



# Association canadienne de luge : Guide d'évaluation





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.

Ce guide énonce les exigences en matière d'évaluation en vue de la certification de l'entraîneur(e) Compétition – Développement de l'Association canadienne de luge. Ces exigences satisfont aux normes minimales du Programme national de certification des entraîneur(e)s (PNCE).

- La formation offerte par l'Association canadienne de luge préparera les candidat(e)s en vue du processus d'évaluation propre au sport de luge.
- Les modules de formation multisport du PNCE prépareront les candidat(e)s en vue d'acquérir les compétences générales requises par tous les entraîneur(e)s dans le présent contexte. Il est attendu que les candidat(e)s terminent les modules multisports du PNCE avant ou après avoir participé à la formation Compétition – Développement de l'Association canadienne de luge.
- Le contenu propre aux habiletés techniques s'appuie sur la documentation approuvée de l'Association canadienne de luge. Les candidat(e)s doivent connaître et utiliser la documentation approuvée ainsi que les éléments importants de la documentation.
- La trousse d'évaluation de l'entraîneur(e) Compétition – Développement de luge est publiée sur le site Web de l'Association canadienne de luge à l'adresse [www.luge.ca](http://www.luge.ca). Les candidat(e)s peuvent la télécharger et l'imprimer.
- Les candidat(e)s doivent terminer le processus d'évaluation pour passer du statut « formé » PNCE au statut « certifié » PNCE. Il est de la responsabilité de l'entraîneur(e) candidat(e) de communiquer avec l'Association canadienne de luge lorsqu'il ou elle est prêt(e) à se soumettre à l'évaluation.
- Le processus d'évaluation/de certification comporte plusieurs étapes. Chacune des étapes est directement liée aux résultats attendus que le candidat(e) doit être en mesure de réaliser. Chaque outil d'évaluation comprend de nombreux critères d'évaluation qui doivent satisfaire aux normes minimales afin de respecter les critères de certification. Des évaluateurs ou évaluatrices qualifié(e)s de l'Association canadienne de luge et/ou des évaluateurs ou évaluatrices multisports (désigné(e)s par les RPTFE) évalueront la performance des candidat(e)s.

**Remarque :** Le programme de développement des entraîneur(e)s de l'Association canadienne de luge favorise l'intégration. Par conséquent, il incombe aux entraîneur(e)s certifié(e)s de l'Association canadienne de luge de connaître la documentation et les recommandations du PNCE en matière d'athlètes ayant un handicap. Vous trouverez des renseignements à cet égard sur le site Web de l'ACE ([www.coach.ca](http://www.coach.ca)) sous l'onglet Ressources – Bibliothèque de ressources – « Entraîner des athlètes ayant un handicap ».

## **Rôle de l'évaluateur/mentor**

Le rôle du mentor/de la mentore est de s'assurer que l'entraîneur(e) soit en mesure de satisfaire aux normes d'évaluation. Le mentor/la mentore pourra guider les apprentissages de l'entraîneur(e) ou encore, former l'entraîneur(e) de manière à ce qu'il/elle puisse démontrer une compétence quant aux preuves propres au sport de luge. Ces preuves sont désignées par la lettre « M ». Habituellement, lors d'une évaluation, le rôle de l'évaluateur et de l'évaluatrice est d'ÉVALUER et non D'ENSEIGNER. Or, dans le cas présent, le responsable du développement des entraîneurs doit faire les deux. Le processus d'évaluation doit se révéler une expérience d'apprentissage positive durant laquelle l'évaluateur ou l'évaluatrice fournira de la rétroaction.

Les outils d'évaluation sont conçus dans le but d'offrir de la rétroaction objective. Chaque formulaire comprend des endroits où l'évaluateur ou l'évaluatrice pourra écrire des commentaires subjectifs. L'évaluateur ou l'évaluatrice pourra profiter de cette occasion pour valider les tâches qui sont particulièrement bien réalisées ce qui aura pour effet de renforcer positivement les comportements de l'entraîneur(e). Il/elle pourra également profiter de l'occasion pour expliquer la raison pour laquelle il/elle croit ou non que certains comportements de l'entraîneur(e) n'ont pas été adéquatement démontrés. Dans de tels cas, les commentaires de l'évaluateur ou l'évaluatrice doivent être constructifs et démontrer clairement au candidat(e) une façon de remédier à cette lacune (p. ex., pratiquer davantage, discuter/échanger avec des entraîneur (e)s plus expérimenté (e)s, réviser les documents reçus lors des formations, etc.). Il est primordial que chaque candidat(e) termine le processus d'évaluation avec le sentiment d'avoir appris quelque chose, indépendamment du résultat.

## **Moment de l'évaluation**

- Certains éléments de l'évaluation comprenant les habiletés générales en entraînement peuvent être effectués en ligne (Prise de décisions éthiques, Promotion d'un sport sans dopage et Gestion des conflits) à tout moment après avoir réussi la formation propre au module.
- L'évaluation sur place ne sera permise qu'une fois achevé le portfolio du candidat(e).
- Il est fortement recommandé que les candidat(e)s investissent beaucoup de temps entre la fin de la formation de l'Association canadienne de luge et l'évaluation sur place. Durant cette période, les candidat(e)s doivent collaborer de façon régulière avec des compétiteurs en développement et mettre en œuvre les concepts qu'ils/elles ont appris lors de l'atelier de formation.
- Les candidat(e)s doivent soumettre leur portfolio en vue d'une évaluation au moins trois (3) semaines avant la date prévue de l'évaluation sur place. Ils/elles seront admissibles à l'évaluation sur place uniquement après l'évaluation réussie de leur portfolio (c'est-à-dire qu'il satisfait aux normes minimales).

### **Remarque : Facteurs qui mènent à une réévaluation**

Le/la candidat(e) qui démontre un ou plusieurs des comportements suivants durant une évaluation recevra automatiquement la note de 0 pour le résultat précis évalué. Ce résultat devra donc être réévalué.

1. **SÉCURITÉ** – Mettre en danger la santé d'un(e) athlète ou de toute autre personne, que le comportement soit accidentel ou intentionnel.
2. **HARCÈLEMENT OU ABUS** – Faire preuve de harcèlement ou démontrer un comportement abusif envers un(e) athlète ou toute autre personne. Un comportement de harcèlement pourrait se traduire ainsi : humilier ou intimider une personne, tenir des discours racistes, menacer de violence physique, faire des plaisanteries cruelles personnelles ou tenir des propos désobligeants relativement à l'apparence physique ou à l'orientation sexuelle d'une personne, de façon répétée. Un comportement abusif pourrait se traduire ainsi : injurier, blasphémer, menacer, ridiculiser, intimider, isoler, initier, mépriser les besoins, gifler, frapper, secouer, donner des coups de pied, tirer les cheveux, les oreilles, battre, bousculer, empoigner quelqu'un, ou encore lui imposer un nombre exagéré d'exercices en guise de punition.
3. **MÉPRIS DE L'ESPRIT SPORTIF** – Violier les règles du Code de conduite et d'éthique de l'Association canadienne de luge ou de de l'Association canadienne des entraîneurs.
4. **PERTE DE CONTRÔLE DU GROUPE D'ATHLÈTES** – Ne pas réussir à gérer le groupe, par exemple, les athlètes ne suivent pas les consignes du candidat(e), se promènent à leur guise dans la salle et démontrent un comportement non sécuritaire, abusif ou font preuve de harcèlement.
5. **MANQUE DE RESPECT ENVERS LES ATHLÈTES, LES PAIRS, LES BÉNÉVOLES ET L'ÉQUIPEMENT** – Violier le Code de conduite et d'éthique de l'ACE.
6. **MANQUE DE CONNAISSANCES TECHNIQUES** – Le/la candidat(e) n'applique pas les concepts présentés dans la documentation de l'Association canadienne de luge et n'enseigne pas en fonction de ces concepts.

