



Suivez-nous et parlez-nous sur



Niveau performance

Lignes directrices concernant le portfolio de l'entraîneur

dans le cadre de l'observation sur le terrain et de la séance-bilan

Partie A – Évaluation de l'entraînement – pendant un entraînement

Partie B – Évaluation de l'entraînement – pendant une compétition

dans le cadre de l'examen des documents

Partie C – Évaluation de la conception d'un programme

Partie D – Évaluation de la gestion d'un programme

Chaque athlète mérite un entraîneur CERTIFIÉ.





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.

Table des matières

Processus d'évaluation de l'entraînement.....	5
Partie A – Protocole d'évaluation de l'entraînement – pendant un entraînement	7
Partie A – Les particularités	10
Planification d'une séance d'entraînement.....	10
Feuille de travail – Logistique du plan d'entraînement et renseignements généraux.....	11
Feuille de travail – Plan de la séance d'entraînement.....	14
Plan d'action d'urgence	16
Exemple d'un plan d'action d'urgence	17
Feuille de travail – Plan d'action d'urgence.....	18
Feuille de travail – Séance d'entraînement – Priorités et objectifs	19
Sommaire de l'évaluation.....	20
Preuves et normes de l'évaluation.....	22
Partie B – Protocole d'évaluation de l'entraînement – pendant une compétition	26
Partie B – Les particularités	28
Feuille de travail – Rôles, responsabilités et comportements attendus.....	30
Feuille de travail – Logistique et renseignements généraux liés à la compétition	32
Feuille de travail – Efficacité de l'athlète en compétition.....	34
Feuille de travail – Exigences athlétiques et énergétiques requises pour la compétition	35
Feuille de travail – Efficacité psychologique des athlètes en compétition	36
Feuille de travail – Priorités et objectifs de la compétition	37
Sommaire de l'évaluation.....	38
Preuves et normes de l'évaluation.....	40
Partie C – Protocole d'évaluation de la planification de la performance (Conception d'un programme)	42
Partie C – Les particularités	43
Feuille de travail – Progression des séances d'entraînement multiples – Planification d'un microcycle	45
Feuille de travail – Protocoles de rendement maximal et d'affûtage de l'athlète.....	46
Feuille de travail – Outil de plan annuel en ski alpin.....	47
Sommaire de l'évaluation.....	48
Preuves et des normes de l'évaluation	49
Partie D – Protocole d'évaluation de la planification de la performance (Gestion d'un programme)	51
Partie D – Les particularités	52
Feuille de travail – Objectifs clés du programme.....	55
Feuille de travail – Logistique du programme et renseignements généraux	56
Feuille de travail – Gestion des modalités administratives du programme.....	57
Sommaire de l'évaluation.....	59
Preuves et normes de l'évaluation.....	60
Politique et procédure de réévaluation.....	62

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

***Tout portfolio malpropre ou incomplet
ne sera PAS
pris en compte!***

Soyez fier de votre travail!

Processus d'évaluation de l'entraînement

Qu'est-ce que le portfolio de l'entraîneur ?

Le portfolio de l'entraîneur constitue une preuve tangible des tâches que l'entraîneur peut FAIRE et, par conséquent, reflète ses compétences. La préparation du portfolio de l'entraîneur fait partie du processus d'évaluation formelle de l'entraînement dans le cadre du niveau performance de la FESC. Le portfolio comprend quatre parties :

- Partie A** – à remplir avant l'évaluation de l'entraînement – pendant un entraînement (observation sur le terrain et séance-bilan); pour l'obtention du statut CERTIFIÉ.
- Partie B** – à remplir avant l'évaluation de l'entraînement – pendant une compétition (observation sur le terrain et séance-bilan); pour l'obtention du statut CERTIFIÉ.

Le processus d'évaluation de l'entraînement pour les parties A et B comprend :

- **Un examen** du portfolio de l'entraîneur
 - Partie A – évaluation de l'entraînement – pendant un entraînement
 - Partie B – évaluation de l'entraînement – pendant une compétition
- **Une observation et une séance-bilan** de la séance d'entraînement
 - Partie A – pendant un entraînement avec les athlètes
 - Partie B – pendant une compétition avec les athlètes

Cette évaluation dure une (1) journée et comprend une séance-bilan qui se fait à l'intérieur après l'observation sur le terrain. L'évaluation est effectuée par un maître entraîneur-évaluateur autorisé de niveau performance.

- Partie C** – à remplir dans le cadre de la soumission des documents pour l'évaluation de la **planification de la performance (Conception d'un programme)**.
- Partie D** – à remplir dans le cadre de la soumission des documents pour l'évaluation de la **planification de la performance (Gestion d'un programme)**.

Comment remplir le portfolio

Le portfolio doit être rempli pendant la période où l'entraîneur travaille avec des athlètes aux stades « Apprendre la compétition - S'entraîner à la compétition », et doit représenter, dans la mesure du possible, **la documentation réelle et des exemples** d'activités réalisées ou d'outils utilisés pendant cette période.

L'entraîneur doit s'engager à travailler avec un maître entraîneur-évaluateur assigné par la FESC dans le cadre de ce processus.

L'entraîneur a la possibilité de présenter le portfolio de deux façons :

- il peut utiliser **les feuilles de travail comprises dans le présent document**; ou
- il peut utiliser **ses propres formulaires et rapports**, présentés dans une chemise, pourvu que les renseignements répondent ou dépassent les exigences établies dans le présent document.

Processus de certification de l'entraîneur

Statut de certification

Afin d'obtenir les statuts CERTIFIÉ et CERTIFIÉ AVANCÉ, tous les modules précités dans le cheminement doivent être réalisés.

Évaluation du niveau performance – Préalables

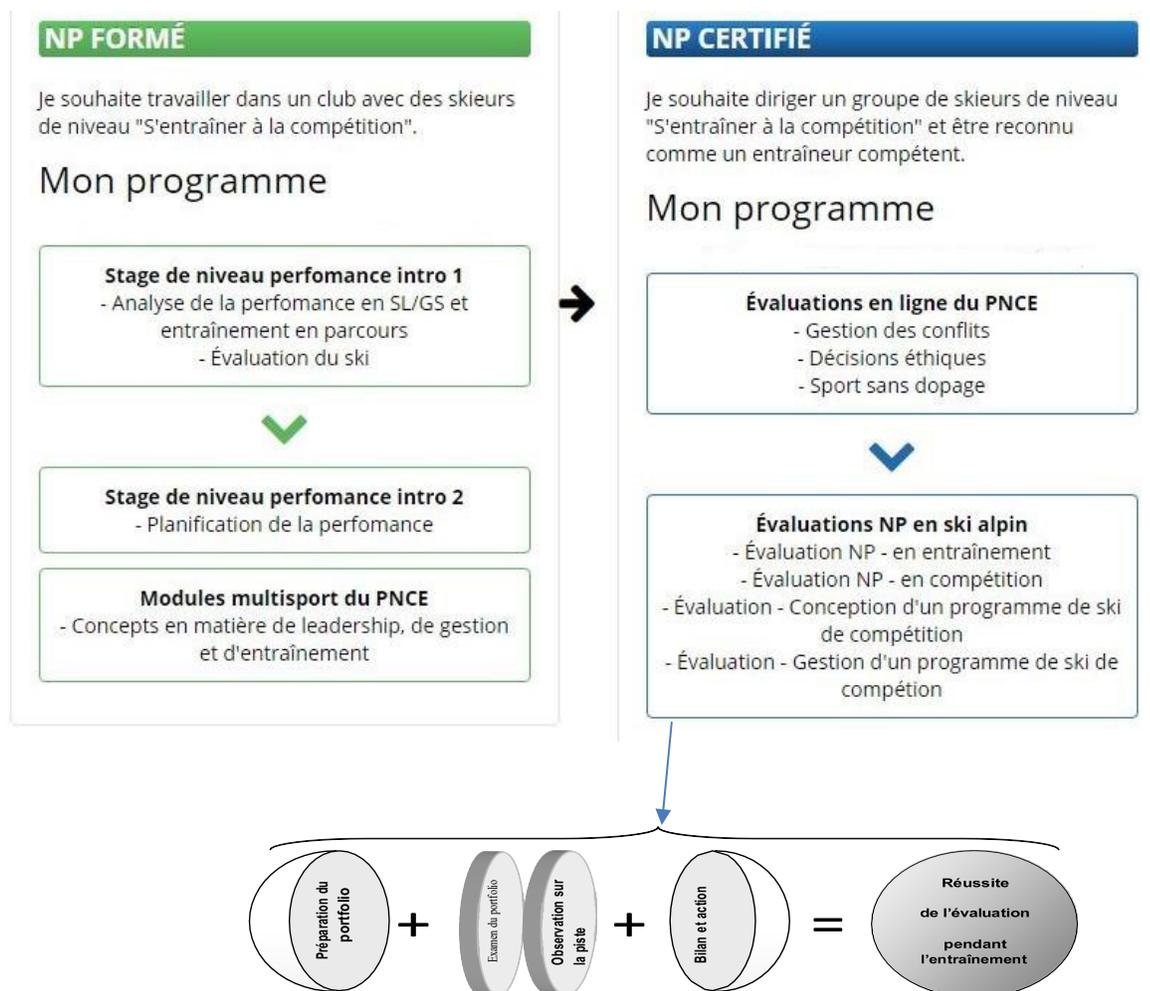
Afin de pouvoir vous inscrire à une évaluation du niveau performance, vous devez répondre aux conditions préalables suivantes :

Évaluation du niveau performance

- Évaluation de l'entraînement – pendant un entraînement (sur le terrain)
- Évaluation de l'entraînement – pendant une compétition (sur le terrain)
- Évaluation de la planification de la performance (Conception d'un programme) - documents
- Évaluation de la planification de la performance (Gestion d'un programme) - documents

Conditions préalables

- Stage niveau performance Intro 1
- Stage niveau performance Intro 1
- Stage niveau performance Intro 2
- Les modules multisports Compétition-Développement du PNCE sont fortement recommandés.



Partie A – Protocole d'évaluation de l'entraînement – pendant un entraînement

Les étapes suivantes décrivent la démarche de l'évaluation sur le terrain ainsi que les exigences requises pour l'inscription et la réussite de l'évaluation de l'entraînement sur le terrain – pendant un entraînement.

