



Suivez-nous et parlez-nous sur



Niveau introduction

REGISTRE ET GUIDE D'APPRENTISSAGE EN ENTRAÎNEMENT

Programme de mentorat – Évaluation de l'entraînement

Partie A, Partie B et Partie C

Chaque athlète mérite un entraîneur CERTIFIÉ.

Nom :

Adresse :

Téléphone :

Courriel :

Date :



Programme national de certification des entraîneurs



PARTENAIRES POUR L'ÉDUCATION ET LA FORMATION DES ENTRAÎNEURS

Le Programme national de certification des entraîneurs est un programme auquel collaborent le gouvernement du Canada, les gouvernements provinciaux et territoriaux, les organismes nationaux, provinciaux et territoriaux de sport et l'Association canadienne des entraîneurs.



Les programmes de cet organisme sont subventionnés en partie par le gouvernement du Canada



© Ce document est protégé par le droit d'auteur de l'Association canadienne des entraîneurs (2014) et de ses fournisseurs. Tous droits réservés. Imprimé au Canada.

L'Association canadienne des entraîneurs collige vos qualifications du PNCE et vos renseignements personnels et les partage avec tous les partenaires du PNCE, conformément aux paramètres établis dans la politique de confidentialité qui peut être consultée sur le site www.coach.ca. En participant au PNCE, vous consentez à ce que vos informations soient collectées et partagées, selon les modalités prévues dans la politique sur la confidentialité. Si vous avez des questions ou si vous souhaitez vous abstenir de participer au PNCE, veuillez faire parvenir un courriel à l'adresse coach@coach.ca.

Alpine Canada Alpin Education/Éducation



TABLE DES MATIÈRES

Contents

COMPRÉHENSION DU CHEMINEMENT DU NIVEAU INTRODUCTION	5
STATUT DE NIVEAU INTRODUCTION FORMÉ	6
STATUT DE NIVEAU INTRODUCTION CERTIFIÉ	6
STATUT DE NIVEAU INTRODUCTION CERTIFIÉ AVANCÉ	6
COMPRÉHENSION DE VOTRE CONTEXTE D'ENTRAÎNEMENT	7
LES RÔLES DU MENTOR-ÉVALUATEUR ET DE L'ENTRAÎNEUR	9
IDENTIFIEZ VOTRE CONTEXTE D'ENTRAÎNEMENT	10
PLANIFIEZ UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT	11
PLANIFICATION D'UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT	12
CONCEPTION D'UN PLAN D'ACTION D'URGENCE (PAU)	13
LISTE DE VÉRIFICATION DU PLAN D'ACTION D'URGENCE	14
CONCEVEZ VOTRE PLAN D'ACTION D'URGENCE	17
EFFECTUEZ UNE AUTO-ÉVALUATION D'UNE JOURNÉE D'ENTRAÎNEMENT	18
PRISE DE DÉCISIONS ÉTHIQUES DU PNCE – ÉVALUATION EN LIGNE	20
Preuves et normes – Évaluation de l'entraînement (Partie A)	21
Preuves et normes – Évaluation de l'entraînement (Partie A)	22
SOMMAIRE DE L'ÉVALUATION DE L'ENTRAÎNEMENT (Partie A)	23
Preuves et normes – Évaluation de l'entraînement (Partie B)	25
SOMMAIRE DE L'ÉVALUATION DE L'ENTRAÎNEMENT (Partie B)	26
Protocole – Évaluation – Élaboration d'un programme de ski de compétition de base	28
Partie C – Les particularités	29
Feuille de travail – Outil de planification annuelle (OPA)	30
Sommaire de l'évaluation (Partie C)	31
Preuves et normes (Partie C)	32
PROCÉDURES VISANT À ACCORDER LES CRÉDITS D'ÉVALUATION	34

Note : Afin d'alléger le texte, le genre masculin utilisé dans le texte qui suit vaut également pour le féminin.

COMPRÉHENSION DU CHEMINEMENT DU NIVEAU INTRODUCTION

Le stage de niveau introduction permet aux nouveaux entraîneurs d’amorcer un processus de formation et d’évaluation qui leur permettra de travailler avec de jeunes skieurs et de les faire progresser dans le cadre de programmes U6 à U12. Ces derniers travailleront essentiellement dans un programme axé sur les Fondements du ski selon les lignes directrices décrites dans le Développement à long terme de l’athlète (DLTA) d’Alpine Canada Alpin (ACA).

Le programme de certification de niveau introduction comprend une progression de trois (3) statuts de reconnaissance :

- FORMÉ
- CERTIFIÉ
- CERTIFIÉ AVANCÉ

Cette progression, combinée à des activités de développement professionnel continues, correspond à un entraîneur novice de statut FORMÉ et acquérant une expertise et de l’expérience pour atteindre le statut CERTIFIÉ AVANCÉ en travaillant comme entraîneur de catégorie U6 à U12.

STATUT DE NIVEAU INTRODUCTION FORMÉ

Afin d'atteindre ce statut, le participant doit :

- réussir le stage de niveau introduction d'ACA-ESC (Entraîneurs de ski du Canada) de 3 jours.

Ce statut permet à l'entraîneur de :

- devenir un entraîneur accrédité d'ACA-ESC;
- être embauché par un club de ski ou une école de neige et travailler comme entraîneur adjoint auprès de skieurs au stade de développement Fondements du ski.

STATUT DE NIVEAU INTRODUCTION CERTIFIÉ

Après avoir réussi le stage de niveau introduction et obtenu le statut NI FORMÉ, l'entraîneur doit :

- effectuer le module de formation et l'évaluation en ligne Prise de décisions éthiques du PNCE (www.coach.ca);
- réussir la **Partie A** (évaluation de l'entraînement) faisant partie du *Registre et guide d'apprentissage en entraînement du niveau introduction*;
- réussir la **Partie B** (évaluation de traçage de situations) faisant partie du *Registre et guide d'apprentissage en entraînement du niveau introduction*.