La page suivante offre un aperçu des sept (7) résultats attendus en entraînement ainsi que les critères de performance principaux auxquels doit satisfaire l'entraîneur(e) pour obtenir la certification **Compétition – Développement** de l'Association canadienne de luge.

L'**ENTRAÎNEUR(E)** de l'Association canadienne de luge :

1. **PRISE DE DÉCISIONS ÉTHIQUES** – Appliquera un cadre de prise de décisions éthiques à toutes situations éthiques complexes soulevées durant le processus d'entraînement.
2. **PLANIFICATION D'UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT** – Planifiera des séances d'entraînement ciblées, organisées et adaptées au développement des athlètes tout en tenant compte des critères de sécurité.
3. **SOUTIEN AUX ATHLÈTES EN ENTRAÎNEMENT** – Concevra un plan d'entraînement annuel qui intégrera les priorités d'entraînement annuelles du modèle de DLTA, y compris le conditionnement physique pour la luge (entraînement en salle). Au cours de l'évaluation sur place, l'entraîneur(e) mettra à exécution une planification d'entraînement plaisante, sécuritaire, structurée et conforme aux valeurs du PNCE, et ajustera sa planification en fonction de la réponse des athlètes aux tâches demandées.
4. **ANALYSE DE LA PERFORMANCE** – Démontrera son habileté à repérer et à corriger les éléments techniques et tactiques qui doivent être perfectionnés afin d'améliorer la performance, et démontrera sa capacité à utiliser la technologie.
5. **CONCEVOIR UN PROGRAMME DE LUGE COMPÉTITIVE** – Conformément au modèle de Développement à long terme de l'athlète (DLTA) de l'Association canadienne de luge, concevra un programme de compétition de luge visant le développement des athlètes et l'amélioration de leur performance, y compris un programme de pointe et d'affûtage en vue de compétitions importantes.
6. **GÉRER UN PROGRAMME DE LUGE COMPÉTITIVE** – Gèrera les aspects administratifs et logistiques d'un programme de luge compétitive, y compris les mesures appropriées visant la promotion d'un sport sans dopage, les stratégies de résolution de conflits, le recours à des experts qui viennent appuyer le programme ou le développement de l'athlète, et les rapports faisant état du progrès des athlètes à intervalles réguliers.
7. **SOUTIEN DE L'EXPÉRIENCE COMPÉTITIVE** – Dégagera les facteurs propres à la compétition qui ont une incidence sur la performance et qui favorisent la création de séquences précompétition et postcompétition conçues dans le but d'améliorer la performance durant la compétition.

## Tableau récapitulatif – Compétition – Développement

Critères	Formation (F) ONS/Exigences d'évaluation (É)	Disponibilité des formations : modules multisports ou modules propres au sport	Méthodologies de l'évaluation
<b>Résultat attendu du PNCE : Prise de décisions éthiques</b>			
Appliquer un processus de prise de décisions éthiques en 6 étapes	F É	Prise de décisions éthiques (MMS)	REQUIS <input type="checkbox"/> Réussir l'évaluation en ligne du module Prise de décisions éthiques pour le contexte Compétition – Développement
Développer et transmettre une philosophie d'entraînement qui adhère au Code d'éthique du PNCE	F	Formation et animation efficaces (MMS)	
<b>Résultat attendu du PNCE : Soutien aux athlètes en entraînement</b>			
S'assurer que le lieu d'entraînement est sécuritaire	F É	Planification d'une séance d'entraînement	REQUIS <input type="checkbox"/> Observation formelle d'un(e) entraîneur(e) travaillant auprès d'athlètes de niveau approprié lors d'une séance d'entraînement
Mettre sur pied une séance d'entraînement bien structurée et organisée	F É	<i>Planification de la performance (MMS)</i>	OU Vidéo/DVD présentant un(e) entraîneur(e) qui travaille auprès d'athlètes de niveau approprié lors d'une séance d'entraînement  <input type="checkbox"/> Plan de leadership
Effectuer des interventions qui améliorent l'apprentissage et visent à augmenter la performance de l'athlète	F É	<i>Analyse de la performance technique et tactique (module propre au sport)</i>  Formation et animation efficaces (MMS)  Psychologie de la performance (MMS)	
Adapter la séance d'entraînement en fonction de la réponse des athlètes aux tâches demandées	F É	<i>Planification de la performance (MMS)</i>	
Mettre en œuvre des protocoles et des méthodes qui contribueront au développement des qualités athlétiques associées au sport de luge	F É	Développement des qualités athlétiques (MMS)	
<b>Résultat attendu du PNCE : Analyse de la performance</b>			
Déceler les éléments techniques devant être améliorés ou raffinés pour accroître les performances ou la prévention des blessures	F É	<i>Analyse de la performance technique et tactique (mentorat multisport et propre au sport)</i>  Prévention et récupération	REQUIS <input type="checkbox"/> Observation formelle d'un(e) entraîneur(e) travaillant auprès d'athlètes de niveau approprié lors d'une séance d'entraînement  OU Vidéo/DVD présentant un

Critères	Formation (F) ONS/Exigences d'évaluation (É)	Disponibilité des formations : modules multisports ou modules propres au sport	Méthodologies de l'évaluation
		(MMS)	entraîneur(e) qui travaille auprès d'athlètes de niveau approprié lors d'une séance d'entraînement
Corriger les éléments techniques devant être améliorés ou raffinés pour accroître les performances ou la prévention des blessures	F É	<i>Analyse de la performance technique et tactique (module propre au sport)</i>  Prévention et récupération (MMS)	REQUIS <input type="checkbox"/> Observation formelle d'un(e) entraîneur(e) travaillant auprès d'athlètes de niveau approprié lors d'une séance d'entraînement <b>OU</b> Vidéo/DVD présentant un entraîneur(e) qui travaille auprès d'athlètes de niveau approprié lors d'une séance d'entraînement
Déceler les éléments tactiques devant être améliorés ou raffinés pour accroître les performances	F É	<i>Analyse de la performance technique et tactique (module propre au sport)</i>	REQUIS <input type="checkbox"/> Observation formelle d'un(e) entraîneur(e) travaillant auprès d'athlètes de niveau approprié lors d'une séance d'entraînement <b>OU</b> Vidéo/DVD présentant un entraîneur(e) qui travaille auprès d'athlètes de niveau approprié lors d'une séance d'entraînement
Corriger les éléments tactiques devant être améliorés ou raffinés pour accroître les performances	F É	<i>Analyse de la performance technique et tactique (module propre au sport)</i>	REQUIS <input type="checkbox"/> Observation formelle d'un(e) entraîneur(e) travaillant auprès d'athlètes de niveau approprié lors d'une séance d'entraînement <b>OU</b> Vidéo/DVD présentant un entraîneur(e) qui travaille auprès d'athlètes de niveau approprié lors d'une séance d'entraînement
<b>Résultat attendu du PNCE : Soutien de l'expérience compétitive</b>			
Mettre en œuvre des procédures qui favorisent la capacité à performer (précompétition)	F É	<i>Planification de la performance (MMS)</i>	REQUIS <input type="checkbox"/> Observation formelle d'un(e) entraîneur(e) travaillant