Avant l'observation sur la piste

- Le maître entraîneur-évaluateur **communiquera avec l'entraîneur** au moins deux semaines avant l'évaluation sur le terrain afin de coordonner la logistique et la soumission de la partie A du portfolio de l'entraîneur.
- L'entraîneur **enverra la partie A du portfolio dûment remplie** à l'évaluateur avant la date de l'évaluation prévue. Le portfolio de l'entraîneur doit comprendre les éléments suivants :
 - Le **plan d'entraînement** présentant les renseignements généraux et la logistique pour les activités d'entraînement, y compris :
 - l'âge, les qualités athlétiques et le stade de développement des habiletés motrices de chacun des athlètes;
 - les activités d'entraînement spécifiques qui sont pertinentes au plan d'entraînement annuel;
 - les activités qui intègrent les aptitudes mentales et la prise de décision tout en favorisant l'engagement cognitif;
 - l'identification des facteurs environnementaux et de sécurité;
 - un **plan d'action d'urgence (PAU)** spécifique à la discipline entraînée et au site d'entraînement.
 - Le **plan de la séance d'entraînement**, qui sera utilisé lors de l'observation sur le terrain, décrivant les activités et la progression de la séance qui contribueront à l'amélioration des athlètes en reflétant les éléments suivants :
 - les qualités athlétiques et motrices à favoriser pendant la séance d'entraînement;
 - la pertinence des activités selon la phase d'entraînement du plan annuel;
 - la planification des activités, y compris les variations qui offrent des défis appropriés;
 - la sensibilisation aux facteurs de risque potentiels et aux mesures de contrôle;
 - les activités adaptées en fonction de la forme physique des athlètes;
 - les activités adaptées au stade de développement des habiletés des athlètes;
 - l'identification des parties de la séance d'entraînement (échauffement, partie principale, retour au calme).
- Le maître entraîneur-évaluateur fixera un lieu de rencontre avec l'entraîneur pour la journée d'évaluation sur le terrain.
- Le maître entraîneur-évaluateur **examinera le portfolio** avec l'entraîneur et discutera de tout problème ou question découlant des documents fournis (rapport de progrès de l'athlète, appréciation de l'entraînement, appréciation du traçage). Cette discussion se veut de nature formative.

- Le maître entraîneur-évaluateur évaluera le **plan de la séance d'entraînement sur la piste** et le plan d'action d'urgence :
 - en vérifiant la structure et l'intégralité du plan selon l'outil de collecte de données;
 - en questionnant l'entraîneur pour obtenir des éclaircissements au sujet du plan sur la piste.
 - en fournissant des commentaires à l'entraîneur au sujet de son plan avant l'observation sur la piste.

Pendant l'observation sur la piste – pendant un entraînement

- La séance d'observation doit comprendre au moins **4 athlètes, de préférence de catégorie U16, U18, U21 ou plus âgés**. Cette évaluation **ne peut pas** se faire avec des athlètes de catégorie U14 ou moins âgés.
- La durée d'observation doit être d'au moins **6 heures**, incluant la période de préparation et la séance d'entraînement.
- L'entraîneur doit pouvoir faire tout ce qu'il fait en temps normal, sans être soumis à des restrictions.
- Le maître entraîneur-évaluateur suivra l'entraîneur partout, sans interférer ni gêner son travail.
- Si l'entraîneur communique avec ses athlètes par radio, le maître entraîneur-évaluateur doit avoir une radio pour entendre les conversations.
- Si l'entraîneur travaille avec d'autres entraîneurs, il doit faire en sorte de tracer le parcours et d'avoir au moins 4 athlètes avec lesquels il travaillera pendant la séance d'observation.
- Selon la situation qui survient sur la piste, l'entraîneur peut apporter des modifications à son plan initial, s'il y a lieu.
- Le maître entraîneur-évaluateur doit utiliser les formulaires « Preuves et normes de l'évaluation – Entraîner pendant un entraînement », fournis dans le présent document, pendant l'observation sur la piste, et immédiatement après, afin de consigner les preuves observées lors du travail de l'entraîneur avec ses athlètes.

Séance-bilan

- Le maître entraîneur-évaluateur procédera à une séance-bilan avec l'entraîneur. Selon les circonstances, la durée suggérée pour cette période est de **90 minutes**.
- À la fin de la séance-bilan, ou peu de temps après, le maître entraîneur-évaluateur informera l'entraîneur du résultat général de l'évaluation en lui remettant un exemplaire du formulaire « Sommaire de l'évaluation – Entraîner pendant un entraînement ».
- Si certaines parties de l'évaluation doivent être réévaluées, le maître entraîneur-évaluateur s'entendra avec l'entraîneur afin de planifier des activités de suivi.

Administration

- Le maître entraîneur-évaluateur fera parvenir à l'administratrice nationale de la FESC les résultats de l'évaluation de l'entraîneur en joignant les formulaires suivants :
 - **Sommaire de l'évaluation – Entraîner pendant un entraînement**
 - **Preuves et normes – Entraîner pendant un entraînement**
- L'administratrice nationale de la FESC mettra à jour le dossier de l'entraîneur dans la base de données de la FESC.

Partie A – Les particularités

Planification d'une séance d'entraînement

L'évaluation repose sur les capacités de l'entraîneur à :

- Planifier une séance d'entraînement en identifiant les renseignements généraux et la logistique des activités d'entraînement.**
- Concevoir des activités d'entraînement et établir leur ordre de présentation indiqué dans le plan afin d'améliorer la performance et l'apprentissage des athlètes.**

Pour ce faire, l'entraîneur doit avoir des connaissances dans les domaines suivants :

- Sécurité – évaluation des risques et prévention des blessures.
- Maximisation de l'engagement physique et cognitif dans diverses activités (selon l'âge et les habiletés).
- Planification des activités quotidiennes de façon séquentielle afin de favoriser l'acquisition des habiletés et l'apprentissage.
- Suivi des protocoles d'échauffement, d'activation (partie principale) et de retour au calme.
- Mise en place d'un **plan d'action d'urgence (PAU)** adapté au milieu d'entraînement.

Préparation du plan de votre séance d'entraînement

- Quelle est la logistique nécessaire pour planifier votre journée d'entraînement?
- La séance d'entraînement est-elle pertinente à la période et la phase d'entraînement de votre plan annuel?
- Identifier les parties de la séance d'entraînement :
 - Les activités d'échauffement générales et spécifiques;
 - Les activités motrices et techniques favorisant l'acquisition des habiletés;
 - Les activités améliorant les qualités athlétiques spécifiques;
 - Les activités de retour au calme renforçant l'acquisition des habiletés.
- Identifier les objectifs de performance et d'apprentissage :
 - L'entraînement variable favorisant les défis et l'adaptation de la part des athlètes;
 - Les activités favorisant le traitement de l'information et la prise de décision;
 - Les activités favorisant l'engagement cognitif (déclencheurs cognitifs)
- Préciser les outils utilisés pendant l'entraînement pour atteindre les objectifs de votre séance :
 - Progression adéquate des activités d'entraînement;
 - Adaptation des activités en fonction de la réponse des athlètes pendant l'entraînement;
 - Surveillance des facteurs de sécurité afin de prévenir les blessures.
- Passer en revue la performance des athlètes et les objectifs d'apprentissage.

Documentation requise

- Une appréciation d'un plan d'entraînement par le mentor.
- Le plan de la séance d'entraînement utilisé pour l'évaluation sur la piste doit comprendre :
 - L'identification précise, entre autres, des **habiletés et/ou compétences** que l'entraîneur prévoit prioriser au cours de la séance d'entraînement ainsi que les outils qu'il prévoit utiliser pour atteindre les objectifs fixés.
 - Un **plan d'action d'urgence (PAU)**.

Feuille de travail – Logistique du plan d’entraînement et renseignements généraux

1. Logistique :

Nombre d’athlètes féminins : _____ Nombre d’athlètes masculins : _____

Âge chronologique des athlètes **féminins** :

(U16) (U18) (U21 ou plus âgés)

Âge chronologique des athlètes **masculins** :

(U16) (U18) (U21 ou plus âgés)

2. Stade de développement des athlètes :

(voir le MAIN 2)

Apprendre la compétition (Compétition-Introduction – U16) :

Nombre d’athlètes féminins : _____ Nombre d’athlètes masculins : _____

S’entraîner à la compétition (Compétition-Développement – U18) :

Nombre d’athlètes féminins : _____ Nombre d’athlètes masculins : _____

S’entraîner à gagner (Compétition haute performance – U21 ou plus âgés) :

Nombre d’athlètes féminins : _____ Nombre d’athlètes masculins : _____

3. Expérience d’entraînement :

Nombre d’athlètes s’entraînant dans un programme à temps partiel (moins de 30 semaines) :

Nombre d’athlètes féminins : _____ Nombre d’athlètes masculins : _____

Nombre de séances d’entraînement par semaine : _____

Durée des séances d’entraînement : _____ heures

Nombre d’athlètes s’entraînant dans un programme à temps plein (52 semaines) : _____

Nombre d’athlètes féminins : _____ Nombre d’athlètes masculins : _____

Nombre de séances d’entraînement par semaine : _____

Durée des séances d’entraînement : _____ heures

4. Expérience de compétition :

Nombre de compétitions régionales : _____

Nombre de compétitions provinciales : _____

Nombre de compétitions de niveau championnat : _____

5. Efficacité des athlètes à satisfaire aux exigences athlétiques et motrices de l'entraînement :

Slalom :

Qualités athlétiques :

Habilités motrices/techniques :

Slalom géant :

Qualités athlétiques :

Habilités motrices/techniques :

Feuille de travail – Plan de la séance d’entraînement

		Microcycle	Période d’entraînement	Phase d’entraînement
		Priorités de l’entraînement : Discipline : Qualités athlétiques : Habiletés motrices : Prise de décision : Habiletés mentales :		
		Échauffement (éducatifs/exercices)	Partie principale (activités motrices/techniques, prise de décision, repères cognitifs)	Retour au calme (renforcer l’acquisition des habiletés)
A V A N T - M I D I	FP			
	OBJ			
	VO L INT IF			

		Échauffement (éducatifs/exercices)	Partie principale (activités motrices/techniques, prise de décision, repères cognitifs)	Retour au calme (renforcer l'acquisition des habiletés)
A P R È S - M I D I	FP			
	OBJ			
	VOL			
	INT			
	IF			
		FP : Facteurs de performance OBJ : Objectifs d'entraînement VOL : Volume (E=élevé M=moyen F=faible) INT : Intensité (E=élevée M=moyenne F=faible) IF : Indice de fatigue prévue (E=élevé M=moyen F=faible)		

Plan d'action d'urgence

Reportez-vous à la section « La planification d'une séance d'entraînement », dans le *Document de référence*, qui a été présentée 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 station de ski où vous entraînez ainsi que pour tout autre endroit où vos athlètes feront des 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 si une situation d'urgence se produit (il est fort possible que ce 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 la plus près pour demander du secours.
3. Ayez avec vous les numéros de téléphone des parents ou tuteurs des athlètes.
4. Ayez sous la main la fiche médicale de chaque athlète de manière à pouvoir fournir l'information nécessaire au personnel médical d'urgence. Il est important de joindre à cette fiche un formulaire de consentement signé par le parent ou le 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. Ayez en tout temps en votre possession une trousse de premiers soins complète (les entraîneurs sont fortement encouragés à suivre une formation en premiers soins).

Un PAU doit être mis en action 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.

Exemple d'un plan d'action d'urgence

Informations sur les personnes à contacter

Inclure la fiche médicale de chaque participant 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 en chef : (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 en charge (1^{re} option) : Jean Dufort (entraîneur)

Personne en charge (2^e option) : Jeanne Lemieux (entraîneure adjointe)

Personne en charge (3^e option) : Réjeanne Toupin (parent, infirmière)

Personne responsable des appels (1^{re} option) : Paul Lemieux (parent, cell xxx-xxxx)

Personne responsable des appels (2^e option) : Carole Trahan (parent, cell xxx-xxxx)

Personne responsable des appels (3^e option) : Odette Gauthier (parent, cell xxx-xxxx)

Rôles et responsabilités

Personne en charge

- Prévenir les risques additionnels de blessures en rendant sécuritaire 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 athlètes.
- Se protéger (porter des gants si vous êtes 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, mesures de premiers soins déjà effectuées).
- S'assurer que l'accès au lieu où se trouve la personne blessée est dégagé avant que la patrouille arrive.
- Informer la personne à contacter en cas d'urgence sur la fiche médicale.