Remarque : NI Formé + évaluations sur le terrain → évaluations échelonnées sur toute la saison et effectuées par un évaluateur du club (le formulaire électronique permet de simplifier le processus pour le candidat et l'évaluateur). La démarche devrait comprendre une évaluation mi-saison.

Ce statut permet à l'entraîneur de :

- être reconnu comme un entraîneur compétent de niveau introduction;
- être embauché comme entraîneur principal pour travailler avec un groupe de skieurs/coueurs de niveau « Fondements du ski ».

STATUT DE NIVEAU INTRODUCTION CERTIFIÉ AVANCÉ

Après avoir effectué les exigences des statuts NI FORMÉ et NI CERTIFIÉ, l'entraîneur doit :

- effectuer le module Élaboration d'un programme sportif de base du PNCE;
- effectuer le module Habilités mentales de base du PNCE;
- effectuer le module Habilités liées aux fondements du mouvement du PNCE;
- effectuer le module Nutrition du PNCE;
- effectuer le module Mentorat du PNCE;
- effectuer une formation liée à divers terrains pour améliorer les habiletés techniques;
 - effectuer **une (1)** des quatre (4) options suivantes :
 - Module introduction à l'entraînement en ski cross d'ACA-ESC (1 jour); OU
 - Module parc à neige/freeride de l'AMSC (2 jours); OU
 - Stage de certification parc à neige de l'AMSC (3 jours) ; OU
 - Stage d'entraîneur de club (niveau 1) de l'Association canadienne de ski acrobatique (3 jours).
- réussir l'évaluation de l'élaboration d'un programme de ski de compétition de base.

Ce statut permet à l'entraîneur de :

- disposer de tous les moyens pour assurer l'amélioration des jeunes aux stades de développement Fondements du ski et Apprendre à s'entraîner.



***Tout registre malpropre, incomplet ou non signé
ne sera PAS pris en compte.
Soyez fier de votre travail!***

LES RÔLES DU MENTOR-ÉVALUATEUR ET DE L'ENTRAÎNEUR

Introduction

La présente section donne un aperçu du rôle important que joue le mentor-évaluateur au cours de la partie pratique du programme de niveau introduction.

Le mentorat est une méthode d'apprentissage très efficace puisqu'il est axé sur la personne et vise à satisfaire les besoins personnels de l'entraîneur. Les discussions, les rencontres ou les échanges d'idées entre le mentor et l'entraîneur constituent d'excellentes « occasions d'apprentissage et de formation ».

Le fait de créer des relations de travail efficaces dès le début du programme permet d'établir de bonnes assises afin que l'apprentissage et la communication soient constructifs et profitables au mentor et à l'entraîneur.

Au niveau introduction, il est possible que les fonctions du mentor et de l'évaluateur soient remplies par la même personne ou par deux personnes distinctes. Ces personnes doivent avoir suivi la formation donnée par ACA-ESC ou l'organisme provincial de sport (OPS) afin d'exécuter leurs fonctions.

Le mentor doit se servir du *Guide du mentor-évaluateur* d'ACA-ESC afin d'aider l'entraîneur à bien remplir le *Registre et guide d'apprentissage en entraînement*. Il doit aussi connaître le contenu du présent registre afin de pouvoir orienter, conseiller et poser des défis à l'entraîneur lorsqu'il travaille sur les différentes parties.

Quelles sont les attentes de l'entraîneur face au mentor-évaluateur?

- Le mentor doit guider l'entraîneur lorsque ce dernier remplit son registre.
- Le mentor doit discuter avec l'entraîneur de toute question, préoccupation ou idée que ce dernier pourrait avoir en remplissant son registre.
- Le mentor doit prendre le temps d'observer l'entraîneur lorsqu'il entraîne ses athlètes en ski (au moins deux fois pendant la saison).
 - La première observation doit être réalisée comme une expérience d'apprentissage visant à vous fournir de la rétroaction sur votre séance d'entraînement.
 - La deuxième observation vise à fournir une évaluation de votre séance d'entraînement pour l'obtention de la certification du niveau introduction d'ACA-ESC. Cette deuxième observation peut se faire par une autre personne qui détient les compétences requises pour procéder à l'évaluation.

Quelles sont les attentes du mentor-évaluateur face à l'entraîneur?

- L'entraîneur doit démontrer qu'il fait des efforts suffisants pour remplir le registre de façon approfondie.
- Il doit soumettre le registre au plus tard **un (1) mois** après la fin du programme sur neige de son club de ski.

IDENTIFIEZ VOTRE CONTEXTE D'ENTRAÎNEMENT

1. Groupe d'âge

U6

U8

U10

U12

2. Niveau d'habileté et de compétence du groupe (p. ex., niveau Étoiles des Neiges)

3. Type de programme (p. ex., Ligue de ski Nancy Greene)

4. Noms

Renseignements importants

(Noms des parents, numéros de téléphone, antécédents médicaux, écoles, autres activités, passe-temps, champs d'intérêt.)

Remarque : Assurez-vous de prendre en note les autres sports, intérêts et loisirs pratiqués par les skieurs/coueurs.

PLANIFIEZ UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

Déterminez les éléments de logistique pour la journée d'entraînement et préparez le plan de la séance en fonction de l'âge et du niveau d'habileté (Étoiles des Neiges) ainsi qu'en tenant compte des facteurs de sécurité sur la piste.

Référez-vous au module « La planification d'une séance d'entraînement » et au *Document de référence* qui ont été présentés pendant le stage de niveau introduction.