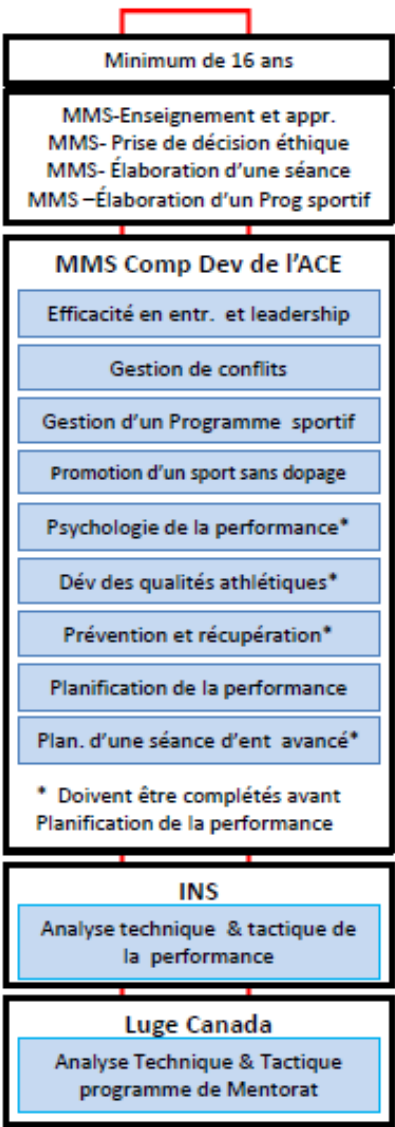


Critères	Formation (F) ONS/Exigences d'évaluation (É)	Disponibilité des formations : modules multisports ou modules propres au sport	Méthodologies de l'évaluation
Prendre des décisions et intervenir de façon à favoriser la performance propre au sport de luge durant la compétition	F É	<i>Analyse de la performance technique et tactique (module propre au sport)</i>	auprès d'athlètes de niveau approprié lors d'une compétition <b>OU</b> Vidéo/DVD présentant un(e) entraîneur(e) qui travaille auprès d'athlètes de niveau approprié lors d'une compétition
Utiliser l'expérience compétitive efficacement dans le but de favoriser le développement des athlètes après la compétition	F É	Formation et animation efficaces (MMS) Prévention et récupération (MMS)  Psychologie de la performance (MMS)	<input type="checkbox"/> Présentation d'un plan/d'objectifs de compétition <input type="checkbox"/> Remise du rapport de compétition <input type="checkbox"/> Entrevue/séance de bilan <input type="checkbox"/> Plan de leadership
<b>Résultat attendu du PNCE : Planification d'une séance d'entraînement</b>			
Déterminer la logistique et toute information pertinente en vue d'une séance d'entraînement	F É	Planification d'une séance d'entraînement <i>Planification de la performance (MMS)</i>	REQUIS <input type="checkbox"/> Évaluation : o Planifications de séance
Définir correctement les activités à exécuter pendant chaque partie de la séance d'entraînement	F É	<i>Planification de la performance (MMS)</i>	REQUIS <input type="checkbox"/> Évaluation : o Planifications de séance
Concevoir des activités d'apprentissage dans un ordre approprié de façon à favoriser la performance ou à créer des adaptations optimales	F É	<i>Planification de la performance (MMS)</i>  Développement des qualités athlétiques (MMS)	REQUIS <input type="checkbox"/> Évaluation : o Planifications de séance
Concevoir un plan d'action d'urgence	F É	Planification d'une séance d'entraînement	REQUIS <input type="checkbox"/> Évaluation d'un plan d'action d'urgence
<b>Résultat attendu du PNCE : Élaboration d'un programme sportif</b>			
Établir une structure de programme fondée sur les occasions d'entraînement et de compétition	F É	<i>Planification de la performance (MMS)</i>  Élaboration d'un programme sportif de base	REQUIS <input type="checkbox"/> Évaluation d'une ou de plusieurs : o Planification annuelle d'entraînement
Définir des mesures appropriées afin de favoriser le développement d'athlètes	F É	<i>Planification de la performance (MMS)</i>  Élaboration d'un programme sportif de base	REQUIS <input type="checkbox"/> Évaluation : o Entrevue/séance de bilan

Critères	Formation (F) ONS/Exigences d'évaluation (É)	Disponibilité des formations : modules multisports ou modules propres au sport	Méthodologies de l'évaluation
Intégrer des priorités d'entraînement annuelles au programme	F É	<i>Planification de la performance (MMS)</i>  Élaboration d'un programme sportif de base	REQUIS <input type="checkbox"/> Évaluation : ○ Planifications annuelles d'entraînement
Organiser et ordonner les priorités et les objectifs d'entraînement hebdomadaires dans le but d'optimiser les adaptations	F É	<i>Planification de la performance (MMS)</i>	REQUIS <input type="checkbox"/> Évaluation d'une ou de plusieurs : ○ Entrevue/séance de bilan
<b>Résultat attendu du PNCE : Gestion d'un programme</b>			
Prendre les mesures nécessaires pour promouvoir un sport sans dopage	F É	Promotion d'un sport sans dopage (MMS)	REQUIS <input type="checkbox"/> Évaluation en ligne du module Sport sans dopage
Gérer les aspects administratifs du programme et superviser la logistique	F É	<i>Gestion d'un programme sportif (MMS)</i>	REQUIS <input type="checkbox"/> Évaluation : ○ Document/trousse de communication athlète/parent ○ Observation formelle ○ Évaluation par l'entraîneur(e) mentor(e)/les athlètes/les pairs
Établir des stratégies pour traiter et résoudre des conflits dans le sport	F É	Gestion des conflits (MMS)	REQUIS <input type="checkbox"/> Évaluation en ligne du module Gestion des conflits

# Luge Canada Cheminement du profil Compétition Développement

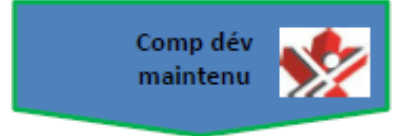
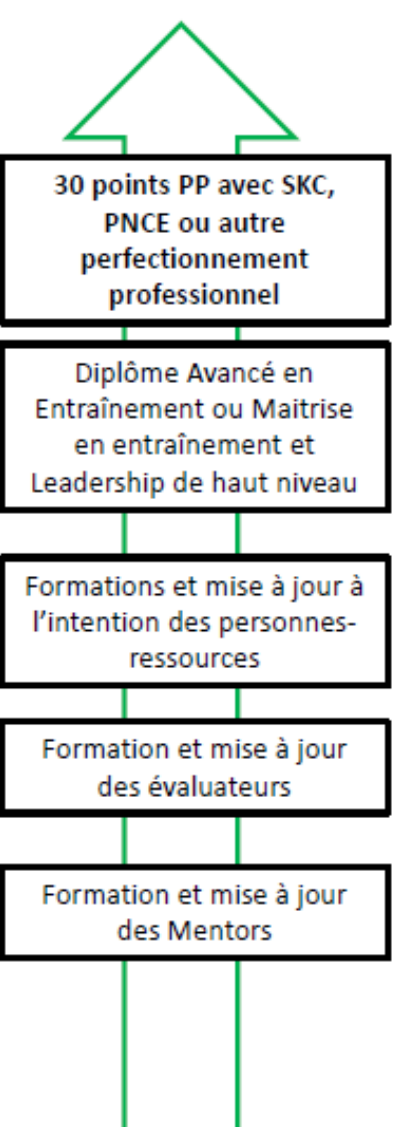
## Phase de formation



## Phase de certification



## Phase de dév. Continu



## Introduction

Félicitations pour votre engagement dans les premières étapes en vue de devenir un(e) entraîneur(e) de luge certifié (e) du Programme national de certification des entraîneurs de l'Association canadienne de luge! Une des premières étapes du processus de certification consiste en l'élaboration du PORTFOLIO de l'entraîneur(e) de luge. Vous devrez remettre votre portfolio complété à votre évaluateur ou à votre évaluatrice trois (3) semaines avant l'observation formelle de votre méthode d'enseignement/entraînement. Le diagramme suivant illustre les étapes que vous devrez suivre en vue d'obtenir la certification.