Feuille de travail – Plan d’action d’urgence

Informations sur les personnes à contacter (pour cette séance d’entraînement) :

Numéro(s) de téléphone de la patrouille de ski :

Médecin en devoir à la station, s’il y a lieu :

Numéro de téléphone cellulaire de l’entraîneur en chef :

Numéro de téléphone cellulaire de l’entraîneur adjoint :

Numéro de téléphone du club de ski :

Personne en charge (1^{re} option) :

Personne en charge (2^e option) :

Personne en charge (3^e option) :

Personne responsable des appels (1^{re} option) :

Personne responsable des appels (2^e option) :

Personne responsable des appels (3^e option) :

Feuille de travail – Séance d’entraînement – Priorités et objectifs

Remplissez la grille suivante pour un (1) des athlètes qui sera présent à la séance d’entraînement :

1. Indiquez le **mois** correspondant à la séance d’entraînement.
2. Précisez la **période** qui s’applique à la séance.
3. Indiquez les renseignements relatifs au **macrocycle, mésocycle** et **microcycle** correspondant à votre plan d’entraînement annuel.
4. **Priorités** – Accordez un pourcentage de valeur à chaque facteur qui pourrait, selon vous, influencer la performance de votre athlète.
5. **Objectifs** – Expliquez brièvement les **objectifs** de performance et d’apprentissage spécifiques à votre athlète en fonction de chaque facteur.

Mois																	
Période																	
Phase	Macrocycle																
	Mésocycle																
	Microcycle																
Priorités (%)																	
Environnement																	
Équipement																	
Psychologique	Affectif																
	Cognitif																
Physique	5 qualités phys.																
	Nutrition																
	Récupération																
Tactique																	
Technique																	
Objectifs																	
Environnement																	
Équipement																	
Psychologique	Gestion mentale																
	Affectif																
	Cognitif																
Physique	5 qualités phys.																
	Nutrition																
	Sommeil/repos																
Tactique																	
Technique																	
École/travail																	
Récupération/Régénération																	

Sommaire de l'évaluation



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.

PLANIFICATION D'UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

	BA	SA
Planifier une séance d'entraînement en identifiant les renseignements généraux et la logistique des activités d'entraînement.		
Concevoir des activités d'entraînement et établir leur ordre de présentation indiqué dans le plan afin d'améliorer la performance et l'apprentissage des athlètes.		
Pour réussir, le candidat doit obtenir SA partout.	Résultat global	BA SA

SOUTIEN AUX ATHLÈTES EN ENTRAÎNEMENT

	BA	SA
S'assurer que le milieu d'entraînement est sécuritaire.		
Transmission des valeurs : L'entraîneur justifie ses actions quant à la sécurité et l'analyse des risques. Pensée critique : L'entraîneur réfléchit aux séances d'entraînement antérieures quant à la sécurité et l'analyse des risques.		
Adapter les activités en fonction de la réponse des athlètes lors de l'entraînement.		
Transmission des valeurs : L'entraîneur justifie ses décisions de façon satisfaisante et démontre comment les modifications se rapportent aux objectifs d'entraînement. Pensée critique : L'entraîneur surveille le résultat et/ou l'efficacité des modifications apportées aux activités d'entraînement en fonction de la réponse des athlètes lors de l'entraînement.		
Mettre en œuvre une séance d'entraînement bien organisée et structurée.		
Pensée critique : L'entraîneur réfléchit à la performance et aux objectifs d'apprentissage en fonction des besoins individuels de chaque athlète et/ou des circonstances. Transmission des valeurs : L'entraîneur tient compte des conséquences éthiques possibles de ses actions. Il encourage les athlètes à donner leurs opinions et suggestions quant au régime d'entraînement.		
Interagir avec les athlètes pour améliorer l'apprentissage et la performance.		
Interaction : L'entraîneur interagit de façon satisfaisante afin d'aider les athlètes à atteindre leurs buts et leurs objectifs. Il applique les principes d'enseignement et d'apprentissage se rapportant au niveau d'habileté des athlètes. Il favorise l'autonomie et la responsabilité des athlètes quant à la prise de décision et l'apprentissage. Leadership : L'entraîneur encourage autrui à assumer un rôle de leadership (athlètes et autres entraîneurs). Résolution de problème : L'entraîneur cerne les réponses ou les interventions appropriées afin d'occasionner un résultat positif. Pensée critique : L'entraîneur favorise la pensée critique auprès des athlètes et d'autres entraîneurs.		

Prendre en compte les habiletés mentales, cognitives et décisionnelles dans les activités d'entraînement.		
Interaction : L'entraîneur communique de manière pertinente avec les athlètes pour favoriser le développement des habiletés mentales. Pensée critique : L'entraîneur favorise la réflexion critique auprès des athlètes. Leadership : L'entraîneur encourage les athlètes à analyser et faire le suivi de leurs propres performances.		
Démontrer les compétences pour tracer un parcours d'entraînement ou de compétition de SL ou de GS selon la catégorie d'âge appropriée.		
Transmission des valeurs : L'entraîneur justifie adéquatement ses actions quant à la conception du parcours et aux modifications apportées, s'il y a lieu. Pensée critique : L'entraîneur réfléchit aux habiletés compétitives de ses athlètes et trace un parcours en fonction de celles-ci. Il réfléchit aux normes et règlements de parcours et trace en fonction de ces règles. Résolution de problème : L'entraîneur analyse les conditions qui existent pour la conception d'un parcours particulier. Il identifie les actions pertinentes selon la conception du parcours. Interaction : sans objet Leadership : L'entraîneur est prêt à prendre des risques calculés selon les habiletés et le développement compétitif de ses athlètes. Il leur pose des défis en expérimentant avec la conception du parcours.		
Pour réussir, le candidat doit obtenir SA partout.	Résultat global	

ANALYSE DE LA PERFORMANCE

BA SA

Observer et analyser la performance technique et tactique.		
Résolution de problème : L'entraîneur est en mesure d'analyser les conditions présentes dans une situation d'entraînement particulière. Il identifie le plan d'action ou l'intervention appropriée en regard d'une situation particulière. Pensée critique : L'entraîneur applique un cadre analytique afin d'observer et d'analyser efficacement une situation d'entraînement particulière.		
Interagir avec les athlètes et leur donner des solutions pour améliorer leur performance technique et tactique.		
Résolution de problème : L'entraîneur est en mesure de choisir une intervention efficace pour résoudre une situation d'entraînement qui repose sur l'observation et l'analyse de conditions d'entraînement spécifiques. Il est en mesure de transformer ses décisions en actions pour résoudre divers problèmes. Interaction : L'entraîneur communique efficacement avec ses athlètes et les autres entraîneurs. Il amène des résultats positifs dans des situations d'entraînement complexes. Leadership : L'entraîneur a une influence favorable sur le comportement des athlètes et des autres entraîneurs. Il collabore avec les athlètes et les autres entraîneurs. Il encourage les athlètes et les autres entraîneurs à assumer un rôle de leadership.		
Pour réussir, le candidat doit obtenir SA partout.	Résultat global	

Preuves et normes de l'évaluation



Notation

Pour chaque critère ombragé en noir, 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 observables **en gras** reliées à la norme **en gras** (p. ex., **Plupart du temps**).

PLANIFICATION D'UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

PREUVES OBSERVABLES	NORMES D'OBSERVATION				
Planifier une séance d'entraînement en identifiant les renseignements généraux et la logistique des activités d'entraînement. Exigences : 5/7					
L'entraîneur présente un plan d'action d'urgence reflétant les expériences d'apprentissage antérieures.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Identifie les facteurs potentiels liés à l'environnement et la sécurité.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Identifie les activités d'entraînement spécifiques pertinentes au plan annuel.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Précise l'âge, les qualités athlétiques et les niveaux d'habiletés motrices et techniques des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Identifie la catégorie d'athlète en fonction des catégories en ski para-alpin (debout, assis, non-voyant).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Les activités planifiées tiennent compte des habiletés mentales (fixation d'objectif, concentration, dosage de l'activation).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Les activités planifiées tiennent compte de la prise de décision et des habiletés cognitives.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Concevoir des activités d'entraînement et établir leur ordre de présentation indiqué dans le plan afin d'améliorer la performance et l'apprentissage des athlètes. Exigences : 6/8					
Les activités sont adaptées selon le niveau de la condition physique des athlètes (vitesse, agilité, endurance, puissance, force).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Les activités sont conçues pour favoriser les qualités physiques et athlétiques.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Les activités sont conçues pour favoriser les habiletés motrices et techniques.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Les activités conviennent à la phase d'entraînement du plan annuel.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Les activités sont adaptées au niveau de développement des habiletés des athlètes (consolidation, raffinement, variation créative).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
La planification des activités comprend des variations pour créer des défis particuliers.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Les parties de la séance d'entraînement sont identifiées (échauffement, partie principale, retour au calme)	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Les activités planifiées reflètent une connaissance des facteurs de risque possibles et leur prévention (facteurs liés à l'environnement, l'équipement, les personnes).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

SOUTIEN AUX ATHLÈTES EN ENTRAÎNEMENT

PREUVES OBSERVABLES

NORMES D'OBSERVATION

S'assurer que le milieu d'entraînement est sécuritaire. **Exigences : 3/3**

L'entraîneur évalue le milieu d'entraînement et effectue une analyse des risques.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
S'assure que l'équipement d'entraînement est en bon état.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
S'adapte aux facteurs environnementaux.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Mettre en œuvre une séance bien organisée et structurée. **Exigences : 4/6**

L'entraîneur établit et communique les objectifs de performance.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Établit et communique les objectifs d'apprentissage.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Intègre diverses méthodes d'entraînement.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
S'assure que le temps consacré à l'activité est élevé et les athlètes sont axés sur la tâche.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
S'assurer que les activités correspondent aux objectifs de performance et d'apprentissage.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Encourage les athlètes à donner leurs idées et suggestions relativement à l'entraînement.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Adapter les activités en fonction de la réponse des athlètes lors de l'entraînement. **Exigences : 5/7**

L'entraîneur apporte des modifications à l'entraînement en se souciant de la sécurité des athlètes.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Adapte les conditions d'entraînement afin de favoriser la prise de décision par les athlètes.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Modifie les ratios volume-intensité en fonction de la réponse des athlètes lors de l'entraînement.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Reconnaît lorsque l'apprentissage est infructueux et identifie la ou les causes critiques.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Adapte l'entraînement afin de poser de défis appropriés aux athlètes.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fonde les modifications apportées à l'entraînement sur son analyse de la performance effectuée au cours de l'entraînement.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fournit des justifications satisfaisantes quant aux modifications apportées aux activités.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Interagir avec les athlètes pour améliorer l'apprentissage et la performance. **Exigences : 5/7**