Préparez un plan pour votre journée

- Quels sont les éléments de logistique requis pour planifier la journée d'entraînement?
 - Équipement requis
 - Choix du terrain
 - Durée des activités
- Déterminez un but précis (p. ex., correspondant au niveau d'habileté Étoiles des Neiges).
- Présentez les activités de la journée et établissez des objectifs journaliers pour la séance d'entraînement.
- Déterminez les activités d'échauffement.
 - Activités visant à élever l'état de préparation physique et mentale.
 - Activités d'étirement actif et dynamique.
 - Simulation de mouvements de ski et descentes d'échauffement.
- Identifiez des activités d'activation énergiques (posez des défis au moyen d'éducatifs).
 - Exécutez d'abord les activités qui exigent de la coordination et de la réflexion (présentation de nouveaux éléments).
 - Ensuite, exécutez les activités qui requièrent principalement de la force.
 - Puis en dernier, exécutez les activités qui demandent de l'endurance.
- Identifiez les activités de retour au calme.
 - Réduisez l'intensité lentement pour que les participants retrouvent le calme.
 - Faites des exercices d'étirement.
- Passez en revue la journée, établissez des buts pour la prochaine journée et indiquez l'heure de rencontre.

PLANIFICATION D'UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

Âge du groupe: U6 U8 U10 U12 Niveau Étoiles des Neiges :

Période de l'année :

Date :

Club :

Horaire : de à

Équipements requis :

Terrain requis :

Terrain (plateau) requis :

Objectif(s) :

Introduction

Points clés/éléments de sécurité

Échauffement

Prévoir un échauffement général et spécifique ainsi que certains exercices d'étirement

Points clés/éléments de sécurité

Équipements requis

Partie principale

Vérifier l'ordre des activités

Points clés/éléments de sécurité

Équipements requis

Retour au calme

Points clés/éléments de sécurité

Équipements requis

Conclusion

Points clés/éléments de sécurité

CONCEPTION D'UN PLAN D'ACTION D'URGENCE (PAU)

Reportez-vous au module « La planification d'une séance d'entraînement » et au *Document de référence* qui ont été présentés pendant le stage de niveau introduction.

Un plan d'action d'urgence (PAU) est un plan conçu par l'entraîneur qui lui permet de réagir à une situation d'urgence. Ce plan permet de préparer l'entraîneur afin qu'il puisse répondre, de façon responsable et éclairée, à toute situation d'urgence qui se présente.

Le PAU doit être conçu en fonction de la piste où vous tenez habituellement vos séances d'entraînement ainsi que des pistes où se tiennent les compétitions.

Un PAU peut être simple ou encore très élaboré et doit comporter les éléments suivants :

1. Déterminez à l'avance qui est la personne responsable en cas d'urgence (il est fort possible que cette personne soit vous).
2. Ayez en votre possession une radio chargée. Si vous n'avez pas de radio, vous devrez demander à un skieur d'aller à la remontée le plus près pour demander du secours.
3. Ayez sur vous une liste de numéros de téléphone des parents ou tuteurs des skieurs.
4. Ayez sous la main la fiche médicale de chacun de vos skieurs de manière à pouvoir fournir l'information nécessaire aux patrouilleurs. Il est important de joindre à cette fiche un formulaire de consentement signé par le parent ou tuteur qui autorise tout traitement médical en cas d'urgence.
5. Préparez une description du lieu d'entraînement et remettez-la à la patrouille afin que les patrouilleurs puissent parvenir le plus rapidement possible sur les lieux.
6. Assurez-vous que vous avez accès à une trousse de premiers soins complète (les entraîneurs sont fortement incités à suivre une formation en premiers soins).

Un PAU doit être mis en marche immédiatement lorsqu'une personne blessée montre les signes suivants :

- absence de respiration;
- absence de pouls;
- saignement profus;
- conscience perturbée;
- blessure au dos, au cou ou à la tête;
- traumatisme majeur apparent à un membre.

LISTE DE VÉRIFICATION DU PLAN D'ACTION D'URGENCE

- | | | |
|---|---|---|
| Accès aux téléphones | — | Radio, pile bien chargée |
| | — | Sites d'entraînement |
| | — | Sites de compétition (à domicile) |
| | — | Sites de compétition (à l'extérieur) |
| | — | Liste de numéros de téléphone d'urgence (compétitions à domicile) |
| | — | Liste de numéros d'urgence (compétitions à l'extérieur) |
| Communication avec la patrouille | — | Pièces de monnaie pour faire des appels à partir d'un téléphone public |
| | — | La patrouille de ski a été avisée au sujet de l'entraînement ou de la compétition. |
| Renseignements sur les coureurs | — | Fiche de renseignements personnels |
| | — | Personnes à contacter en cas d'urgence |
| | — | Fiche médicale |
| Information personnelle | — | La personne responsable est déterminée. |
| | — | La personne responsable des appels est déterminée. |
| | — | Des adjoints (pour la personne responsable et la responsable des appels) sont déterminés. |

La fiche médicale de chaque skieur/coureur doit être à jour et placée dans la trousse de premiers soins.

La trousse de premiers soins doit être accessible en tout temps et être vérifiée régulièrement. Pour connaître le contenu de la trousse de premiers soins, reportez-vous à l'annexe 1 « Trousse de premiers soins » dans le Document de référence.

EXEMPLE D'UN PLAN D'ACTION D'URGENCE

Informations sur les personnes à contacter

Inclure la fiche médicale de chaque skieur/coureur et de chaque membre du personnel d'entraîneurs et joindre suffisamment de pièces de monnaie pour être en mesure de faire plusieurs appels téléphoniques. Le PAU doit être imprimé recto verso sur une seule page.