L'objet du portfolio est de :

1. Permettre à l'entraîneur(e) de démontrer ses compétences en entraînement.

et

2. Permettre à l'entraîneur(e) de démontrer qu'il est prêt à participer à une observation formelle.

Pour préparer le portfolio, l'entraîneur(e) devra :

1. Remettre un plan de leadership.
2. Remettre un plan annuel d'entraînement.
3. Remettre 4 planifications de séance d'entraînement, une pour chaque phase du plan annuel d'entraînement (phase de préparation générale, phase de préparation spécifique et phase de compétition) et une planification d'une séance d'entraînement en salle.
4. Concevoir un plan d'action d'urgence.
5. Remettre un rapport de compétition.
6. Avoir en main les formulaires d'évaluation remplis par l'entraîneur(e) mentor(e) (entraîneur(e)-chef) et par un athlète. Remettre à l'évaluateur ou à l'évaluatrice un portfolio complet avant l'observation formelle.
7. Effectuer l'évaluation en ligne du module Prise de décisions éthiques.
8. Effectuer l'évaluation en ligne du module Sport sans dopage.
9. Effectuer l'évaluation en ligne du module Gestion des conflits.

Vous trouverez des directives pour chacune des tâches ci-dessous. Si vous ne vous sentez pas prêt(e) à effectuer une tâche, inscrivez-vous à un atelier de formation qui vous permettra d'acquérir la formation et l'expérience nécessaires. Veuillez vous adresser à l'Association canadienne de luge ou à l'évaluateur ou à l'évaluatrice assigné(e) pour plus de renseignements concernant les ateliers dans votre région.

Note importante : Les normes de l'évaluation figurent à l'Annexe.

## Profil de l'entraîneur(e) du contexte Compétition – Développement

Nom					Numéro CC :									
	Nom de famille		Prénom											
Adresse														
	App.	Rue												
	Ville				Province				Code postal					
Téléphone	(    )		(    )		(    )									
	Domicile		Travail		Télécopieur									
Courriel														
Nombre d'années d'entraînement (de coaching)														
Profil d'entraînement principal														
Nom du club														
Entraîneur(e)-chef/instructeur-chef ou instructrice-chef														

### Description du contexte d'entraînement

Nombre d'athlètes		Durée moyenne des séances	
Âge de l'athlète le/la plus jeune		Nombre de séances par semaine	
Âge de l'athlète le plus vieux/la plus vieille		Nombre de semaines par année	

**Liste de vérification :**

<b>Sujet</b>	<b>Oui</b>	<b>Date (jj/mm/année)</b>
Tâche 1 : Avoir en main les formulaires d'évaluation remplis par l'entraîneur(e) mentor(e) (entraîneur (e)-chef) et par un athlète		
Tâche 2 : Concevoir un plan d'action d'urgence		
Tâche 3 : Concevoir 4 séances d'entraînement à l'intention d'un athlète		
Tâche 4 : Remettre un plan annuel d'entraînement		
Tâche 5 : Remettre un rapport de compétition		
Tâche 6 : Remettre un plan de leadership		
Tâche 7 : Effectuer l'évaluation en ligne du module PDÉ (et preuve de réussite)		
Tâche 8 : Effectuer l'évaluation en ligne du module Sport sans dopage (et preuve de réussite)		
Tâche 9 : Effectuer l'évaluation en ligne du module Gestion des conflits (et preuve de réussite)		

## Tâche 1 : FORMULAIRE d'évaluation de l'entraîneur(e) de luge Comp. – Dév.

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

### Examen du rendement – Évaluation par l'intervenant(e)

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

	ATHLÈTE		ENTRAÎNEUR(E) MENTOR(E)
--	---------	--	-------------------------

Pour chaque énoncé présenté ci-dessous, encerclez le numéro qui représente l'évaluation que vous faites de l'entraîneur(e)/instructeur/institutrice à l'égard du respect de chacune des preuves

(jamais, parfois, souvent, toujours).

L'entraîneur(e) gère l'administration et la logistique en...	Jamais	Parfois	Souvent	Toujours
Fournissant des renseignements à jour à l'égard du programme par le truchement de bulletins d'information, de courriels, de site Web ou de communiqués	1	2	3	4
Faisant connaître sa philosophie du programme	1	2	3	4
Indiquant clairement les coûts du programme	1	2	3	4
S'assurant que les participant(e)s comprennent les règles propres au sport de luge et les conséquences du non-respect de ces règles	1	2	3	4
Collaborant avec des bénévoles qui aident à mener à bien le programme	1	2	3	4
S'assurant qu'aucun coût supplémentaire non prévu qui aurait pu être évité n'est facturé	1	2	3	4
Faisant état des progrès de l'athlète quant à ses habiletés propres au sport de luge	1	2	3	4
Formulant des recommandations pertinentes relatives au développement du programme	1	2	3	4
Supervisant les autres entraîneur(e)s (aide-entraîneur (e))	1	2	3	4

<b>L'entraîneur(e) aide à résoudre les conflits dans notre sport en...</b>	Jamais	Parfois	Souvent	Toujours
Décrivant clairement les attentes relatives au comportement et à l'engagement dans le sport de luge	1	2	3	4
Faisant la promotion de la communication et en facilitant l'échange entre les intervenants	1	2	3	4
Facilitant la communication pour clarifier les malentendus	1	2	3	4
Favorisant les relations positives entre les intervenant(e)s	1	2	3	4
Agissant comme modérateur pour aider à comprendre les causes des conflits potentiels	1	2	3	4
Faisant preuve d'un fort leadership et d'une stricte équité lors des conflits	1	2	3	4
<b>L'entraîneur(e) prend les mesures nécessaires pour promouvoir un sport sans dopage en...</b>	Jamais	Parfois	Souvent	Toujours
Aidant les athlètes à reconnaître les substances illicites	1	2	3	4
Éduquant adéquatement les athlètes en matière de protocoles de tests de dépistage des drogues	1	2	3	4
Renforçant les conséquences de la consommation de substances interdites	1	2	3	4
Aidant les athlètes à comprendre ce qu'est l'utilisation appropriée de suppléments nutritifs	1	2	3	4
Demandant aux athlètes d'identifier les drogues ou les suppléments qu'ils et elles consomment actuellement	1	2	3	4
Faisant la promotion de l'esprit sportif et de sport sans dopage	1	2	3	4
Connaissant les protocoles de tests et les procédures auxquelles ont recours les officiels responsables du dépistage des drogues	1	2	3	4
Offrant aux athlètes le support nécessaire lors d'un test de dépistage des drogues en compétition	1	2	3	4

DATE : \_\_\_\_\_



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

*CETTE TÂCHE EXIGE QUE L'ENTRAÎNEUR(E) CONÇOIVE OU FOURNISSE UN PLAN D'ACTION D'URGENCE POUR LA SALLE D'ENTRAÎNEMENT OÙ IL/ELLE ENSEIGNE/ENTRAÎNE. UN PLAN D'ACTION D'URGENCE (PAU) EST UN PLAN CONÇU PAR LES ENTRAÎNEUR(E)S POUR LES AIDER À RÉAGIR LORS D'UNE SITUATION D'URGENCE. LA RAISON POUR LAQUELLE IL EST IMPORTANT DE CONCEVOIR UN TEL PLAN D'ACTION D'URGENCE À L'AVANCE EST QUE CE DERNIER AIDERA L'ENTRAÎNEUR(E) À AGIR D'UNE MANIÈRE RESPONSABLE ET EFFICACE SI JAMAIS UNE SITUATION D'URGENCE SE PRODUIT.*

Vous devriez disposer d'un **PAU** pour les installations ou le site où se déroulent habituellement vos séances d'entraînement et pour tout site ou installation où vous tiendrez des séances d'entraînement particulières.