La fréquence des rétroactions correspond au niveau d'habileté des athlètes.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
L'entraîneur sollicite de la rétroaction auprès des athlètes en leur posant des questions.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Utilise une liste de contrôle pour identifier la ou les causes d'une piètre performance.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Pose des questions pour aider les athlètes à réfléchir à leur performance.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Utilise correctement les techniques de rétroaction différée ou sommative.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Détermine le moment pour réduire la rétroaction.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fait une récapitulation de la séance avec les athlètes pour favoriser l'apprentissage.		Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Prendre en compte les habiletés mentales, cognitives et décisionnelles dans les activités d'entraînement.
Exigences : 6/9

L'entraîneur personnalise les activités d'entraînement mental pour chacun des athlètes en fonction de leurs besoins et de leurs caractéristiques personnelles.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Explique sur quoi se concentrer et comment le faire pour obtenir un effet d'entraînement mental positif.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Attire l'attention sur les composantes mentales clés lors d'activités simulant des situations de compétition.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Incorpore des situations spécifiques de prise de décision en créant des déclencheurs cognitifs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Identifie les décisions appropriées à entraîner selon le stade de développement compétitif de l'athlète.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Identifie des correctifs qui permettent aux athlètes de se concentrer sur un repère externe ou un effet anticipé du mouvement.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Encourage les athlètes à prendre des risques calculés selon leur niveau d'habileté et leur stade de développement compétitif.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Aide les athlètes à faire une analyse et un suivi de leur propre performance.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Pose des questions rigoureuses pour favoriser la prise de conscience, la pensée critique et la résolution de problème en ce qui a trait aux décisions liées à la performance.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Interagir avec les athlètes et leur donner des solutions pour améliorer leur performance technique et tactique.
Exigences : 6/8

L'entraîneur fait la distinction entre la performance souhaitée et réelle au niveau performance.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Utilise un style de rétroaction approprié.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Aide les athlètes à se concentrer sur un repère externe.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Utilise une rétroaction adéquate pour aider les athlètes à corriger leurs erreurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Crée des conditions appropriées permettant aux athlètes de mettre en pratique les correctifs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
S'assure que l'engagement moteur et cognitif des athlètes est adéquat lors des activités.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Aide les athlètes dans la réflexion de leur performance et la résolution de problème.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
S'assure que le niveau de difficulté de la tâche correctrice est adéquat.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Démontrer les compétences pour tracer un parcours d'entraînement ou de compétition de SL ou de GS selon la catégorie d'âge appropriée.
Exigences : 7/9

L'entraîneur trace un parcours répondant aux exigences de distances minimales et maximales.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Trace un parcours répondant aux exigences de portes et de figures requises.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Trace en fonction du niveau de développement compétitif des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Tient compte des facteurs de sécurité de l'équipement.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Modifie le parcours en fonction de la performance des athlètes pendant l'entraînement.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Surveille les facteurs externes qui pourraient influencer la performance.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Choisit le meilleur terrain disponible pour favoriser l'apprentissage.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Établit correctement l'ordre de présentation des activités d'entraînement.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Reproduit les conditions de compétition le plus souvent possible.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

ANALYSE DE LA PERFORMANCE

Preuves observables

Normes d'observation

Observer et analyser la performance technique et tactique.

Exigences : 8/10

L'entraîneur choisit divers points d'observation pour regarder la performance.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Observe plusieurs répétitions de la performance.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Utilise des outils pour faciliter l'analyse de la performance (vidéo, notes, autres entraîneurs).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Utilise une liste de contrôle pour déterminer les erreurs de performance.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Identifie la ou les causes critiques des erreurs de performance.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Reconnaît les forces et les réussites des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Explique comment et pourquoi les erreurs influencent la performance.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
S'assure que les attentes de la performance correspondent au niveau d'habileté des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Aide les athlètes à prendre conscience de leurs erreurs de performance.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Utilise des moyens technologiques pour effectuer une analyse.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Partie B – Protocole d'évaluation de l'entraînement – pendant une compétition

Les étapes suivantes décrivent la démarche de l'évaluation sur le terrain ainsi que les exigences pour s'y inscrire et réussir l'évaluation de l'entraînement pendant une compétition.

Avant l'observation sur la piste

- Le maître entraîneur-évaluateur **communiquera avec l'entraîneur** au moins deux semaines avant l'évaluation afin de coordonner la logistique et la soumission de la partie B du portfolio de l'entraîneur.
- L'entraîneur **enverra la partie B du portfolio** au maître entraîneur-évaluateur avant la date de l'évaluation prévue.
- Le maître entraîneur-évaluateur planifiera un lieu de rencontre avec l'entraîneur le jour de la compétition.
- Le maître entraîneur-évaluateur **examinera le portfolio** avec l'entraîneur et discutera de tout problème ou question qui pourrait survenir. Cette discussion se veut de nature formative.
- Le maître entraîneur-évaluateur vérifiera si toute la documentation pertinente est incluse.

Pendant l'observation sur la piste – pendant une compétition

- Le maître entraîneur-évaluateur doit tenter de rester aussi proche que possible du candidat afin d'observer son langage corporel, le ton de voix, les réponses de l'athlète (il doit avoir une radio).
- Le maître entraîneur-évaluateur doit rester aussi objectif que possible et s'assurer que le candidat a la possibilité de réaliser les interventions ou interactions entreprises au moment précis.
- Le maître entraîneur-évaluateur doit prendre des notes, utiliser un magnétophone portatif ou autre appareil afin d'observer et d'enregistrer efficacement les échanges entre le candidat et ses athlètes ou d'autres entraîneurs.
- Le maître entraîneur-évaluateur doit observer les athlètes avec lesquels le candidat entretient un échange afin de voir leurs réactions ou d'entendre leurs réponses à ses interventions.
- Le maître entraîneur-évaluateur doit être prêt à se déplacer pour suivre le candidat dans le cours normal de son travail au cours d'une compétition.
- Le maître entraîneur-évaluateur peut poser des questions au candidat afin d'obtenir des éclaircissements au sujet d'une intervention particulière ou d'information fournie par ce dernier.
- Le maître entraîneur-évaluateur doit se concentrer sur la tâche en minimisant les échanges avec les athlètes et autres entraîneurs qui ne font pas partie du cadre de travail immédiat du candidat.

Séance-bilan

- Le maître entraîneur-évaluateur procédera à une séance-bilan avec l'entraîneur. Selon les circonstances, la durée suggérée pour cette période est d'environ **90 minutes**.
- À la fin de la séance-bilan, ou peu de temps après, le maître entraîneur-évaluateur informera l'entraîneur du résultat global de l'évaluation en lui remettant un exemplaire du formulaire « Sommaire de l'évaluation – Entraîner pendant une compétition ».
- Si certaines parties de l'évaluation doivent être réévaluées, le maître entraîneur-évaluateur s'entendra avec l'entraîneur afin de planifier des activités de suivi.

Administration

- Le maître entraîneur-évaluateur fera parvenir à la coordonnatrice des stages de la FESC, au bureau national, les résultats de l'évaluation de l'entraîneur en joignant un exemplaire des formulaires remplis suivants :
 - **Sommaire de l'évaluation – Entraîner pendant une compétition**
 - **Preuves et normes – Entraîner pendant une compétition**
- La coordonnatrice des stages de la FESC mettra à jour le dossier de l'entraîneur dans la base de données de la FESC.

Partie B – Les particularités

Analyse des exigences pour la compétition

→ L'entraîneur doit remplir la feuille de travail « Logistique et renseignements généraux liés à la compétition » afin de fournir les informations suivantes :

- Établir les filières énergétiques dominantes sollicitées pendant la compétition.
- Identifier la séance d'entraînement physique la plus récente pour s'assurer que les athlètes sont prêts pour la compétition.
- Tenir compte du niveau d'expérience des athlètes en ce qui a trait à la compétition.
- Tenir compte de la quantité réelle d'entraînement des athlètes avant la compétition.

→ L'entraîneur doit remplir la feuille de travail « Priorités et objectifs de la compétition » afin de fournir les informations suivantes :

- Tenir compte de la dimension affective et des capacités cognitives des athlètes relativement aux exigences de la compétition.
- Tenir compte des habiletés de gestion mentale relativement à : la gestion du stress, les techniques de distraction, le dosage de l'activation, les méthodes de centrage et de recentrage.
- Tenir compte de l'équipement requis en vue de la préparation à la compétition.
- Tenir compte de l'environnement pour la compétition (configuration de la piste, longueur, facteurs climatiques, conditions météorologiques dominantes).
- Tenir compte de la nutrition, du sommeil, du repos et des activités relativement à la récupération et la régénération.
- Tenir compte des exigences techniques et tactiques pour la compétition à ce niveau.

Évaluation des athlètes pour performer en compétition

→ L'entraîneur doit remplir la feuille de travail « Rôles, responsabilités et comportements attendus » afin de fournir les informations suivantes :

- Identifier vos rôles et responsabilités ainsi que votre comportement attendu à la compétition.
- Identifier les rôles, les responsabilités et le comportement attendu de la part de vos entraîneurs adjoints ou votre personnel de soutien à la compétition.
- Identifier les rôles, les responsabilités et le comportement attendu de la part de vos athlètes à la compétition.
- Tenir compte des plans d'urgence, des réunions avant la compétition et de l'horaire de la journée de la compétition.

→ L'entraîneur doit remplir la feuille de travail « Efficacité de l'athlète en compétition » afin de fournir les informations suivantes :

- Déterminer la préparation affective et cognitive de l'athlète en vue de la compétition.
- Indiquer l'intérêt et la motivation de l'athlète à compétitionner.
- Indiquer l'efficacité de l'athlète à transférer les nouvelles habiletés acquises en entraînement à la compétition.
- Indiquer le niveau de santé générale et de bien-être de l'athlète en vue de la compétition.
- Indiquer le niveau de compréhension de l'athlète par rapport aux complexités de la compétition.

→ L'entraîneur doit remplir la feuille de travail « Exigences athlétiques et énergétiques pour la compétition » afin de fournir les informations suivantes :

- Déterminer le nombre d'athlètes dans votre programme qui sont prêts à répondre aux exigences athlétiques de la compétition : agilité, coordination, équilibre, vitesse et précision des mouvements.
- Identifier le nombre d'athlètes dans votre programme qui sont prêts à la compétition en ce qui a trait aux composantes de la force et de l'endurance.

→ L'entraîneur doit remplir la feuille de travail « Efficacité psychologique des athlètes en compétition » afin de fournir les informations suivantes :

- Déterminer le nombre d'athlètes dans votre programme qui détiennent l'efficacité psychologique pour ce niveau de compétition.

→ L'entraîneur doit remplir la feuille de travail « Priorités et objectifs pour la compétition » afin de fournir les informations suivantes :

- Identifier les facteurs spécifiques à prioriser pour l'un de vos athlètes en situation de compétition (athlète masculin ou féminin).
- Établir l'ordre de priorité des objectifs de votre athlète pendant une compétition.

