance</b>	
<b>Résultat</b>	<b>Preuve</b>
Expert	<p>« <b>Expérimenté</b> » et :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Fait participer les athlètes au processus de réflexion critique, notamment en posant des questions ouvertes comme : « Qu’avez-vous fait? »; « Que devriez-vous faire? »; « Qu’allez-vous faire pour obtenir de meilleurs résultats? »; « Comment pourriez-vous produire plus de force lors du lâcher? »</li> <li><input type="checkbox"/> Indique pourquoi la correction aura un effet favorable sur la performance et précise régulièrement comment améliorer la performance.</li> </ul>
Expérimenté	<p>« <b>Compétent</b> » et :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> S’assure que chaque athlète exploite adéquatement ses capacités motrices durant la tâche ou l’activité.</li> <li><input type="checkbox"/> Choisit des tâches correctives qui mettent suffisamment à l’épreuve les capacités de l’athlète.</li> <li><input type="checkbox"/> Propose des corrections qui dirigent l’attention des athlètes vers le type de signal le plus approprié (interne ou externe).</li> <li><input type="checkbox"/> Aide les athlètes à mieux saisir les corrections de base en posant des questions fermées (ex. : « Si tu te déplaces dans cette direction, auras-tu plus ou moins de ___? »; « Si tu places ton bras dans cette position, auras-tu une plus grande force ou poussée? »).</li> </ul>
Compétent	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Cible des corrections précises en se fondant sur l’observation des phases du mouvement et en suivant le modèle de développement du sport (physique, moteur, technique).</li> <li><input type="checkbox"/> Apporte des corrections prescriptives (c.-à-d. qui mettent l’accent sur ce qui doit être fait pour produire une amélioration et non uniquement sur ce qui doit être amélioré).</li> <li><input type="checkbox"/> Explique comment la correction améliore la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Explique pourquoi la correction contribue à améliorer la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Aide les athlètes à mieux saisir les corrections en posant des questions pertinentes.</li> <li><input type="checkbox"/> Propose une activité ou un exercice qui aide l’athlète à corriger sa performance</li> </ul>
Débutant	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Propose des corrections vagues plutôt que des indications précises pour améliorer la performance : « Sois plus concentré »; « Travaille plus fort ».</li> <li><input type="checkbox"/> Corrige les athlètes en relevant ce qu’ils ont fait au lieu de formuler des stratégies de correction pour améliorer la performance.</li> </ul>

## RÉSULTATS DE L'ÉVALUATION PRATIQUE

Pour obtenir la certification Compétition 2, l'entraîneur doit démontrer sa capacité à préparer, à analyser et à corriger un athlète dans son apprentissage d'une habileté propre à son sport et appropriée à son niveau. L'évaluateur enverra une copie du présent formulaire à l'OPTS aux fins de mise à jour du Casier.

**Nom de l'entraîneur :** \_\_\_\_\_ **N° de PNCE :** \_\_\_\_\_

<b>Expert</b>	L'entraîneur démontre une vaste expertise en dirigeant des activités parfaitement adaptées, qui produisent des résultats naturellement supérieurs pour l'âge et le niveau des athlètes. (Généralement, les 60 preuves ont été cotées <i>Bon</i> ou <i>Excellent</i> .)	<input type="checkbox"/>	<b>RÉUSSITE</b>  <i>Le volet observation de l'évaluation a été réussi.</i>	<b>RÉUSSITE</b>
<b>Expérimenté</b>	L'entraîneur démontre une connaissance et des qualités intuitives à l'égard de la discipline et du niveau, et utilise des techniques d'enseignement avancées qui mettent l'accent sur les éléments les plus importants pour la réussite individuelle de l'athlète. (Généralement, 0 résultat <i>Insuffisant</i> et au moins 40 résultats <i>Bon</i> .)	<input type="checkbox"/>		
<b>Compétent</b>	L'entraîneur met en œuvre les procédures attendues pour la discipline et le niveau, et manifeste le souhait de voir les athlètes apprendre, se développer et grandir. (Généralement, plus de 50 preuves ont été cotées <i>Satisfaisant</i> , <i>Bon</i> ou <i>Excellent</i> .)	<input type="checkbox"/>		
<b>Débutant</b>	L'entraîneur doit approfondir ses connaissances et prendre de l'expérience afin d'enseigner à ce niveau de la discipline.		<b>INCOMPLET</b>  <input type="checkbox"/> La présentation démontre que l'entraîneur n'est pas prêt à obtenir la certification (10 résultats <i>Insuffisant</i> ou plus). <input type="checkbox"/> Il y a des problèmes liés à la sécurité pendant la présentation. <input type="checkbox"/> L'entraîneur a des comportements nuisibles ou contraires à l'éthique. <i>L'évaluateur a fourni des commentaires et discutera avec l'entraîneur de son plan d'action afin de l'aider à réussir.</i>	<b>INCOMPLET</b>