Un PAU peut être simple ou complexe et doit traiter des éléments suivants :

1. Déterminez à l'avance qui est la personne responsable si une situation d'urgence se produit (il est fort possible que cette personne soit vous).
2. Ayez en votre possession un téléphone cellulaire dont la pile est chargée. Si ce n'est pas possible, repérez un téléphone que vous pouvez utiliser.
3. Ayez avec vous les numéros de téléphone utiles en cas d'urgence (responsable des installations, service des incendies, police, ambulance) ainsi que la liste des personnes à joindre que vous auront remise vos athlètes (père et mère, tuteur et tutrice, proches parents, médecin de famille).
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. Dressez une liste des directives à fournir aux responsables du service d'urgence (RSU) afin qu'ils et elles puissent parvenir le plus rapidement possible au lieu d'entraînement. Identifiez le quartier, l'intersection principale la plus près, les rues permettant de se rendre au site, les rues à sens unique et les principaux points de repère.
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.
7. Déterminez à l'avance une « personne responsable des appels » qui aura comme tâches de communiquer avec les autorités médicales et, au besoin, d'assister la personne responsable. Assurez-vous que la personne responsable des appels puisse donner des instructions précises au service d'urgence afin que le personnel médical puisse parvenir le plus rapidement possible au lieu d'entraînement.

**Vous pouvez utiliser les modèles suivants pour effectuer cette tâche.**

<b>PLAN D'ACTION D'URGENCE</b>		
<b>Numéros de téléphone en cas d'urgence</b>	<p>911</p> <p>Entraîneur(e) : Téléphone : (    )</p> <p>Coordonnateur/Coordonnatrice : TÉLÉPHONE : (    )</p>	<p>Liste de vérification :</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Les endroits où il y a des téléphones sont indiqués</li><li><input type="checkbox"/> Les numéros de téléphone d'urgence sont répertoriés</li><li><input type="checkbox"/> La pile du téléphone cellulaire est complètement chargée</li><li><input type="checkbox"/> De la monnaie est disponible pour les appels à acheminer depuis un téléphone public</li></ul>
<b>ADRESSE DE L'INSTALLATION SPORTIVE</b>	<p>Adresse du dojo/lieu d'entraînement :</p> <p>Adresse du centre hospitalier le plus près :</p>	<p>INSTRUCTIONS précises pour accéder au site :</p>

<b>PERSONNE RESPONSABLE</b>	NOM :  Téléphone : (    )  SUBSTITUT 1 :  TÉLÉPHONE : (    )  SUBSTITUT 2 :  TÉLÉPHONE : (    )	Rôles et responsabilités :          
	NOM :  Téléphone : (    )  SUBSTITUT 1 :  Téléphone : (    )  SUBSTITUT 2 :  Téléphone : (    )	
<b>PERSONNE RESPONSABLE DES APPELS</b>	<b>RENSEIGNEMENTS SUR L'ATHLÈTE</b>	
	<b>TROUSSE DE PREMIERS SOINS</b>	

## RENSEIGNEMENTS MÉDICAUX

EN CARACTÈRES D'IMPRIMERIE S.V.P.

Nom de l'athlète :					
DATE DE NAISSANCE	(jj/mm/aaaa)	Âge		Masculin <input type="checkbox"/>	Féminin <input type="checkbox"/>
Adresse					
	Rue				
	Ville	Province	Code postal		
Numéro d'assurance maladie					

NOM DES PARENTS					
ADRESSE					
	Rue				
	Ville	Province	Code postal		
N <sup>os</sup> de téléphone					
	Domicile	Travail	Cellulaire		

Médecin de famille		
	Nom	Téléphone

**Antécédents médicaux****Détails :**

Allergies	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Asthme (respiratoire)	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Évanouissements/ Pertes de conscience	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Douleur thoracique	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Diabète	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Épilepsie	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Troubles de l'ouïe	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Problème cardiaque	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Maux de tête récurrents	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Convulsions	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Port de lunettes	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Port de lentilles cornéennes	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Blessures (précisez)	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Médicaments (précisez)	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Commotion cérébrale	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Autre (y compris chirurgie récente)	Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	_____
Autre :	_____	

### Tâche 3 : Concevoir quatre (4) planifications de séance d'entraînement

*Cette tâche a pour objet est de démontrer votre capacité à planifier une séance d'entraînement de luge pour chacune des phases du plan annuel d'entraînement (préparation générale, préparation spécifique et compétition) et une planification d'une séance d'entraînement en salle. Votre portfolio devra comprendre cinq (5) planifications de séance. Votre évaluateur ou votre évaluatrice évaluera vos planifications et vous offrira une rétroaction soulignant les éléments à améliorer. Ces planifications aideront également l'évaluateur ou l'évaluatrice à déterminer si vous êtes prêt(e) à vous soumettre à une observation formelle lors d'une séance d'entraînement.*

Afin d'assurer l'objectivité lors de l'évaluation en vue de la certification, l'entraîneur(e) candidat(e) devra planifier une séance et mettre en œuvre une habileté tirée du Modèle de référence pour l'analyse d'une performance en luge. Le tableau ci-dessous présente des éléments précis qui devraient se trouver dans vos planifications de séance. Vous pouvez utiliser ce tableau comme guide pour la planification des séances d'entraînement de luge.

Segment de la séance	Éléments qui doivent être inclus dans la planification
Introduction	Le but est d'accueillir les athlètes et de les informer du déroulement de la séance. L'introduction doit également identifier les éléments de sécurité dont il faut tenir compte pendant la séance d'entraînement.
Échauffement/Exercices d'étirement	Le but est de préparer le corps aux efforts qui seront déployés pendant la partie principale. Au début, l'échauffement doit être plus général pour ensuite devenir plus spécifique. Cette partie de la séance doit également inclure des exercices propres au sport de luge.
Partie principale	Le but est de faire participer les athlètes à des activités qui les aideront à améliorer des habiletés et la forme physique propres au sport de luge.
	La présente partie doit définir les éléments techniques, les qualités athlétiques et les facteurs de performance clés appropriés qui seront abordés pour le développement des habiletés propres au sport de luge.
Retour au calme	Le but est d'amorcer la récupération. Le retour au calme doit inclure des activités appropriées telles que des exercices cardio-vasculaires légers et des étirements, ce qui permettra aux athlètes de passer progressivement à un niveau d'activité normal après l'entraînement.
Conclusion	Le but est de faire une séance bilan et de renseigner les athlètes sur le prochain entraînement ou une compétition à venir. La conclusion devrait inclure une récapitulation des principes d'entraînement clés appliqués lors de la séance.

Vous pouvez utiliser les modèles suivants pour concevoir la planification de vos séances.

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

## STRUCTURE D'UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT DÉMONTRANT LES ÉLÉMENTS CLÉS

<i><b>Partie de la séance d'entraînement</b></i>	<i><b>Durée</b></i>	<i><b>Éléments clés</b></i>
<p><b>Introduction</b></p> <p>Le but est d'accueillir les athlètes et de les informer du déroulement de la séance</p>	<p><i>variable</i></p> <p><i>2-3 min</i></p>	<p><b>Avant la séance :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Inspecter les installations</li> <li>➤ Préparer l'équipement</li> <li>➤ Accueillir et saluer chaque athlète</li> <li>➤ Évaluer le niveau d'énergie de chaque athlète</li> </ul> <p><b>Au début de la séance :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Passer en revue les objectifs de la séance d'entraînement et les activités prévues</li> <li>➤ Donner les consignes générales de sécurité qui s'appliquent aux activités qui seront effectuées</li> </ul>
<p><b>Échauffement</b></p> <p>Le but est de préparer le corps aux efforts qui seront déployés pendant la partie principale</p>	<p><i>3-7 min</i></p> <p><i>5-10 min</i></p>	<p><b>Échauffement général :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Inclure des exercices généraux ou jeux pour détendre les muscles et augmenter la température corporelle</li> <li>➤ Proposer des étirements progressifs (étirements dynamiques)</li> </ul> <p><b>Échauffement spécifique :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Inclure de brèves activités déjà connues des athlètes qui imitent certains des mouvements de la partie principale (peut inclure certaines activités de la partie principale qui sont effectuées à une intensité plus faible)</li> <li>➤ Augmenter graduellement l'intensité, sans pour autant fatiguer les athlètes</li> <li>➤ Effectuer une transition rapide entre la fin de l'échauffement, les explications ou démonstrations des premières activités de la partie principale et les activités elles-mêmes</li> </ul>