Numéros de téléphone de la patrouille de ski : (xxx) xxx-xxxx
Numéro de téléphone cellulaire de l'entraîneur : (xxx) xxx-xxxx
Numéro de téléphone cellulaire de l'entraîneur adjoint : (xxx) xxx-xxxx

Numéro de téléphone du club de ski : (xxx) xxx-xxxx

Personne responsable (1^{re} option) : Jean Dufort (entraîneur)
Personne responsable (2^e option) : Jeanne Lemieux (entraîneure adjointe)
Personne responsable (3^e option) : Réjeanne Toupin (parent, infirmière, habituellement sur les lieux)

Personne responsable des appels (1^{re} option) : Paul Lemieux (parent, cellulaire xxx-xxxx)
Personne responsable des appels (2^e option) : Carole Trahan (parent, cellulaire xxx-xxxx)
Personne responsable des appels (3^e option) : Odette Gauthier (parent, cellulaire xxx-xxxx)

Rôles et responsabilités

Personne responsable

- Prévenir les risques additionnels de blessures en sécurisant le lieu où se trouve la personne blessée et en la protégeant contre les intempéries ou l'environnement.
- Désigner la personne qui aura la responsabilité de superviser les autres skieurs.
- Se protéger elle-même (porter des gants si elle est en contact avec des liquides corporels tels que du sang de la personne blessée).
- Évaluer les signes vitaux de la personne blessée (vérifier si les voies respiratoires sont dégagées, s'il y a présence de respiration et de pouls et qu'il n'y a pas de saignement profus).
- Demeurer auprès de la personne blessée jusqu'à l'arrivée des patrouilleurs et jusqu'à son départ en civière.
- Remplir un rapport d'accident.

Personne responsable des appels

- Appeler la patrouille.
- Fournir les renseignements nécessaires (p. ex., lieu du site d'entraînement, nature de la blessure, premiers secours administrés).
- S'assurer que l'accès au lieu où se trouve la personne blessée est dégagé avant que la patrouille arrive.
- Téléphoner à la personne à contacter inscrite sur la fiche médicale.

MARCHE À SUIVRE EN CAS DE BLESSURE

Étape 1 : Contrôlez l'environnement afin d'éviter d'aggraver la situation

- Demandez à tous les skieurs que vous encadrez de suspendre les activités.
- Protégez-vous si vous pensez qu'il y a risque de saignement (mettez des gants).
- Essayez de garder le skieur au chaud et protégez-le des autres skieurs sur la piste.

Étape 2 : Faites une première évaluation de la situation

Si le skieur blessé :

- ne respire plus;
- n'a pas de pouls;
- saigne abondamment;
- a la conscience perturbée;
- est blessé au dos, au cou ou à la tête;
- a un traumatisme majeur apparent à un membre;
- est incapable de bouger un bras ou une jambe ou n'a plus de sensations dans ses membres.

Si le skieur ne montre pas les signes précédents, passez à l'étape 3.

*Activez le
PAU!*

Étape 3 : Faites une seconde évaluation de la situation

- Recueillez des informations en posant des questions au skieur blessé ou à des témoins.
- Demeurez avec le skieur et tentez de le calmer; votre ton de voix et votre langage corporel seront très importants.
- Si possible, demandez au skieur de se déplacer par lui-même à l'extérieur du parcours; ne tentez pas de déplacer un skieur blessé.

Étape 4 : Évaluez la blessure

- Laissez une personne ayant une formation en premiers soins évaluer la blessure et déterminer les mesures à prendre.
- Si cette personne est incertaine de la gravité de la blessure ou si la personne n'a une formation en secourisme, mettez votre PAU en marche. Si la personne ayant une formation en secourisme est certaine que la blessure est sans gravité, passez à l'étape 5.

*Activez le
PAU!*

Étape 5 : Surveillez le retour à la pratique du ski

Assurez-vous que le skieur recommence à skier uniquement lorsque les symptômes suivants ont disparu :

- enflure;
- déformation;
- saignement continu;
- diminution de l'amplitude articulaire;
- douleur ressentie lorsque la partie du corps lésée est sollicitée.

Étape 6 : Remplissez un rapport d'accident et informez les parents

CONCEVEZ VOTRE PLAN D'ACTION D'URGENCE

Concevez un plan d'action d'urgence qui correspond à votre situation.

Signature du mentor : _____

EFFECTUEZ UNE AUTO-ÉVALUATION D'UNE JOURNÉE D'ENTRAÎNEMENT

Noms :

L'entraînement était-il sécuritaire en tout temps? Donnez des preuves.

Quel était le but de la journée? Était-il clair?

Le but correspondait-il au niveau Étoiles des Neiges de mes skieurs/coureurs et aux lignes directrices du DLTA d'ACA?

Le plan des activités d'activation a-t-il été suivi?
Dans l'AFFIRMATIVE, donnez des preuves.

Dans la NÉGATIVE, expliquez pourquoi.

Les éducatifs ou les exercices étaient-ils reliés au but de la journée? Nommez les éducatifs et exercices effectués. Ont-ils donné les résultats escomptés? Pourquoi?

Apportez des commentaires sur les rétroactions que vous avez données aux skieurs/coueurs. Étaient-elles positives et constructives?

Si vous étiez responsable du groupe, que feriez-vous différemment?

PRISE DE DÉCISIONS ÉTHIQUES DU PNCE – ÉVALUATION EN LIGNE

Afin d'obtenir le statut CERTIFIÉ à titre d'entraîneur de niveau introduction, une des étapes du niveau introduction consiste à effectuer l'évaluation en ligne Prise de décisions éthiques (version Compétition-Introduction) du PNCE.

Après avoir effectué le module Prise de décisions éthiques du PNCE et le stage de niveau introduction d'ACA-ESC, vous n'avez qu'à vous rendre sur le site Web de l'Association canadienne des entraîneurs (ACE) à www.coach.ca pour effectuer l'évaluation.