Rapport portant sur la logistique de la compétition

→ L'entraîneur doit remplir un formulaire normalisé qui comprend les informations pertinentes à la logistique de la compétition telles que :

- Le lieu de la compétition;
- Les quotas des athlètes de niveau club, provincial ou national;
- Les besoins en matière d'hébergement;
- Le temps de déplacement pour se rendre sur les lieux de la compétition;
- Le moyen de transport pour l'aller-retour de l'hôtel à la compétition;
- Les installations disponibles à l'hôtel pour travailler la récupération et la régénération, s'il y a lieu;
- Les plateaux d'entraînement disponibles sur les lieux de la compétition;
- La possibilité de temps d'entraînement;
- Les restrictions qui peuvent s'appliquer.

→ L'entraîneur doit fournir les renseignements suivants indiqués sur un formulaire du comité d'organisation de course :

- La longueur du parcours;
- Le nombre de portes;
- Le traceur et les membres du jury;
- La dénivellation et l'altitude;
- Le type d'épreuve;
- Le lieu de la piste d'échauffement et les heures d'entraînement;
- Les heures d'inspection (1^{re} manche et 2^e manche);
- Les heures de départ de l'épreuve (1^{re} manche et 2^e manche);
- Les prévisions météorologiques et les conditions de la neige;
- Le lieu de la piste de compétition;
- Les zones de sécurité, s'il y a lieu;
- Les sections et les temps d'intervalle, s'il y a lieu.

Feuille de travail – Rôles, responsabilités et comportements attendus

Quels sont vos rôles et responsabilités ainsi que votre comportement attendu?

Avant la compétition :

Pendant la compétition :

Après la compétition :

Quels sont les rôles, les responsabilités et le comportement attendu de la part des entraîneurs adjoints et du personnel de soutien?

Avant la compétition :

Pendant la compétition :

Après la compétition :

Quels sont les rôles, les responsabilités et le comportement attendu de la part de vos athlètes?

Avant la compétition :

Pendant la compétition :

Après la compétition :

Plans d'urgence (les jours de compétition) :

Réunions d'équipe et horaire de la « journée de course » :

Feuille de travail – Efficacité de l’athlète en compétition

Comment évaluez-vous l’efficacité de l’un de vos athlètes (masculin ou féminin) à répondre aux exigences de cette compétition?

Exigences de la compétition	Normes de référence	Selon les normes de référence utilisées, déterminez si l’athlète que vous avez choisi.....			
		est inférieur aux attentes	répond aux attentes	est supérieur aux attentes	sans objet
Habiletés techniques/ tactiques					
Habiletés de préparation mentale (centrage, dosage de l’activation)					
Aptitudes cognitives (degré de compréhension de la portée de la compétition)					
Statut général de la santé physique et mentale					
Dimension affective (estime de soi, confiance, contrôle émotionnel)					
Motivation à compétitionner					
Capacité à transférer les habiletés nouvellement acquises en entraînement à la compétition.					

Feuille de travail – Exigences athlétiques et énergétiques requises pour la compétition

Comment évaluez-vous l'efficacité de l'un de vos athlètes (homme ou femme) à répondre aux exigences athlétiques et énergétiques de cette compétition?

Exigences athlétiques et énergétiques	Normes de référence	Selon les normes de référence utilisées, déterminez le nombre d'athlètes qui ...			
		sont inférieurs aux normes	répondent aux normes	sont supérieurs aux normes	sans objet
Agilité (mouvement latéral et rapidité des pieds)					
Équilibre (équilibre général / 4 plans de déplacement)					
Coordination (précision de la motricité globale et fine)					
Flexibilité (générale et articulation latérale)					
Puissance et explosivité (linéaire et latérale)					
Vitesse et vitesse-endurance					
Force et force-endurance					
Endurance aérobie					
Capacité anaérobie (alactique/lactique)					

Feuille de travail – Efficacité psychologique des athlètes en compétition

Comment évaluez-vous l'efficacité de l'un de vos athlètes (homme ou femme) à répondre aux exigences psychologiques de la compétition?

Aptes à :	Normes de référence	Selon les normes de référence, déterminez le nombre d'athlètes dont l'efficacité psychologique...			
		est inférieure aux attentes	répond aux attentes	est supérieure aux attentes	sans objet
Reconnaître sa performance individuelle et les objectifs d'apprentissage.					
Gérer les distractions avant et pendant la compétition.					
Gérer le stress avant et pendant la compétition.					
Adapter le plan de centrage au besoin.					
Analyser sa propre performance et trouver des solutions.					
Prendre les bonnes décisions sous pression.					

Feuille de travail – Priorités et objectifs de la compétition

Veillez remplir la feuille ci-dessous en fonction de l'un (1) de vos athlètes qui participeront à cette compétition:

1. Indiquez le **mois** de cette compétition.
2. Précisez le type de **compétition** – régional, provincial, championnat
3. Indiquez les renseignements relativement au **macrocycle, mésocycle et microcycle** selon le plan annuel.
4. **Priorités** – Précisez l'ordre de priorité des facteurs et assignez un pourcentage de valeur pour chaque facteur qui influencera, à votre avis, la performance de l'athlète.
5. **Objectif** – Identifiez les objectifs de priorité pour cet athlète relativement à chaque facteur.

Mois													
Compétition													
Phase	Macrocycle												
	Mésocycle												
	Microcycle												
Priorités (%)													
Environnement													
Équipement													
Psychologique	Affectif												
	Cognitif												
Physique	5 qualités phys.												
	Nutrition												
	Récupération												
Tactique													
Technique													
Objectifs													
Environnement													
Équipement													
Psychologique	Préparation mentale												
	Affectif												
	Cognitif												
Physique	5 qualités phys.												
	Nutrition												
	Sommeil/repos												
Tactique													
Technique													
Voyages/vie sociale/école													
Protocoles récupération/régénération													

Sommaire de l'évaluation



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.

SOUTIEN AUX ATHLÈTES EN COMPÉTITION – Partie 1

Critères	Commentaires sommaires	Notation
Effectuer une analyse approfondie des exigences de la compétition.		BA SA
Évaluer l'efficacité des athlètes à performer à leur plein potentiel dans la compétition.		BA SA
Identifier les facteurs particuliers liés à la compétition pouvant influencer la performance.		BA SA
Gérer la logistique et le soutien afin de créer des conditions favorables de performance pendant la compétition.		BA SA
Pour réussir, le candidat doit obtenir SA partout.		Résultat global BA SA

SOUTIEN AUX ATHLÈTES PENDANT UNE COMPÉTITION – Partie 2

Avant la compétition : Appliquer des mesures pour s'assurer que les athlètes sont prêts.			BA	SA
<p>Transmission des valeurs : L'entraîneur valorise la contribution des athlètes et du personnel dans l'élaboration de la stratégie pré-compétition. Il justifie ses décisions relativement au plan pré-compétition. Il tient compte des conséquences éthiques possibles dans le plan pré-compétition.</p> <p>Pensée critique : L'entraîneur réfléchit aux compétitions antérieures. Il apporte des modifications pertinentes selon les besoins personnels de chaque athlète.</p> <p>Résolution de problème : L'entraîneur identifie la ou les prises de décision appropriées.</p> <p>Interaction : L'entraîneur engage les athlètes dans la communication du plan pré-compétition.</p> <p>Leadership : L'entraîneur travaille en collaboration avec les athlètes et les autres entraîneurs. Il influence positivement le comportement et l'attitude de ses athlètes et des autres entraîneurs.</p>				
Pendant la compétition : Interagir avec les athlètes afin de favoriser la meilleure performance.			BA	SA
<p>Transmission des valeurs : L'entraîneur valorise les opinions et suggestions données par les athlètes et les autres entraîneurs à propos des plans d'action précis.</p> <p>Pensée critique : L'entraîneur applique une structure analytique afin d'analyser efficacement la performance des athlètes. Il favorise la pensée critique auprès des athlètes afin qu'ils améliorent leur performance, lorsque cela convient.</p> <p>Résolution de problème : L'entraîneur travaille en collaboration avec les athlètes et le personnel afin d'identifier un plan d'action, s'il y a lieu. Il analyse les conditions de la compétition et suggère une réponse ou une action appropriée.</p> <p>Interaction : L'entraîneur travaille directement avec chacun des athlètes.</p> <p>Leadership : L'entraîneur encourage les athlètes à faire une auto-analyse et une auto-surveillance de leur performance.</p>				
Après la compétition : Évaluer l'expérience de compétition.			BA	SA
<p>Transmission des valeurs : L'entraîneur valorise l'évaluation faite par les athlètes et le personnel quant à leur expérience de compétition.</p> <p>Pensée critique : L'entraîneur fait le suivi des résultats découlant des décisions ou actions prises dans le plan pré-compétition. Il facilite la pensée critique chez les athlètes par l'auto-analyse de leur performance.</p> <p>Résolution de problème : L'entraîneur encourage les athlètes à identifier les secteurs ayant besoin d'amélioration, s'il y a lieu. Il identifie une réponse ou une action efficace, s'il y a lieu.</p> <p>Interaction : L'entraîneur communique clairement et efficacement avec les athlètes et le personnel. Il invite les athlètes et le personnel à prendre part à l'échange.</p> <p>Leadership : L'entraîneur reconnaît les contributions et les réalisations des athlètes et du personnel. Il responsabilise les athlètes et le personnel quant à leurs attitudes et leurs comportements personnels.</p>				
Pour réussir, le candidat doit obtenir SA partout.			Résultat global	

Preuves et normes de l'évaluation



Notation

Pour chaque critère ombragé en noir, 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 observables **en gras** reliées à la norme **en gras** (p. ex., **Plupart du temps**).

SOUTIEN AUX ATHLÈTES PENDANT UNE COMPÉTITION – Partie 1

Preuves observables	Normes d'observation				
Effectuer une analyse approfondie des exigences de la compétition. Exigences : 4/6					
Analyse des : exigences physiologiques de la compétition;	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
exigences motrices de la compétition;	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
exigences mentales et cognitives de la compétition;	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
exigences tactiques et décisionnelles de la compétition;	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
engagements requis dans l'entraînement en vue de la compétition;	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
stades réels des athlètes par rapport à la vie sociale, l'entraînement et la compétition.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Évaluer l'efficacité des athlètes à performer à leur plein potentiel pendant la compétition. Exigences : 5/7					
Évaluation : des objectifs de performance et d'apprentissage des athlètes;	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
de l'engagement des athlètes envers l'entraînement et la compétition;	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
de la motivation des athlètes à l'égard de l'entraînement et de la compétition;	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
de la capacité des athlètes à gérer les distractions avant et pendant la compétition;	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
de la capacité des athlètes à gérer le stress avant et pendant la compétition;	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
de la capacité des athlètes à exploiter les tactiques (intention, exécution, synchronisme) lors de la performance;	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
de l'état de santé général des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Identifier les facteurs particuliers à la compétition pouvant influencer la performance. Exigences : 3/4					
L'horaire des compétitions et le nombre d'épreuves devant être disputées dans une période de temps donnée.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Les conditions climatiques prévues sur les lieux de la compétition (température, altitude, conditions de la neige).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Temps de déplacement nécessaire pour arriver sur les lieux de la compétition.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Les plateaux et les heures d'entraînement disponibles sur les lieux de la compétition.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Gérer la logistique et le soutien afin de créer des conditions favorables pour performer en compétition. Exigences : 4/6					
Établit les lignes de conduite quant à ses comportements attendus ainsi que ceux de ses athlètes et autres entraîneurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Applique des stratégies et des tactiques pour la compétition selon les besoins individuels des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Tient une réunion pré-compétition afin de renforcer les règlements FIS auprès des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Communique les plans d'urgence aux athlètes et aux entraîneurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
S'assure que l'équipement est en bon état (y compris l'équipement de ski para-alpin).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Applique des stratégies pour gérer l'adaptation aux facteurs environnementaux avant la compétition.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

SOUTIEN AUX ATHLÈTES PENDANT UNE COMPÉTITION – Partie 2

PREUVES OBSERVABLES

NORMES D'OBSERVATION

Avant la compétition : Appliquer des mesures pour s'assurer que les athlètes sont prêts.