<b>Partie de la séance d'entraînement</b>	<b>Durée</b>	<b>Éléments clés</b>
<p><b>Partie principale</b></p> <p>Le but est de faire participer les athlètes à des activités qui les aideront à améliorer des habiletés et la forme physique propres au sport de luge</p>	<p><i>Variable; habituellement 20-30 min, selon l'âge de l'athlète</i></p>	<p><b>3 ACTIVITÉS OU PLUS ENTRE LESQUELLES IL Y A UN LIEN ET QUI SONT EXÉCUTÉES DANS LE BON ORDRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Choisir des activités stimulantes qui permettent aux athlètes d'apprendre et de s'améliorer tout en s'amusant</li> <li>➤ Les athlètes sont activement engagé(e)s la majeure partie du temps (c.-à-d. ils ou elles ne doivent pas rester inactifs ou inactives ni attendre en ligne)</li> <li>➤ Prévoir suffisamment de temps pour chaque activité</li> <li>➤ Les activités doivent être adaptées à l'âge, à la condition physique et au niveau d'habileté des athlètes, et doivent se rapporter au sport de luge</li> </ul>
<p><b>Retour au calme</b></p> <p>Le but est d'amorcer la récupération</p>	<p><i>2-3 min</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Prévoir une diminution graduelle de l'intensité</li> <li>➤ Inclure des exercices d'étirements (surtout pour les muscles qui ont été les plus sollicités)</li> </ul>
<p><b>Conclusion</b></p> <p>Le but est de faire une séance bilan et de renseigner les athlètes sur le prochain entraînement ou une compétition à venir</p>	<p><i>2-3 min</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Offrir et recevoir de la rétroaction sur ce qui a bien fonctionné et suggérer certaines améliorations au besoin</li> <li>➤ Donner des renseignements sur la prochaine séance d'entraînement ou la prochaine compétition (p. ex., logistique, thème et objectifs)</li> <li>➤ Faire ensemble le cri de ralliement de l'équipe</li> <li>➤ Discuter avec chaque athlète avant qu'il ou elle ne quitte les lieux</li> </ul>

## Observation d'une séance d'entraînement — Aperçu de l'évaluation

### Profil de l'entraîneur(e)

<b>Nom</b>			Numéro CC :		C	C						
	Nom de famille		Prénom									
<b>Adresse</b>												
	App.	Rue										
	Ville			Province				Code postal				
<b>Téléphone</b>	(    )		(    )		(    )							
	Domicile		Travail		Télécopieur							
<b>Courriel</b>												

Nombre d'années d'entraînement (de coaching)		Profil d'entraînement principal		Nom du club/lieu d'entraînement	
				Instructeur-chef/ Instructrice-chef	

Renseignements sur les athlètes			
Nombre d'athlètes		Durée moyenne d'une séance d'entraînement	
Âge de l'athlète le/la plus jeune		Nombre de séances par semaine	
Âge de l'athlète le plus vieux/la plus vieille		Nombre de semaines par année	
Nombre de compétitions par année, en moyenne		Nombre d'événements par compétition ou durée des événements, en moyenne	
Phase du plan d'entraînement annuel		Prochaine compétition (jours ou semaines)	

Objectifs principaux de la séance			
Déterminez les éléments dominants possibles en privilégiant chaque facteur pouvant avoir une incidence sur la performance de l'athlète.			
Encerclez l'élément prioritaire en indiquant : É = élevé, M = moyen ou F = faible			
Équipement	É	M	F
Environnement	É	M	F
Affectif	É	M	F
Cognitif	É	M	F
Physique	É	M	F
Tactique	É	M	F
Technique	É	M	F

<b>Objectifs d'entraînement</b>
---------------------------------

Décrivez les trois (3) objectifs principaux de la séance d'entraînement

**1.**

---

---

**2.**

---

---

**3.**

---

---

---

## FEUILLE DE TRAVAIL D'UNE PLANIFICATION D'UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

Note : Cette feuille de travail est fournie à titre d'exemple. La planification que vous présentez avec votre portfolio pourrait nécessiter plus de détails pour satisfaire à la norme d'évaluation.

	CLUB	DATE	HEURE
	EMPLACEMENT	OBJECTIFS	
	ÉQUIPEMENT		
Introduction	Durée		
Échauffement	Durée		
Partie principale	Durée		
Retour au calme	Durée		

---

<b>Conclusion</b>	Durée	
-------------------	-------	--

#### **Tâche 4 : Remettre un plan annuel d'entraînement (voir le module Planification de la performance)**

Cette tâche exige que vous conceviez une planification annuelle d'entraînement sur une seule page décrivant :

- Compétitions, camps d'entraînement et dates des séances de tests
- Phases d'entraînement
- Priorités d'entraînement pour chaque phase d'entraînement
- Lien menant au DLTA de l'Association canadienne de luge

#### **Tâche 5 : Remettre un rapport de compétition**

L'objet de cette tâche est d'évaluer votre capacité à gérer un programme d'une équipe provinciale (ou l'équivalent). Vous devrez concevoir un rapport post-compétition comprenant :

- Objectifs
- Horaire (entraînement, repas d'équipe, couvre-feu, déplacement, etc.)
- Résultats (d'équipe et individuels)
- Problèmes et solutions
- Recommandations pour l'avenir
- Etc.

#### **Tâche 6 : Remettre un plan de leadership (voir le module Leadership)**

Veuillez utiliser le plan qui se trouve dans le module Leadership ou dans le module équivalent

## **Tâche 7 : Effectuer l'évaluation en ligne du module Prise de décisions éthiques (PDÉ)**

### **Preuve de réussite de l'évaluation**

L'objet de cette tâche est de vérifier vos connaissances relatives au processus de prise de décisions éthiques du PNCE. Vous devrez :

Soumettre la preuve de la réussite de l'évaluation en ligne du module PDÉ. Cette évaluation est disponible sur le site Web de l'Association canadienne des entraîneur(e)s à l'adresse suivante : [www.coach.ca](http://www.coach.ca). Après avoir réalisé ce module en ligne, vous pouvez obtenir une copie de votre « relevé d'entraîneur(e) » qui se trouve sur le site Web de l'Association canadienne des entraîneurs pour vérifier le résultat de votre évaluation. Vous pouvez obtenir votre relevé en ligne en inscrivant votre numéro CC et votre mot de passe ou encore en communiquant avec l'Association canadienne de luge.

*Il est fortement recommandé de suivre la formation appropriée, soit celle du module Prise de décisions éthiques, avant d'effectuer l'évaluation en ligne. Ce module est disponible par l'entremise de votre organisme provincial/territorial de sport ou de son coordonnateur. Communiquez avec l'évaluateur ou l'évaluatrice assigné(e) pour obtenir plus de renseignements concernant cette formation.*

## **Tâche 8 : Effectuer l'évaluation en ligne du module Gestion des conflits**

Preuve de réussite de l'évaluation

## **Tâche 9 : Effectuer l'évaluation en ligne du module Sport sans dopage**

Preuve de réussite de l'évaluation



## Compétition – Développement

### Trousse d'évaluation du portfolio

## COMPÉTITION – DÉVELOPPEMENT

### ÉVALUATION DU PORTFOLIO

- Les évaluations du contexte Compétition – Développement comporteront un examen du portfolio, une observation d’une séance d’entraînement et une observation lors d’une compétition.
- L’examen du portfolio sera réalisé par un évaluateur ou une évaluatrice multisport.
- Les observations d’une séance d’entraînement et lors d’une compétition seront effectuées par un évaluateur ou une évaluatrice propre au sport de luge.
- L’Association canadienne de luge désignera l’évaluateur ou l’évaluatrice propre au sport.
- Les RPTFE désigneront l’évaluateur ou l’évaluatrice multisport.