AVANT de pouvoir vous inscrire à l'évaluation en ligne, vous aurez besoin de votre numéro de Programme national de certification des entraîneurs (n° de CC). Le numéro de PNCE est attribué par l'ACE lorsqu'une entrée initiale est effectuée dans la base de données du PNCE. Ceci s'effectue généralement après la soumission des résultats du stage de niveau introduction d'ACA-ESC à la base de données du PNCE. Cette démarche peut prendre entre un et deux mois après la fin du stage.

Si vous avez déjà suivi des cours du PNCE ou un stage dans une autre discipline sportive, il est possible que vous ayez déjà un numéro de PNCE. Vous pouvez vérifier votre numéro en ouvrant votre page personnelle sur le site Web d'ACA-ESC et en cliquant sur l'onglet « Info générale ».

ACA-ESC recommande à tous les entraîneurs de faire cette évaluation en ligne dès qu'ils ont terminé le module de formation Prise de décisions éthiques du PNCE ou pendant le Programme de mentorat de niveau introduction. Nous vous conseillons de consulter le *Document de référence* du niveau introduction et de revoir l'information sur la prise de décisions éthiques avant de vous inscrire à l'évaluation en ligne.

Niveau introduction

Preuves et normes – Évaluation de l'entraînement (Partie A)



Nom : _____
Lieu de l'évaluation : _____ Date : _____

Le candidat doit démontrer au moins toutes les **preuves indiquées en gras** dans les zones ombragées afin d'obtenir la mention finale « Satisfait les attentes ».

SA – Satisfait les attentes
BA – Besoin d'amélioration

Soutenir les skieurs/coureurs en entraînement				
Maintenir un milieu d'entraînement sécuritaire.				
• L'entraîneur surveille le milieu d'entraînement.	OUI	NON		
• Il prend les mesures afin de minimiser les risques pour les skieurs au cours de la séance (y compris l'équipement et l'adaptation aux facteurs environnementaux).	OUI	NON		
• Il conçoit un PAU contenant les éléments particuliers en fonction du lieu d'entraînement (tels qu'énumérés dans la planification d'une séance d'entraînement).	OUI	NON		
	Note finale	BA	SA	
Diriger une séance d'éducatifs pour améliorer les habiletés techniques au stade Fondements du ski.				
• Il choisit le terrain favorable à l'apprentissage.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Les explications et démonstrations sont axées sur 1 à 3 éléments d'apprentissage clés.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Les éléments d'apprentissage clés correspondent au programme Étoiles des Neiges et au DLTA d'ACA.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Les activités contribuent au développement des habiletés selon le niveau ciblé dans le programme Étoiles des Neiges.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il introduit diverses possibilités en vue d'adapter la séance pour assurer un apprentissage optimal.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il adapte la séance en fonction de l'analyse de la performance des skieurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
	Note finale	BA	SA	
Communiquer les consignes et les rétroactions aux skieurs/coureurs de façon à favoriser l'apprentissage.				
• Il crée des occasions pour interagir avec tous les skieurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il se place de façon à être entendu et vu par tous les skieurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il renforce les efforts et la performance des skieurs de façon constructive.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il maximise l'horaire de la séance en sollicitant la participation active des skieurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Les corrections apportées sont prescriptives (axées sur comment et pourquoi améliorer l'habileté plutôt que sur quoi améliorer).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il adapte les activités pour maintenir la concentration et l'apprentissage des skieurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il encourage et donne du renforcement positif. Il donne des explications claires et concises de l'activité/tâche.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il fait de bonnes démonstrations de l'activité/tâche au besoin.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il adapte les activités de la séance pour offrir un défi adéquat.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
	Note finale	BA	SA	

Évaluateur : _____ Date : _____

Niveau introduction

Preuves et normes – Évaluation de l'entraînement (Partie A)



Nom : _____
Lieu de l'évaluation : _____ Date : _____

Le candidat doit démontrer au moins toutes les **preuves indiquées en gras** dans les zones ombragées afin d'obtenir la mention finale « Satisfait les attentes ».

SA – Satisfait les attentes
BA – Besoin d'amélioration

Analyser la performance				
Utiliser la structure du programme Étoiles des Neiges pour examiner et améliorer la performance.				
• Il observe les habiletés sous les meilleurs angles de vue :				
• Il observe plusieurs répétitions de la tâche.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il regarde sous différents angles.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il effectue des activités qui favorisent les habiletés de réflexion et de concentration selon le niveau des skieurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il identifie le niveau des skieurs en fonction du programme Étoiles des Neiges et du DLTA d'ACA.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il utilise le programme Étoiles des Neiges pour prescrire un éducatif visant à améliorer une qualité athlétique, une habileté motrice et une habileté de concentration.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
		Note finale	BA	SA

Planifier une séance d'entraînement				
Identifier les éléments de logistique et concevoir un plan d'entraînement journalier.				
• La séance comporte un objectif clair et correspond au niveau Étoiles des Neiges des skieurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• L'âge et le niveau Étoile des Neiges des skieurs sont précisés.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Les parties principales de la séance sont identifiées : intro, échauffement, activation, retour au calme et conclusion.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Les activités et la durée de la séance sont conformes aux stades de croissance et de développement des skieurs (tels que définis dans le DLTA d'ACA).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Le choix du terrain et l'équipement sont décrits et correspondent aux objectifs de la séance.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Les activités sont utiles et liées à l'objectif général de la séance (elles correspondent aux niveaux Étoiles des Neiges et aux lignes directrices du DLTA d'ACA).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• La séance d'entraînement correspond à la structure du plan saisonnier.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
		Note finale	BA	SA

Concevoir un plan d'action d'urgence.				
• L'emplacement des téléphones est identifié (téléphone cellulaire ou conventionnel).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Une liste de numéros de téléphone en cas d'urgence est établie.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• L'emplacement des fiches médicales de chaque skieur encadré par l'entraîneur est connu.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• L'emplacement de la patrouille de ski est identifié.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Les indications pour se rendre au site d'entraînement sont données.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
		Note finale	BA	SA