Exigences : 7/9

L'entraîneur gère les niveaux d'activation de chaque athlète.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
S'assure que les athlètes établissent leur propre routine d'échauffement.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Aide les athlètes à établir des objectifs de performance et d'apprentissage.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Établit des plans pour réduire les distractions des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Réagit adéquatement aux situations imprévues.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Évalue l'état mental des athlètes relativement aux exigences de la compétition.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Établit des stratégies et des tactiques qui conviennent au niveau d'habileté des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Surveille la progression des activités des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Aide les athlètes à prendre davantage conscience des distractions.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Pendant la compétition : Interagir avec les athlètes afin de favoriser la meilleure performance.

Exigences : 5/7

L'entraîneur aide des athlètes à gérer leurs niveaux d'activation.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Interagit directement avec les athlètes lorsque cela est possible.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Interagit avec les athlètes en temps opportun et de façon pertinente.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Donne de la rétroaction motivante, lorsqu'il y a lieu.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Aide les athlètes à réfléchir aux stratégies et à choisir les meilleures pour performer.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Implique les athlètes qui ne font pas la compétition dans une tâche intéressante.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fournit des techniques aux athlètes pour gérer la récupération et la fatigue.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Après la compétition : Évaluer l'expérience de compétition.

Exigences : 7/9

L'entraîneur fait un retour sur la performance des athlètes afin d'identifier les bons coups et les améliorations, s'il y a lieu.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Aide les athlètes à réfléchir et choisir des stratégies en vue des prochaines compétitions.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fait un lien entre les objectifs de performance des athlètes et les objectifs de pré-compétition.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Évalue l'efficacité de l'entraînement et de la préparation en fonction de la performance des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Applique des protocoles de récupération et de régénération.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Identifie les modifications à apporter à l'entraînement et la préparation en fonction de la performance des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Établit des plans de préparation physique et motrice pour aider les athlètes dans les compétitions à venir.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Établit des plans de préparation mentale et cognitive pour aider les athlètes, s'il y a lieu.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Établit des plans de disposition affective (confiance en soi) pour aider les athlètes, s'il y a lieu.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Partie C – Protocole d'évaluation de la planification de la performance (Conception d'un programme)

Soumission de la documentation

L'entraîneur doit soumettre les documents requis en utilisant :

- les feuilles de travail compris dans le présent document; et/ou
- ses propres feuilles de travail ou documents, présentés dans une chemise ou un fichier, en s'assurant que les données répondent ou dépassent les informations exigées dans le présent portfolio.

Le travail peut être soumis au maître entraîneur-évaluateur en version papier ou en version électronique.

Peu importe le moyen utilisé, l'entraîneur **doit** s'assurer que les renseignements fournis reflètent tous les critères et toutes les preuves exigées pour la partie « Conception d'un programme » décrite ci-après.

Communication avec le maître entraîneur-évaluateur

Le maître entraîneur-évaluateur **communiquera avec l'entraîneur** afin de coordonner la logistique et la soumission de la partie C du portfolio de l'entraîneur.

- Le maître entraîneur-évaluateur examinera les documents en vérifiant la structure et l'intégralité des renseignements selon l'outil de collecte de données.
- Le maître entraîneur-évaluateur pourrait planifier une rencontre intermédiaire avec l'entraîneur afin d'obtenir des éclaircissements sur des renseignements fournis dans la documentation.
- Le maître entraîneur-évaluateur fournira des commentaires à l'entraîneur portant sur les forces des documents fournis et/ou des modifications à apporter.
- Le maître entraîneur-évaluateur tiendra une rencontre finale avec l'entraîneur afin de revoir le portfolio et de consigner d'autres renseignements, s'il y a lieu.
- Le maître entraîneur-évaluateur rendra une décision sur les compétences de l'entraîneur concernant la partie C du portfolio de l'entraîneur.

Administration

- Le maître entraîneur-évaluateur fera parvenir à la coordonnatrice des stages de la FESC, au bureau national, les résultats de l'évaluation de l'entraîneur en joignant un exemplaire des formulaires remplis suivants :
 - **Sommaire de l'évaluation – Conception d'un programme**
 - **Preuves et normes de l'évaluation – Conception d'un programme**
- La coordonnatrice des stages de la FESC mettra à jour le dossier de l'entraîneur dans la base de données de la FESC.

Partie C – Les particularités

L'entraîneur doit s'assurer que la documentation soumise comprend les renseignements ci-dessous :

Possibilités de compétition et d'entraînement

→ L'entraîneur doit remplir le document « Outil de plan annuel en ski alpin » afin de fournir les renseignements suivants :

- Indiquer la phase de compétition (le nombre de compétitions).
- Calculer le nombre de possibilités d'entraînement.
- Identifier les compétitions de niveau national, provincial et régional.
- Identifier les périodes de rendement maximal et d'affûtage.
- Identifier les pauses préventives.

Intégration des priorités d'entraînement

→ L'entraîneur doit remplir le document « Outil de plan annuel en ski alpin » afin de fournir les renseignements suivants :

- Identifier le calendrier des compétitions.
- Intégrer les possibilités d'entraînement dans le calendrier des compétitions.
- Tenir compte de l'engagement des athlètes à l'égard de l'entraînement et de la compétition.
- Tenir compte de l'âge et du niveau d'habileté des athlètes.
- Tenir compte de l'efficacité des capacités physiques et mentales des athlètes relativement à l'entraînement et la compétition.
- Établir des priorités d'entraînement qui sont conformes à la phase d'entraînement et au plan annuel.

Progression de l'entraînement et de la compétition

→ L'entraîneur doit concevoir un graphique ou un tableau lui permettant de mesurer, de consigner et de faire le suivi de la progression des athlètes en ce qui a trait aux points suivants :

- Identifier le niveau d'habileté et le stade de développement compétitif.
- Préciser le ratio entraînement-compétition en fonction des lignes directrices du MAIN 2.
- Tenir compte des protocoles de périodisation en fonction du niveau d'habileté et du stade de développement compétitif relativement à la périodisation simple, double ou multiple.

Progression des séances d'entraînement hebdomadaires

→ L'entraîneur doit remplir la feuille de travail « Progression des séances d'entraînement multiples » afin de fournir les renseignements suivants :

- Établir le calendrier des séances d'entraînement hebdomadaires.
- Identifier les ratios volume-intensité pour les séances d'entraînement multiples.
- Identifier les protocoles de récupération et de régénération.
- Identifier le microcycle à l'intérieur de la phase d'entraînement.
- S'assurer que les séances d'entraînement hebdomadaires conviennent à la phase d'entraînement.

Protocoles de rendement maximal et d'affûtage

→ L'entraîneur doit remplir la feuille de travail « Protocoles de rendement maximal et d'affûtage de l'athlète » afin de fournir les renseignements suivants :

- Identifier la(les) journée(s) où l'athlète envisage l'atteinte d'un « rendement maximal ».
- Établir les protocoles d'affûtage dans les jours précédant la compétition.
- Identifier les protocoles individuels afin de soutenir les besoins de l'athlète.
- Identifier les modifications précises apportées aux activités d'entraînement dans une phase d'affûtage (réduction du volume, réduction de la fréquence, maintien d'une intensité suffisamment élevée en entraînement).

Évaluation de la condition physique en vue de la compétition

→ L'entraîneur doit concevoir et/ou fournir un outil qui mesure, consigne et fait le suivi des renseignements suivants :

- La progression de la condition physique d'un athlète.
- Les résultats des tests pouvant être comparés aux données spécifiques selon l'âge et le sexe de l'athlète.
- Les données consignées sont conformes aux lignes directrices du MAIN 2.

Feuille de travail – Progression des séances d’entraînement multiples – Planification d’un microcycle

	Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi		Dimanche	
A V A N T - M I D I														
	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int
A P R È S - M I D I														
	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int
S O I R É E														
	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int
Phase d’entraînement														
Microcycle														
Rendement maximal														
Affûtage														
Récupération Régénération														

Feuille de travail – Protocoles de rendement maximal et d'affûtage de l'athlète

Journée(s) de compétition (rend. max.)	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Journées d'entraînement							
Journées d'affûtage							
A.M.							
100 %							
Activités d'entraînement							
Activités d'affûtage							
0 %							
	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol
P.M.							
100 %							
Activités d'entraînement							
Activités d'affûtage							
0 %							
	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol
Soirée							
60 %							
0 %							
Récupération / régénération							
	Vol	Int	Vol	Int	Vol	Int	Vol
Estime de soi / confiance en soi	Élevée Moyenne Faible	E M F	E M F	E M F	E M F	E M F	E M F
État de préparation moteur et athlétique	Élevé Moyen Faible	E M F	E M F	H M L	E M F	E M F	E M F

Feuille de travail – Outil de plan annuel en ski alpin

(Voir le document distinct.)

Sommaire de l'évaluation



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.

Conception d'un programme

Critères	Commentaires sommaires	Notation
Fournir un plan du programme en fonction des possibilités d'entraînement et de compétition.		BA SA
Intégrer les priorités d'entraînement dans le programme annuel.		BA SA
Identifier les mesures favorisant le développement technique et compétitif.		BA SA
Planifier les séances d'entraînement hebdomadaires et établir leur progression afin d'optimiser l'adaptation.		BA SA
Concevoir une période d'affûtage et de rendement maximal.		BA SA
Identifier les modifications apportées aux activités qui conviennent au concept d'affûtage et de rendement maximal pendant la semaine précédant la compétition.		BA SA
Évaluer si la condition physique de l'athlète est adéquate pour la compétition.		BA SA
Pour réussir, le candidat doit obtenir SA partout.		Résultat global BA SA

Preuves et des normes de l'évaluation



Notation

Pour chaque critère ombragé en noir, 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 observables **en gras** reliées à la norme **en gras** (p. ex., **Plupart du temps**).