#### ÉVALUATION DU PORTFOLIO – INTRODUCTION

- L’évaluation du portfolio permet à l’évaluateur ou à l’évaluatrice de déterminer si l’entraîneur(e) candidat(e) est prêt(e) à se soumettre à l’observation formelle.
- L’entraîneur(e) doit s’inscrire auprès de son organisme national de sport et présenter tous les éléments exigés du portfolio avant que la date de l’observation formelle puisse être fixée.
- L’évaluateur ou l’évaluatrice multisport doit examiner le portfolio en se fondant sur les outils d’évaluation pertinents, puis fournir ses rétroactions à l’entraîneur(e) dans un délai raisonnable.
- Si tous les éléments requis du portfolio sont jugés adéquats, il sera établi que l’entraîneur(e) est prêt(e) à se soumettre à l’observation formelle.
- Lorsque l’évaluateur ou l’évaluatrice d’entraîneurs estime que le/la candidat(e) est prêt(e) à se soumettre à l’observation formelle, il ou elle doit communiquer avec l’organisme national de sport afin de fixer la date de l’observation formelle.

#### Étape 1

S’inscrire auprès de son organisme national de sport pour entamer le processus de certification.

#### Étape 2

Satisfaire aux exigences du portfolio et le remettre à l’organisme national de sport

#### Étape 3

Participer à l’observation formelle d’une séance d’entraînement et d’une compétition après avoir reçu l’approbation de l’évaluateur ou de l’évaluatrice multisport

#### Étape 4

Participer à une séance de bilan avec l’évaluateur ou l’évaluatrice et élaborer un plan d’action en vue de participer à des initiatives d’entraînement ultérieures



## Profil de l'entraîneur(e)

Nom			Numéro C C :										
	Nom de famille			Prénom									
Adresse													
	App.	Rue											
	Ville			Province			Code postal						
Téléphone	(    )		(    )		(    )								
	Domicile		Travail		Télécopieur								
Courriel													
Nombre d'années d'entraînement (de coaching)													
Profil d'entraînement principal													
Nom du club													
Entraîneur(e)-chef/instructeur-chef ou instructrice-chef													

## Description du contexte d'entraînement

Nombre d'athlètes		Durée moyenne des séances	
Âge de l'athlète le/la plus jeune		Nombre de séances par semaine	
Âge de l'athlète le plus vieux/la plus vieille		Nombre de semaines par année	

## Liste de vérification du portfolio

Documents à remettre	Oui/Non	Date (jj/mm/année)
Plan d'action d'urgence	<input type="checkbox"/>	
4 planifications de séance d'entraînement, une pour chaque phase du plan annuel d'entraînement (phase de préparation générale, phase de préparation spécifique et phase de compétition) et une planification d'une séance d'entraînement en salle.	<input type="checkbox"/>	
Planification annuelle d'entraînement	<input type="checkbox"/>	
Rapport de compétition	<input type="checkbox"/>	

Plan de leadership	<input type="checkbox"/>	
Modèle de référence pour l'analyse de la performance en luge	<input type="checkbox"/>	
Preuve de réussite de l'évaluation du module PDÉ	<input type="checkbox"/>	
Preuve de réussite de l'évaluation en ligne du module Sport sans dopage	<input type="checkbox"/>	
Preuve de réussite de l'évaluation en ligne du module Gestion des conflits	<input type="checkbox"/>	

## RÉSULTATS ATTENDUS DU PORTFOLIO

### Résultat attendu – Planification d'une séance d'entraînement

Critère : Déterminer la logistique et toute information pertinente en vue d'une séance d'entraînement		
L'entraîneur(e)...	Liste de vérification	Commentaires
Identifie l'âge, les habiletés et le niveau de performance des athlètes.	<input type="checkbox"/>	
Fournit des renseignements de base, comme la date, l'heure, le lieu, le nombre d'athlètes et le niveau de compétence des athlètes?	<input type="checkbox"/>	
Détermine les besoins logistiques de base (c.-à-d., installations et équipement) correspondant à l'objectif général.	<input type="checkbox"/>	
Précise quelle place la séance d'entraînement occupe au sein de la planification annuelle.	<input type="checkbox"/>	
Divise le plan en segments clés, notamment une introduction, un échauffement, une partie principale, un retour au calme et une conclusion.	<input type="checkbox"/>	

Indique la durée de la séance d'entraînement et de chacune de ses parties sur un horaire.	<input type="checkbox"/>	
Lorsque cela s'applique, et selon les éléments logistiques associés à la séance d'entraînement, identifie les facteurs de risque éventuels.	<input type="checkbox"/>	
<b>Critère : Déterminer les activités appropriées pour chaque partie de la séance d'entraînement</b>		
S'assure que l'objectif ou les objectifs clairement établis correspondent à ce qui suit : modèle de développement à long terme de l'athlète du sport de luge; principes de croissance et de développement du PNCE; niveau de compétition des athlètes; moment dans le plan d'entraînement annuel.	<input type="checkbox"/>	
S'assure que la durée de la séance d'entraînement et de chacune de ses parties est conforme aux principes de croissance et de développement du PNCE ainsi qu'aux lignes directrices acceptées en matière de développement des qualités athlétiques.	<input type="checkbox"/>	
Le cas échéant, s'assure que les activités planifiées reflètent une connaissance et une maîtrise des facteurs de risque éventuels (environnementaux, mécaniques, humains).	<input type="checkbox"/>	
S'assure que les activités ont un sens et un but et qu'elles présentent un lien avec l'objectif général de la séance d'entraînement.	<input type="checkbox"/>	
Propose une liste de points d'enseignement clés qui ont un lien avec l'objectif général de la séance d'entraînement.	<input type="checkbox"/>	
Décrit clairement et efficacement les activités de la séance d'entraînement (p. ex., au moyen de diagrammes, d'explications et de points clés).	<input type="checkbox"/>	
S'assure que les activités visent à améliorer les qualités athlétiques et qu'elles correspondent au modèle de développement à long terme de l'athlète du sport de luge.	<input type="checkbox"/>	
S'assure que les activités font appel à des méthodes d'entraînement (y compris les paramètres de charge, les rapports effort-repos, le type et la durée de la récupération, etc.) qui conviennent à l'objectif	<input type="checkbox"/>	

d'entraînement et au moment de l'année.		
Recourt à des stratégies mentales appropriées (visualisation, relaxation, recentrage, contrôle de l'attention) afin d'aider les athlètes à atteindre le but de la tâche ou l'objectif de la séance d'entraînement.	<input type="checkbox"/>	
<b>Critère : Concevoir un plan d'action d'urgence</b>		
<b>L'entraîneur(e) est capable de présenter un plan d'action d'urgence comprenant les éléments fondamentaux suivants :</b>	<b>Liste de vérification</b>	<b>Commentaires</b>
Identifie les endroits où il y a des téléphones (cellulaires ou lignes terrestres).	<input type="checkbox"/>	
Dresse la liste des numéros de téléphone d'urgence.	<input type="checkbox"/>	
Identifie l'endroit où se trouvent les fiches médicales de tou(te)s les athlètes sous la supervision de l'entraîneur(e).	<input type="checkbox"/>	
Identifie l'endroit où se trouve une trousse de premiers soins complète.	<input type="checkbox"/>	
Désigne à l'avance une « personne responsable des appels » et une « personne responsable des décisions ».	<input type="checkbox"/>	
Fournit des directives permettant de se rendre jusqu'au lieu de l'activité.	<input type="checkbox"/>	
<b>Tous les éléments doivent être présentés pour obtenir la certification.</b>	<b>Complet <input type="checkbox"/> Incomplet <input type="checkbox"/></b>	