Évaluateur : _____ Date : _____

ÉVALUATION DE L'ENTRAÎNEMENT AUX FINS DE LA CERTIFICATION



Niveau introduction

SOMMAIRE DE L'ÉVALUATION DE L'ENTRAÎNEMENT (Partie A)

Nom : _____

Lieu de l'évaluation : _____ Date : _____

SA – Satisfait les attentes
BA – Besoin d'amélioration

Soutenir les skieurs/coueurs en entraînement

Maintenir un milieu d'entraînement sécuritaire.	BA	SA
Diriger une séance d'éducatifs pour améliorer les habiletés techniques au stade Fondements du ski.	BA	SA
Communiquer les consignes et les rétroactions aux skieurs/coueurs de façon à favoriser l'apprentissage.	BA	SA

Analyser la performance

Utiliser la structure du programme Étoiles des Neiges pour examiner et améliorer la performance.	BA	SA

Planifier une séance d'entraînement

Identifier les éléments de logistique et concevoir un plan d'entraînement journalier.	BA	SA
Concevoir un plan d'action d'urgence.	BA	SA

Plan d'action et commentaires

--

Signature de l'évaluateur-mentor : _____ Date : _____

Plan d'action pour l'entraîneur : les étapes suivantes

<p>Inférieur aux normes</p> <p>Identifier ce que l'entraîneur doit faire pour réussir l'évaluation en fonction des critères énumérés ci-dessus. Par exemple, modifier des éléments dans le portfolio et le soumettre à nouveau; refaire une séance d'entraînement avec un évaluateur; suivre d'autres formations.</p>	
<p>Répond aux normes</p> <p>Identifier ce que l'entraîneur doit faire pour maintenir sa certification. Par exemple, des activités de développement professionnel pertinentes, mentorat, etc.</p>	
<p>Supérieur aux normes</p> <p>Identifier des activités de formation plus avancées lorsque l'entraîneur a obtenu une note très élevée pour certains résultats. Par exemple, des activités de formation en pédagogie.</p>	

Signature de l'évaluateur : _____ Date : _____

Signature de l'entraîneur : _____ Date : _____

Niveau introduction
Preuves et normes – Évaluation de l'entraînement (Partie B)



Nom : _____

Date : _____

Lieu de l'évaluation : _____

Le candidat doit au moins démontrer **la norme en gras**, qui est reliée à chacune des **preuves ombragées**, afin d'obtenir le résultat final « Satisfait les attentes ».

SA – Satisfait les attentes
 BA – Besoin d'amélioration

Soutenir les skieurs/coueurs dans divers milieux				
Préparer le milieu d'entraînement en fonction du niveau Fondements du ski.				
• L'entraîneur est conscient des aspects liés à la sécurité et aux risques :				
○ il s'assure que les zones de chute sont adéquates;	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
○ il surveille la sécurité sur la piste;	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
○ il reconnaît les facteurs de risque naturels et humains.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il prépare un milieu d'entraînement sécuritaire et réduit les risques lorsqu'il y a lieu.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il utilise adéquatement l'équipement (le dispositif à bascule des piquets, mini-piquets ou brosses se trouve au niveau de la surface de la neige, les piquets sont droits, perceuses, radios, etc.).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
		Note finale	BA	SA

Planifier une séance d'entraînement				
Diriger une séance d'entraînement qui favorise le développement des habiletés techniques et athlétiques des skieurs de niveau Fondements du ski.				
• Il est capable de choisir le bon terrain.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il tient compte de l'âge et du niveau Étoiles des Neiges des skieurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Le milieu d'entraînement favorise le développement des qualités athlétiques essentielles du programme Étoiles de Neiges (agilité, équilibre, coordination, vitesse 1).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Le traçage favorise le développement des habiletés cognitives et de prise de décision fondamentale.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Les objectifs d'apprentissage clés sont identifiés et correspondent aux niveaux Étoiles des Neiges.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Les activités ont un but et correspondent aux objectifs généraux.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• L'emplacement de la séance est identifié dans le plan saisonnier.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
		Note finale	BA	SA
Prépare efficacement des milieux d'entraînement particuliers.				
• Il favorise l'esprit compétitif dans le milieu d'entraînement.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il varie le parcours/éducatif pour poser des défis aux skieurs lorsqu'il y a lieu.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il est capable de modifier le milieu en fonction de la réponse des skieurs à l'entraînement.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il permet aux skieurs de faire suffisamment de répétitions et de consacrer suffisamment de temps à la tâche.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
• Il parle à tous les skieurs et leur donne de la rétroaction au moment opportun.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
		Note finale	BA	SA

Signature de l'évaluateur-mentor : _____ Date : _____

ÉVALUATION DE L'ENTRAÎNEMENT AUX FINS DE LA CERTIFICATION



Niveau introduction

SOMMAIRE DE L'ÉVALUATION DE L'ENTRAÎNEMENT (Partie B)

Nom : _____
Lieu de l'évaluation : _____ Date : _____

SA – Satisfait les attentes
BA – Besoin d'amélioration

Soutenir les skieurs/coureurs dans divers milieux

	BA	SA
Préparer le milieu d'entraînement en fonction du niveau Fondements du ski.		
Diriger une séance d'entraînement qui favorise le développement des habiletés techniques et athlétiques des skieurs de niveau Fondements du ski.	BA	SA
Préparer efficacement des milieux d'entraînement particuliers.	BA	SA