Conception d'un programme

Preuves observables	Normes d'observation				
Fournir un plan du programme en fonction des possibilités d'entraînement et de compétition.					
Exigences : 4/6					
Identifie la phase de compétition et intègre les périodes d'entraînement dans le plan d'entraînement 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 (général/spécifique, pré-compétition/compétition, transition).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Identifie le nombre, la durée et la fréquence des séances d'entraînement selon le nombre de compétitions dans la phase de compétition.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Détermine le ratio entre les séances d'entraînement et les compétitions qui convient aux athlètes sans handicap et para-alpin.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Détermine si le programme annuel est basé sur une périodisation simple, double ou multiple.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Intégrer les priorités d'entraînement dans le programme annuel.					
Exigences : 2/2					
Identifie les qualités athlétiques et les objectifs d'entraînement à prioriser à des moments spécifiques dans le programme annuel.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
S'assure que les priorités d'entraînement sont conformes aux principes d'entraînement des qualités athlétiques et des stades de développement des habiletés et de compétition.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Identifier les mesures favorisant le développement technique et compétitif.					
Exigences : 2/3					
Détermine le statut de ses athlètes relativement aux stades de développement des habiletés et compétitif à l'aide du MAIN 2.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Détermine le ratio entre les séances d'entraînement et les compétitions (voir le MAIN 2).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Vérifie si les tendances dans son programme sont répandues dans le ski alpin.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Planifier les séances d'entraînement hebdomadaires et établir leur progression afin d'optimiser l'adaptation.					
Exigences : 5/7					
Fixe les séances d'entraînement afin d'optimiser les modalités de récupération et de régénération.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
S'assure que l'horaire des séances d'entraînement reflète les préoccupations liées à la fatigue.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
S'assure que les séances d'entraînement reflètent les objectifs de performance et d'apprentissage spécifiques de l'athlète par rapport à la compétition.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Ajoute des variations et des modifications à l'entraînement afin d'optimiser l'adaptation.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Justifie ses décisions lorsqu'il modifie les objectifs, la durée et les méthodes utilisées dans une séance spécifique afin d'optimiser l'adaptation.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Détermine comment répartir efficacement le total d'heures d'entraînement disponibles dans les séances hebdomadaires.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Concevoir des plans hebdomadaires et des séances d'entraînement qui sont pertinents en début de programme, mi-programme et fin de programme.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Concevoir une période d'affûtage et de rendement maximal.

Exigences : 2/3

Conçoit une période d'affûtage et de rendement maximal qui reflète les caractéristiques et besoins personnels de l'athlète.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Conçoit une période d'affûtage et de rendement maximal échelonnée sur une période de plus d'une semaine.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fournit une description des activités d'entraînement pendant la semaine précédant une compétition importante.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Identifier les modifications apportées aux activités qui conviennent aux principes d'affûtage et de rendement maximal pendant la semaine précédant une compétition.

Exigences:4/5

Réduit le volume d'entraînement dans la période d'affûtage.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Maintient un volume suffisant d'intensité élevée.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Réduit ou maintient la fréquence des séances d'entraînement.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Prescrit des activités spécifiques aux exigences de la compétition dans la période d'affûtage.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Identifie des mesures spécifiques pouvant contribuer à optimiser la performance de l'athlète (nutrition, hydratation, sommeil)	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Évaluer si la condition physique de l'athlète est adéquate pour la compétition.

Exigences : 4/5

Applique des protocoles d'évaluation de la condition physique qui sont pertinents à l'âge et l'expérience d'entraînement des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Applique une méthode d'enregistrement des données pour faire le suivi du progrès des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Applique des protocoles d'évaluation visant à prévenir les blessures.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Applique une méthode visant à comparer les résultats de l'évaluation à ceux d'autres athlètes de même âge et de même sexe.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Applique une méthode pour faire le suivi des symptômes de fatigue et prévenir le surentraînement.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Partie D – Protocole d'évaluation de la planification de la performance (Gestion d'un programme)

Soumission de la documentation

L'entraîneur doit soumettre les documents requis en utilisant :

- les feuilles de travail compris dans le présent document; et/ou
- ses propres feuilles de travail ou documents, présentés dans une chemise ou un fichier, en s'assurant que les données répondent ou dépassent les informations exigées dans le présent portfolio.

Le travail peut être soumis au maître entraîneur-évaluateur en version papier ou en version électronique.

Peu importe le moyen utilisé, l'entraîneur **doit** s'assurer que les renseignements fournis reflètent tous les critères et toutes les preuves exigées pour la partie « Gestion d'un programme » décrite ci-après.

Communication avec le maître entraîneur-évaluateur

Le maître entraîneur-évaluateur **communiquera avec l'entraîneur** afin de coordonner la logistique et la soumission de la partie D du portfolio de l'entraîneur.

- Le maître entraîneur-évaluateur examinera les documents en vérifiant la structure et l'intégralité des renseignements selon l'outil de collecte de données.
- Le maître entraîneur-évaluateur pourrait planifier une rencontre intermédiaire avec l'entraîneur afin d'obtenir des éclaircissements sur des renseignements fournis dans la documentation.
- Le maître entraîneur-évaluateur fournira des commentaires à l'entraîneur portant sur les forces des documents fournis et/ou des modifications à apporter.
- Le maître entraîneur-évaluateur tiendra une rencontre finale avec l'entraîneur afin de revoir le portfolio et de consigner d'autres renseignements, s'il y a lieu.
- Le maître entraîneur-évaluateur rendra une décision sur les compétences de l'entraîneur concernant la partie D du portfolio de l'entraîneur.

Administration

- Le maître entraîneur-évaluateur fera parvenir à la coordonnatrice des stages de la FESC, au bureau national, les résultats de l'évaluation de l'entraîneur en joignant un exemplaire des formulaires remplis suivants :
 - **Sommaire de l'évaluation – Gestion d'un programme**
 - **Preuves et normes de l'évaluation – Gestion d'un programme**
- La coordonnatrice des stages de la FESC mettra à jour le dossier de l'entraîneur dans la base de données de la FESC.

Partie D – Les particularités

L'entraîneur doit s'assurer que la documentation soumise comprend les renseignements ci-dessous :

Logistique et administration

→ L'entraîneur doit remplir les feuilles de travail suivantes :

- Feuille de travail – Gestion des modalités administratives du programme
- Feuille de travail – Logistique du programme et renseignements généraux
- Feuille de travail – Objectifs clés du programme

Ces documents servent à fournir les renseignements suivants :

- Présenter un outil de communication qui décrit la philosophie et les objectifs du programme aux athlètes, parents et entraîneurs.
- Identifier les comportements et les engagements attendus de la part des athlètes et des entraîneurs ainsi que les conséquences appropriées.
- Superviser les entraîneurs et appliquer les procédures d'évaluation du rendement.
- Apporter une collaboration directe aux activités de financement.
- Travailler avec d'autres personnes dans la préparation des budgets et d'autres objectifs financiers.
- Faciliter la logistique des entraînements et des compétitions à l'extérieur (transport, hébergement, repas, chaperons).

Rapport de progrès de l'athlète

→ L'entraîneur doit concevoir un rapport de progrès de l'athlète afin de mesurer, de consigner et de faire le suivi des éléments suivants :

- Organiser des rencontres avec les athlètes et les entraîneurs afin d'évaluer le progrès des athlètes.
- Utiliser des indicateurs de performance objectifs afin de mesurer les accomplissements réels.
- Présenter une évaluation du statut des indicateurs de performance à différentes périodes du programme.
- Aider les athlètes à prendre conscience de ce qu'ils doivent faire pour continuer leur progression et leur apprentissage.
- Veiller à ce que les renseignements demeurent confidentiels et restreindre l'accès aux athlètes, parents et entraîneurs concernés.

Sport sans dopage

→ L'entraîneur doit concevoir et/ou démontrer comment il mettra en oeuvre des moyens pour éduquer et faire la promotion du sport sans dopage auprès des entraîneurs et des athlètes en tenant compte des renseignements suivants :

- Aider les athlètes à prendre conscience des substances interdites par le Centre canadien pour l'éthique dans le sport (CCES).
- Communiquer aux athlètes les conséquences liées à l'usage de substances interdites.
- Éduquer les athlètes au sujet de l'usage de suppléments nutritionnels.
- Éduquer les entraîneurs au sujet de l'esprit sportif et du sport sans dopage.

Gestion des spécialistes

→ L'entraîneur doit indiquer comment il planifie mettre en oeuvre et gérer un programme, s'il y a lieu, en ayant recours à des spécialistes sur une base contractuelle afin d'améliorer le programme et la performance des athlètes en ce qui a trait aux éléments suivants :

- Identifier des spécialistes dans les domaines reliés à la performance sportive.
- Obtenir le financement nécessaire pour couvrir les coûts des spécialistes externes.
- Obtenir le consentement des athlètes et des parents pour travailler avec des spécialistes.
- Évaluer l'efficacité de la participation des spécialistes dans le programme.
- Évaluer la pertinence de maintenir ou de prolonger la participation des spécialistes dans le programme.

Stratégies de gestion et de résolution de conflits

→ L'entraîneur doit concevoir un plan pour gérer les conflits et mettre en oeuvre des stratégies de résolution de conflit. Le plan doit démontrer comment l'entraîneur prévoit mettre en oeuvre ces stratégies afin de minimiser et/ou de diffuser les situations d'incompatibilité. Le plan doit démontrer les éléments suivants :

- Concevoir un plan d'action pour prévenir les conflits.
- Concevoir un plan d'action pour résoudre les conflits lorsqu'il est personnellement impliqué.
- Concevoir un plan d'action pour maîtriser ses comportements en situation de conflit.
- Concevoir un plan pour résoudre les problèmes d'incompatibilité résultant d'une communication erronée.
- Concevoir un plan pour résoudre les conflits découlant de renseignements erronés ou incomplets.
- Établir des mesures pour prévenir la violence physique ou psychologique.

Perfectionnement des compétences essentielles des entraîneurs

→ L'entraîneur doit concevoir et mettre en oeuvre des stratégies de mentorat afin d'aider les entraîneurs à perfectionner leurs compétences essentielles en entraînement. Ces stratégies doivent comprendre :

- Fournir des lignes directrices décrivant les tâches et responsabilités du mentor et de l'entraîneur.
- Fournir un horaire des heures de rencontre pour les séances-bilans.
- Rédiger un contrat ou une entente entre le mentor et l'entraîneur.
- Établir une démarche que l'entraîneur peut suivre pour résoudre des problèmes d'entraînement plus complexes.
- Fournir un cadre éthique favorisant une prise de conscience des valeurs personnelles (honnêteté, intégrité, respect).
- Fournir un cadre éthique favorisant une prise de conscience des valeurs du sport et de l'entraînement (Code d'éthique du PNCE, Code de conduite de la FESC).

Prise de décision liée au contexte social

→ L'entraîneur doit remplir la partie « contexte social » dans la feuille de travail « Gestion des modalités administratives du programme » en ce qui trait aux éléments suivants :

- Identifier les variables liées au contexte familial, social, professionnel et culturel des athlètes, s'il y a lieu.
- Tenir compte de l'engagement des athlètes à l'égard de l'aspect social dans les priorités et les attentes du programme, s'il y a lieu.
- Fournir de l'aide et du soutien aux athlètes prenant leur retraite, s'il y a lieu.