**Mesures de suivi :**

---



---



---

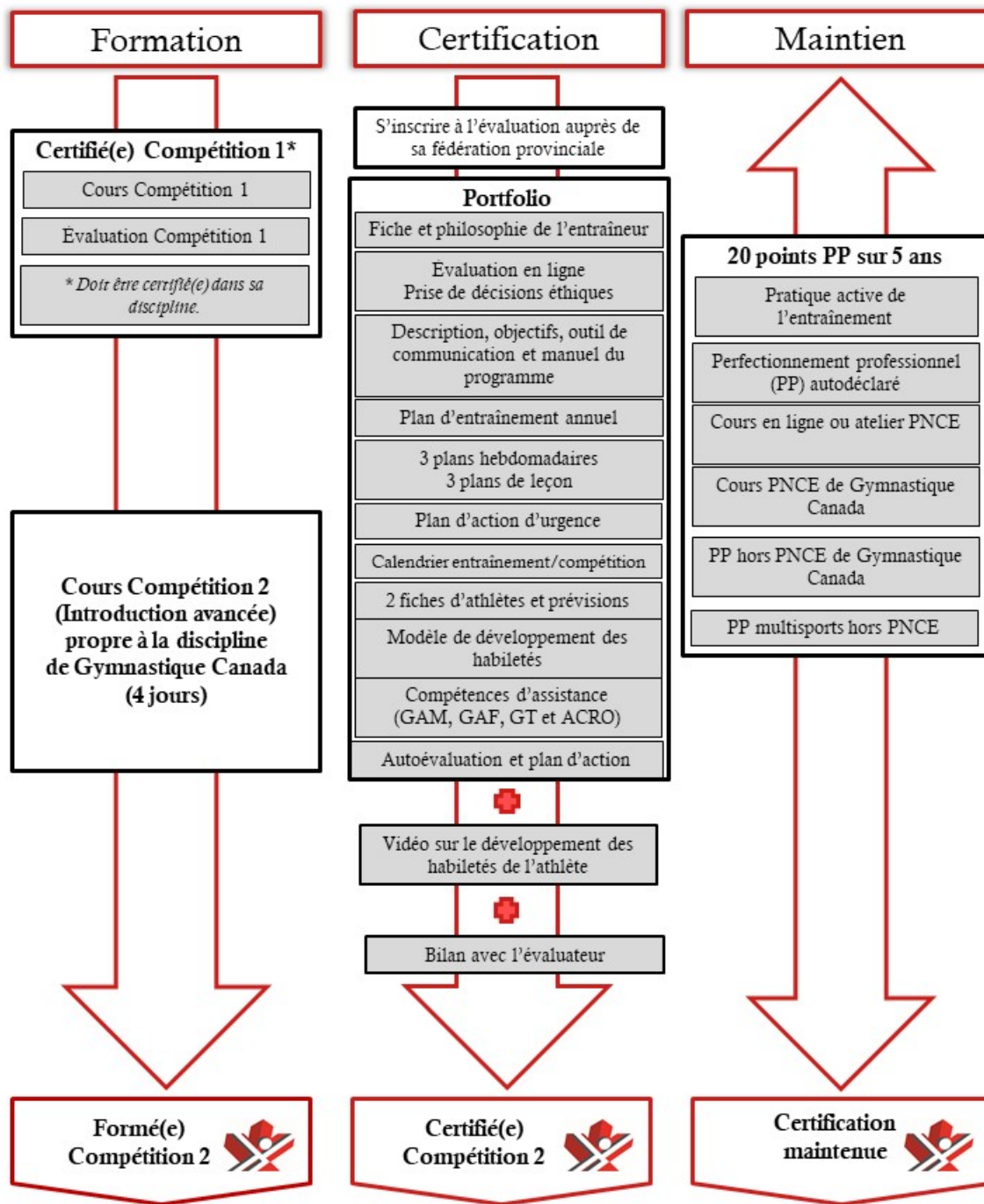
**Signature de l'évaluateur :** \_\_\_\_\_ **Date :** \_\_\_\_\_

**Signature de l'entraîneur :** \_\_\_\_\_ **Date :** \_\_\_\_\_

# Cheminement de certification Compétition 2



## Compétition 2 (Introduction avancée) PNCE





Visit [coach.ca](http://coach.ca) – Canada's most dynamic coaching community.  
Check your certification, complete online evaluations, access  
sport nutrition tips, read coach stories and more!