Plan d'action et commentaires

--

Signature du mentor-évaluateur : _____ Date : _____

Plan d'action pour l'entraîneur : les étapes suivantes

<p>Inférieur aux normes</p> <p>Identifier ce que l'entraîneur doit faire pour réussir l'évaluation en fonction des critères énumérés ci-dessus. Par exemple, modifier des éléments dans le portfolio et le soumettre à nouveau; refaire une séance d'entraînement avec un évaluateur; suivre d'autres formations.</p>	
<p>Répond aux normes</p> <p>Identifier ce que l'entraîneur doit faire pour maintenir sa certification. Par exemple, des activités de développement professionnel pertinentes, mentorat, etc.</p>	
<p>Supérieur aux normes</p> <p>Identifier des activités de formation plus avancées lorsque l'entraîneur a obtenu une note très élevée pour certains résultats. Par exemple, des activités de formation en pédagogie.</p>	

Signature de l'évaluateur : _____ Date : _____

Signature de l'entraîneur : _____ Date : _____

Protocole – Évaluation – Élaboration d’un programme de ski de compétition de base

FORMATION

REMARQUE : L’entraîneur doit effectuer la formation multisport Élaboration d’un programme sportif de base AVANT de procéder à l’évaluation. Cette formation ne fait pas partie du stage de niveau introduction. Veuillez consulter le site Web d’ACA–ESC (www.canskicoach.org) pour obtenir de plus amples informations sur cette formation du PNCE.

ÉVALUATION

Documents à soumettre en vue de l’évaluation

L’entraîneur doit soumettre la documentation exigée en utilisant :

- la feuille de travail fournie plus loin dans ce document; et/ou
- ses propres feuilles ou documents en s’assurant que les preuves satisfont ou dépassent celles indiquées dans la Partie C du présent document.

Les documents ci-dessus peuvent être remis à l’évaluateur de niveau introduction dans une version papier ou une version électronique.

Peu importe le format utilisé, l’entraîneur **doit** s’assurer que les renseignements fournis reflètent toutes les preuves et tous les critères décrits dans les formulaires d’évaluation de l’élaboration d’un programme de ski de compétition de base (voir les pages suivantes).

Communication avec l’évaluateur de niveau introduction

L’évaluateur **contactera l’entraîneur** afin de coordonner les éléments logistiques et la présentation de la Partie C du *Registre et guide d’apprentissage en entraînement du niveau introduction*.

L’évaluateur doit :

- évaluer les documents pour voir s’ils sont structurés et complets conformément à l’outil de collecte de données;
- prévoir un appel ou une rencontre avec l’entraîneur afin d’obtenir des précisions sur des informations présentées dans les documents;
- donner des commentaires à l’entraîneur au sujet des bons points indiqués dans les documents ou d’éléments requérant une modification.
- procéder à une séance-bilan avec l’entraîneur afin de passer en revue le portfolio et de recueillir d’autres informations s’il y a lieu.
- Rendre sa décision quant aux compétences de l’entraîneur relativement à la Partie C du *Registre et guide d’apprentissage en entraînement*.

Partie C – Les particularités

L'entraîneur doit d'assurer que les documents soumis comprennent les éléments suivants :

Outil de planification annuelle en ski alpin

L'entraîneur doit remplir la feuille de travail Outil de planification annuelle (OPA) en ski alpin. Cette feuille doit couvrir au moins 40 semaines d'entraînement et comprendre les éléments suivants :

Périodes de préparation, de compétition et de transition

L'entraîneur doit remplir l'OPA et s'assurant qu'il tient compte des éléments suivants :

- établir les périodes de préparation, de compétition et de transition;
- établir les phases dans les périodes de préparation et de compétition;
- établir le nombre et l'importance des compétitions au calendrier dans la période de compétition (à l'échelle nationale, provinciale et régionale);
- établir les possibilités d'entraînement dans les phases et les périodes déterminées.
- déterminer les tests physiques prévus;
- déterminer les congés en vue de la récupération;
- déterminer l'âge et le stade de développement des athlètes selon le DLTA d'ACA.

Intégration des priorités d'entraînement

L'entraîneur doit remplir l'OPA en s'assurant qu'il tient compte des éléments suivants :

- les possibilités d'entraînement sur neige dans la période de compétition;
- les possibilités d'entraînement dans le plan annuel correspondant aux stades de développement **Apprendre à s'entraîner** du DLTA d'ACA.
- les activités d'affûtage en vue de la performance optimale de l'athlète dans la phase de compétition du plan annuel.

Feuille de travail – Outil de planification annuelle (OPA)

(voir le document distinct)

Sommaire de l'évaluation (Partie C)

Élaboration d'un programme de ski de compétition de base



Nom : _____

Notation

BA – BESOIN D'AMÉLIORATION

- A une compréhension limitée des éléments essentiels liés aux tâches de l'entraîneur.
- Requiert trop de conseils ou d'aide.
- Ne peut travailler sans un encadrement constant.

SA – SATISFAIT LES ATTENTES

- Comprend les éléments essentiels des tâches de l'entraîneur.
- Requiert peu d'encadrement ou d'aide.
- Peut travailler de façon autonome.

Élaboration d'un programme de ski de compétition de base

Critères	Commentaires sommaires	Note
Définir la structure du programme en se basant sur les possibilités d'entraînement et de compétition.		BA SA
Intégrer les possibilités et les priorités d'entraînement dans le plan annuel.		BA SA
Déterminer les mesures du programme pour favoriser le développement des athlètes.		BA SA
Planifier les séances d'entraînement en fonction des phases du plan annuel.		BA SA
Pour réussir, l'entraîneur doit obtenir SA partout.		Résultat global BA SA

Évaluateur : _____ Date : _____

Preuves et normes (Partie C)

Élaboration d'un programme de ski de compétition de base



Nom : _____

Lieu de l'évaluation : _____ Date : _____

Notation

Pour chaque critère ombragé, l'entraîneur doit obtenir les éléments suivants pour réussir l'évaluation :

- le nombre minimal de **preuves observables** exigées (p. ex., Exigences 5/7);
- TOUTES les preuves ombragées liées à la norme **en gras** (p. ex., **Plupart du temps**).