Politique de sélection équitable

→ L'entraîneur doit concevoir une « Politique de sélection équitable » et un mode de diffusion qui assure la communication efficace auprès de tous les intervenants en ce qui a trait aux éléments suivants :

- Identifier les compétitions sélectionnées à titre de compétitions de qualification pour les championnats provinciaux et nationaux.
- Communiquer les quotas et les critères de sélection pour les compétitions aux athlètes, parents et entraîneurs.
- Assurer une cohérence à l'égard des quotas, des critères de sélection et des procédures pour les championnats provinciaux et nationaux.
- Identifier et communiquer les critères de sélection aux athlètes admissibles à accéder à une équipe de niveau supérieur (c.-à-d., club à équipe régionale, équipe régionale à équipe provinciale ou équipe provinciale à équipe nationale).

Feuille de travail – Objectifs clés du programme

Objectifs clés du programme	Commentaires
Philosophie	
Participer au sport	
Bénéficier d'une expérience en entraînement et en compétition	
Avoir du plaisir	
Aspect social/autres	
Qualités athlétiques et motrices	
Développer et améliorer	
Maintenir	
Habiletés techniques et tactiques	
Consolider et raffiner les habiletés existantes.	
Acquérir de nouvelles habiletés	
Améliorer la précision de l'exécution des habiletés	
Améliorer les capacités à lire et réagir adéquatement aux situations.	
Améliorer les capacités à varier les réponses motrices en fonction des situations.	
Apprentissage des habiletés mentales, cognitives et affectives	
Améliorer les capacités de préparation et de gestion des distractions et du stress.	
Accroître le niveau de compréhension, d'estime de soi et de confiance en soi.	
Performance en entraînement	
Améliorer les capacités à retenir les habiletés nouvellement acquises.	
Améliorer les capacités à prendre des décisions pertinentes.	
Performance en compétition	
Améliorer les capacités à transférer les habiletés acquises en entraînement à la compétition.	
Meilleure performance personnelle de l'athlète	
Établir des buts d'apprentissage et de performance réalistes.	

Feuille de travail – Logistique du programme et renseignements généraux

Logistique et renseignements		Aperçu	
Nombre d'athlètes	Nombre total d'athlètes _____ Nombre d'athlètes féminins _____ Nombre d'athlètes masculins _____		
Âge des athlètes	Athlètes féminins _____ Athlètes masculins _____		
Nombre d'athlètes dans chaque niveau de développement compétitif	Apprendre à s'entraîner _____ S'entraîner à la compétition _____ S'entraîner à gagner _____		
Motivation des athlètes à faire partie de votre programme de ski	Social/affiliation : _____ Compétition : _____ Développement des habiletés : _____ Philosophie : _____ Autres : _____		
Entraîner et soutenir le personnel, s'il y a lieu.	Nombre d'entraîneurs : Entraîneurs en chef de discipline : Hommes _____ Femmes _____ Entraîneurs adjoints : Hommes _____ Femmes _____ Nombre de personnes de soutien : Techniciens de ski : _____ Spécialistes : _____ Autres : _____		
Disponibilité des pistes d'entraînement, locaux d'entraînement, équipement, communications, etc.	Sur la piste : _____ Autres : _____		

Feuille de travail – Gestion des modalités administratives du programme

Éléments	Intentions, objectifs et priorités	Outils utilisés ou mode de diffusion
Stratégies de communication (parents, administrateurs, entraîneurs, athlètes, autres)		
Philosophie du programme		
Code de conduite (paramètres des comportements attendus de la part de soi-même, des entraîneurs et des athlètes)		
Contribution aux activités de financement (activités, degré de participation, responsabilités, obligation de rendre compte)		

Éléments	Intentions, objectifs et priorités	Outils utilisés ou mode de diffusion
Établissement du budget et finances (entraînement à l'extérieur et/ou coûts des compétitions; besoins spéciaux du programme; salaires des entraîneurs, coûts de l'équipement; coûts des plateaux et des locaux d'entraînement, etc.)		
Évaluation du rendement (des entraîneurs)		
Contexte social des athlètes		

Sommaire de l'évaluation



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.

Gestion d'un programme

Critères	Commentaires sommaires	Notation
Gérer la logistique et les modalités administratives du programme.		BA SA
Concevoir un rapport de progrès de l'athlète.		BA SA
Mettre en oeuvre des moyens visant à promouvoir le sport sans dopage.		BA SA
Gérer les spécialistes collaborant à l'amélioration du programme et de la performance sportive.		BA SA
Mettre en oeuvre des stratégies de gestion et de résolution de conflits afin de minimiser ou d'atténuer les situations incompatibles.		BA SA
Mettre en oeuvre des stratégies de mentorat afin d'aider les entraîneurs à perfectionner leurs compétences essentielles.		BA SA
Prendre des décisions en tenant compte du contexte social des athlètes.		BA SA
Mettre en place une politique de sélection équitable.		BA SA
Pour réussir, le candidat doit obtenir SA partout.		Résultat global BA SA

Preuves et normes de l'évaluation



Notation

Pour chaque critère ombragé en noir, 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 observables **en gras** reliées à la norme **en gras** (p. ex., **Plupart du temps**).

Gestion d'un programme

Preuves observables		Normes d'observation			
Gérer la logistique et les modalités administratives du programme.					
Exigences : 6/9					
Présente un outil de communication qui décrit les grandes lignes de la philosophie et des objectifs du programme aux athlètes, parents et entraîneurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fournit un horaire des entraînements et des compétitions aux athlètes, parents et entraîneurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Identifie les comportements et les engagements attendus de la part des athlètes et des entraîneurs ainsi que les conséquences appropriées.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Supervise les entraîneurs et applique les procédures d'évaluation du rendement.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Tient compte des commentaires et suggestions fournis par les entraîneurs dans la conception des programmes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Apporte une collaboration directe aux activités de financement.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Travaille avec d'autres personnes dans la préparation des budgets et d'autres objectifs financiers.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Facilite la logistique des entraînements et des compétitions à l'extérieur (transport, hébergement, repas, chaperons).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fait valoir les besoins du programme auprès des administrateurs afin d'obtenir du financement (subventions, commandites).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Concevoir un rapport de progrès de l'athlète.					
Exigences : 4/5					
Organise des rencontres avec les athlètes et les entraîneurs afin d'évaluer le progrès des athlètes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Utilise des indicateurs de performance objectifs afin de mesurer les accomplissements réels (résultats des tests physiques, résultats des compétitions).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Présente une évaluation du statut des indicateurs de performance à différentes périodes du programme.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Aide les athlètes à prendre conscience de ce qu'ils doivent faire pour continuer leur progression et leur apprentissage.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Veille à ce que les renseignements demeurent confidentiels et restreint l'accès aux athlètes, parents et entraîneurs concernés.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Mettre en œuvre des moyens visant à promouvoir le sport sans dopage.					
Exigences : 4/4					
Aide les athlètes à prendre conscience des substances interdites par le CCES.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Communique aux athlètes les conséquences liées à l'usage de substances interdites.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Éduque les athlètes au sujet de l'usage de suppléments nutritionnels.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Éduque les entraîneurs au sujet de l'esprit sportif et du sport sans dopage.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Gérer les spécialistes collaborant à l'amélioration du programme et de la performance sportive.					
Exigences : 3/6					
Identifie des spécialistes dans les domaines reliés à la performance sportive (préparation mentale, conditionnement physique, nutrition).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Obtient le financement nécessaire pour couvrir les coûts de l'expertise externe.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Obtient le consentement des athlètes et des parents pour travailler avec des spécialistes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Évalue l'efficacité de la participation des spécialistes dans le programme.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Évalue la pertinence de maintenir ou de prolonger la participation des spécialistes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
*Aide les spécialistes à prendre conscience des critères de handicap spécifiques.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Mettre en œuvre des stratégies de gestion et de résolution de conflits afin de minimiser ou d'atténuer les situations incompatibles. Exigences : 4/6					
Conçoit un plan d'action pour prévenir les conflits.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Conçoit un plan d'action pour résoudre les conflits lorsqu'il est personnellement impliqué.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Conçoit un plan d'action pour maîtriser ses comportements en situation de conflit.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Conçoit un plan pour résoudre les problèmes d'incompatibilité résultant d'une communication erronée.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Conçoit un plan pour résoudre les conflits découlant de renseignements erronés ou incomplets.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Établit des mesures pour prévenir la violence physique ou psychologique.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Mettre en œuvre des stratégies de mentorat afin d'aider les entraîneurs à perfectionner leurs compétences essentielles. Exigences : 6/9					
Fournit des lignes directrices décrivant les tâches et responsabilités du mentor et de l'entraîneur.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fournit un horaire des heures de rencontre pour les séances-bilans.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Rédige un contrat ou une entente décrivant les tâches et responsabilités du mentor et de l'entraîneur.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Conçoit un plan qui oblige l'entraîneur à se dépasser dans des situations d'entraînement plus complexes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fournit des occasions permettant à l'entraîneur de démontrer des attitudes et des comportements stables et adéquats.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Établit une démarche que l'entraîneur peut suivre pour résoudre des problèmes d'entraînement plus complexes.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fournit des lignes directrices favorisant un dialogue clair et efficace.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fournit un cadre éthique favorisant une prise de conscience des valeurs personnelles (honnêteté, intégrité, respect).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fournit un cadre éthique favorisant une prise de conscience des valeurs du sport (éthique, esprit sportif).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Prendre des décisions en tenant compte du contexte social des athlètes. Exigences : 3/4					
Identifie les variables liées au contexte familial, social professionnel et culturel.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Tient compte de l'engagement des athlètes à l'égard de l'aspect social dans les priorités et les attentes du programme.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Fournit de l'aide et du soutien aux athlètes prenant leur retraite afin de favoriser une transition harmonieuse.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
*Facilite le classement des athlètes en ski para-alpin dans les priorités et les attentes du programme.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Mettre en place une politique de sélection équitable. Exigences : 2/4					
Identifie les compétitions sélectionnées à titre d'épreuves de qualification pour les championnats provinciaux et nationaux.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Communique les quotas et les critères de sélection de l'ONS/OPS aux athlètes, parents et entraîneurs.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Assure une cohérence à l'égard des quotas, des critères de sélection et des procédures.	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	
Identifie et communique les critères de sélection aux athlètes ayant les compétences pour accéder à un niveau supérieur (club/région à l'équipe provinciale, équipe provinciale à l'équipe nationale).	Toujours	Plupart du temps	Parfois	Jamais	

Politique et procédure de réévaluation

Toutes les séances de réévaluation sont administrées par le bureau national de la FESC et le candidat qui désire s'inscrire à une réévaluation doit le faire à l'avance.

Évaluations de l'entraînement NP – pendant un entraînement ou Évaluation de l'entraînement NP – pendant une compétition

- L'intervalle entre la première évaluation du stage et la séance de réévaluation, ou toute réévaluation subséquente, doit être d'au moins quatre (4) semaines.
- Il n'est pas nécessaire de soumettre à nouveau une partie ou l'ensemble *du Portfolio de l'entraîneur du niveau performance*, sauf si le premier évaluateur l'a indiqué.

Conception d'un programme sportif NP ou Gestion d'un programme sportif NP

- Pendant l'évaluation initiale, le maître entraîneur-évaluateur travaille avec l'entraîneur jusqu'à ce que ce dernier ait atteint une norme acceptable. La durée de cette évaluation est donc en fonction de la qualité du travail présenté par l'entraîneur.