Élaboration d'un programme de ski de compétition de base

Preuves observables	Normes d'observation			
Définir la structure du programme en se basant sur les possibilités d'entraînement et de compétition. Exigences : 5/6				
Identifie la phase de compétition et intègre les périodes d'entraînement dans le plan annuel.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
Identifie la durée de chaque période du programme (préparation, compétition, transition).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
Identifie la durée de chaque phase à l'intérieur des périodes (générale/spécifique, pré-compétition/compétition, transition).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
Identifie le nombre et la fréquence des séances d'entraînement par rapport au nombre de compétitions dans la phase de compétition.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
Détermine le ratio entraînement-compétition en fonction des stades Apprendre à s'entraîner et Apprendre la compétition.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
Identifie l'importance de compétitions particulières.				
Intégrer les possibilités et les priorités d'entraînement dans le plan annuel. Exigences : 2/2				
Identifie les capacités athlétiques et les objectifs d'entraînement à prioriser à des moments précis dans le plan annuel.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
S'assure que les priorités d'entraînement sont conformes aux principes décrits dans le modèle de DLTA d'ACA.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
Déterminer les mesures du programme pour favoriser le développement des athlètes. Exigences : 2/3				
Priorise les activités d'entraînement clés dans les périodes du plan annuel selon les principes du modèle de DLTA d'ACA.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
S'assure que le ratio entraînement-compétition convient au stade de développement de l'athlète.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
S'assure que les activités d'entraînement conviennent à l'âge et au niveau d'habileté des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
Planifier les séances d'entraînement en fonction du plan annuel. Exigences : 5/7				
Prévoit des congés afin d'optimiser la récupération et la régénération.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
Détermine des séances de tests physiques dans le plan annuel afin de valider les améliorations spécifiques sur le plan de la condition physique.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
S'assure que les séances d'entraînement reflètent les objectifs d'apprentissage et de rendement spécifique de l'athlète.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
Les séances d'entraînement sont planifiées en fonction du début, du milieu et de la fin du programme.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
Détermine les périodes d'affûtage en vue de la performance optimale de l'athlète dans la phase de compétition de l'OPA.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
Détermine les modifications à apporter aux activités d'entraînement en fonction du rendement de l'athlète à l'entraînement.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais
S'assure que la durée et la fréquence des séances d'entraînement correspondent aux compétitions spécifiques.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais

Évaluateur : _____ Date : _____

Plan d'action pour l'entraîneur : les étapes suivantes

<p>Inférieur aux normes</p> <p>Identifier ce que l'entraîneur doit faire pour réussir l'évaluation en fonction des critères énumérés ci-dessus. Par exemple, modifier des éléments dans le portfolio et le soumettre à nouveau; refaire une séance d'entraînement avec un évaluateur; suivre d'autres formations.</p>	
<p>Répond aux normes</p> <p>Identifier ce que l'entraîneur doit faire pour maintenir sa certification. Par exemple, des activités de développement professionnel pertinentes, mentorat, etc.</p>	
<p>Supérieur aux normes</p> <p>Identifier des activités de formation plus avancées lorsque l'entraîneur a obtenu une note très élevée pour certains résultats. Par exemple, des activités de formation en pédagogie.</p>	

Signature de l'évaluateur : _____ Date : _____

Signature de l'entraîneur : _____ Date : _____

PROCÉDURES VISANT À ACCORDER LES CRÉDITS D'ÉVALUATION

Évaluation de l'entraînement de niveau introduction – Partie A

Évaluation de traçage de situations de niveau introduction – Partie B

Évaluation de l'élaboration d'un programme de ski de compétition de base – Partie C

L'évaluateur a la responsabilité de s'assurer que l'entraîneur répond à toutes les exigences avant l'évaluation et qu'il obtient les crédits une fois l'évaluation réussie.

Procédures pour l'obtention des crédits

L'entraîneur doit :

1. S'assurer que son document est propre et bien rempli et qu'il est signé par l'évaluateur aux endroits indiqués.
2. Rappeler à l'évaluateur qu'il a la responsabilité de remplir l'évaluation en ligne afin que les crédits lui soient accordés.

L'évaluateur doit :

3. Être accrédité par ACA-ESC et détenir le statut « Évaluateur formé », selon le contexte, **AVANT** d'évaluer un entraîneur sur le terrain aux fins de la certification.
4. Signer TOUS les endroits indiqués dans le document, y compris les formulaires d'évaluation détaillés et le sommaire.
5. Remettre à l'entraîneur le document complet après l'avoir examiné et rempli les formulaires d'évaluation.
6. Créer un « Événement d'évaluation » à partir de sa page personnelle sur le site Web d'ACA-ESC, et saisir les résultats d'évaluation afin que les crédits soient accordés à l'entraîneur.

Marche à suivre :

- a. Allez sur le site Web d'ACA-ESC à www.canskicoach.org.
 - b. Sélectionnez « Ouvrir ma page personnelle ».
 - i. Entrez votre numéro de membre et votre mot de passe pour vous connecter. Pour obtenir de l'aide, contactez coach@alpinecanada.org.
 - c. Sélectionnez l'onglet « Créer des événements d'évaluation » une fois dans votre page personnelle.
 - d. Suivez les instructions pour créer l'événement. Ensuite, sélectionnez l'onglet « Événements que je donne » pour sélectionner l'événement et entrer les résultats de l'évaluation de l'entraîneur. L'événement est FERMÉ une fois que les résultats sont saisis et que le formulaire est soumis.
7. Les évaluateurs sont priés de créer l'événement d'évaluation et d'entrer les résultats le plus tôt possible après une évaluation.

ACA-ESC doit :

8. Mettre à jour les dossiers des entraîneurs dans sa base de données et celle du PNCE (Le Casier).

La démarche est simple et rapide!