### Résultat attendu : Élaboration d'un programme sportif

<b>Critère : Définir la structure du programme en se basant sur les possibilités d'entraînement et de compétition offertes</b>		
<b>L'entraîneur(e)...</b>	<b>Liste de vérification</b>	<b>Commentaires</b>
Présente les informations logistiques en les inscrivant sur un calendrier de planification.	<input type="checkbox"/>	
Indique le calendrier de compétition ainsi que le nombre de compétitions comprises dans le programme, de même que les autres événements clés (entraînement, évaluation,	<input type="checkbox"/>	

etc.).		
Calcule correctement la durée de la saison, en tenant compte des pauses et des autres aspects logistiques, ainsi que le nombre total de jours de compétition dans le plan d'entraînement annuel.	<input type="checkbox"/>	
Identifie la durée de chaque période du programme (préparation, compétition, transition) et divise chacune de celles-ci en phases (PPG; PPS; PPC; PC; transition).	<input type="checkbox"/>	
Identifie le nombre, la durée et la fréquence des séances d'entraînement pour chaque période du programme (préparation, compétition, transition).	<input type="checkbox"/>	
Critère : Identifier des mesures appropriées de promotion de développement d'athlètes		
Calcule le rapport entraînement-compétition existant dans son propre programme.	<input type="checkbox"/>	
Compare le rapport entraînement-compétition de son propre programme aux normes recommandées par le PNCE ou l'ONS en matière de développement à long terme de l'athlète.	<input type="checkbox"/>	
Critère : Incorporer au programme les priorités annuelles d'entraînement		
Utilise le modèle de programme annuel du PNCE ou de l'ONS pour prioriser adéquatement les qualités athlétiques qui seront entraînées à un moment précis du plan d'entraînement annuel.	<input type="checkbox"/>	
Utilise le modèle de programme annuel du PNCE ou de l'ONS dans le but de fixer des objectifs d'entraînement (développement-maintien/acquisition-consolidation) pour des qualités athlétiques données à un moment précis du programme d'entraînement annuel.	<input type="checkbox"/>	
Critère : Organiser et établir l'ordre des priorités et des objectifs d'entraînement sur une base hebdomadaire pour en optimiser les ajustements		
Gère et priorise les heures d'entraînement de façon appropriée et présente une stratégie de développement des qualités athlétiques qui correspond aux priorités et aux objectifs d'entraînement établis dans le modèle du PNCE.	<input type="checkbox"/>	
Tient compte des contraintes logistiques dans le plan d'entraînement annuel lors de l'ordonnance des activités	<input type="checkbox"/>	

d'entraînement hebdomadaires.		
Pour chaque période du programme annuel, présente un plan d'une semaine indiquant les principaux objectifs et priorités se rapportant aux qualités athlétiques.	<input type="checkbox"/>	
Établit stratégiquement l'horaire des séances d'entraînement de la semaine en tenant compte de ce qui suit : niveaux de fatigue anticipés; temps nécessaire pour la récupération après des activités données; priorités d'entraînement; objectifs de performance généraux; compétitions prévues à court terme.	<input type="checkbox"/>	
Propose un plan d'entraînement qui mentionne, pour chacun des plans de la semaine, des types d'exercices pertinents aux qualités athlétiques ainsi que des conditions d'entraînement adaptées aux facteurs techniques/tactiques.	<input type="checkbox"/>	
Prévoit les décisions de programmation critiques qui devront être prises concernant le plan hebdomadaire afin de prendre en considération/de corriger des facteurs de performance donnés identifiés dans le cadre de l'évaluation du programme.	<input type="checkbox"/>	
<b>Tous les éléments doivent être présentés pour obtenir la certification.</b>	<b>Complet</b> <input type="checkbox"/>	<b>Incomplet</b> <input type="checkbox"/>

### Résultat attendu : Gestion d'un programme

Critère : Gérer les aspects administratifs du programme et superviser la logistique		
L'entraîneur(e)...	Liste de vérification	Commentaires
Présente un outil de communication qui donne un aperçu de la philosophie et des objectifs du programme.	<input type="checkbox"/>	
Fournit aux athlètes, aux parents et aux autres intervenant(e)s clés un calendrier indiquant les compétitions et les séances d'entraînement.	<input type="checkbox"/>	
Identifie les attentes relatives au comportement et à l'engagement et décrit les conséquences qui s'y rattachent.	<input type="checkbox"/>	
Prévoit les éléments logistiques pour les compétitions à l'extérieur (p. ex., dispositions concernant les voyages, repas, accompagnateurs/trices, etc.).	<input type="checkbox"/>	

Collabore avec les bénévoles et les administrateurs/trices du programme afin de préparer les budgets et les autres aspects liés aux finances.	<input type="checkbox"/>	
<b>Tous les éléments doivent être présentés pour obtenir la certification.</b>	<b>Complet</b> <input type="checkbox"/>	<b>Incomplet</b> <input type="checkbox"/>

Recommandations de l'évaluateur ou de l'évaluatrice

L'entraîneur(e) candidat(e) est prêt(e) à se soumettre à l'évaluation/observation formelle.

L'entraîneur(e) candidat(e) doit apporter des modifications à son portfolio avant de pouvoir participer à l'évaluation/observation formelle.

Les signatures ci-dessous signifient que le portfolio est approuvé :

Signature de  
l'entraîneur(e)

---

Signature de  
l'évaluateur ou de  
l'évaluatrice

---

### **Observation en action**

L'observation en action se compose en trois (3) parties : la séance préparatoire, l'observation et la séance de bilan.

### **Séance préparatoire :**

Il s'agit d'une rencontre avec l'évaluateur ou l'évaluatrice tenue immédiatement avant l'observation en action. Durant la séance préparatoire, vous devez remettre un modèle de référence pour analyse d'une performance et la planification de la séance d'entraînement que vous offrirez durant l'observation en action. Prenez quelques instants pour expliquer à l'évaluateur ou à l'évaluatrice ce que vous ferez durant la séance d'entraînement.

### **Concevoir un Modèle de référence pour l'analyse de la performance pour le sport de luge**

Cette tâche a pour objet d'évaluer votre capacité à analyser les habiletés de compétition de luge en concevant un modèle de référence à l'aide de la feuille de travail. Le modèle de référence que vous concevrez doit mettre en évidence une habileté que vous enseignez habituellement aux athlètes de niveau provincial ou équivalent. Vous trouverez un exemple d'un modèle de référence dans le tableau suivant.

Les étapes suivantes visent à vous aider à concevoir un modèle de référence :

#### **Étape 1 : DÉFINIR UNE HABILITÉ**

Votre évaluateur ou évaluatrice pourrait vous assigner une habileté, ou encore vous serez appelé(e) à choisir une habileté qui convient aux athlètes que vous entraînez. Indiquez l'habileté dans le modèle ainsi que l'environnement dans lequel vous choisirez d'observer cette habileté.

#### **Étape 2 : DÉFINIR LE RÉSULTAT ATTENDU**

En fonction de l'habileté que vous avez retenue, décrivez le résultat attendu de la performance recherchée. Le résultat attendu s'agit des grandes lignes qui décrivent la performance recherchée, ou l'exécution ou le mouvement prévu. Le résultat attendu doit indiquer le moment où l'habileté/la tactique est explicitement réussie ou non réussie.

#### **Étape 3 : DÉFINIR LES INDICATEURS OU LES FACTEURS DE PERFORMANCE CLÉS**

En fonction de l'habileté et du résultat attendu que vous avez indiqués, décrivez les facteurs de performance clés qui indiquent comment obtenir le résultat attendu. Les facteurs ou indicateurs de performance clés doivent décrire l'exécution optimale ou efficace de l'habileté. Ces indicateurs ou facteurs sont les éléments techniques ou tactiques propres au sport de luge qui aident à décrire comment obtenir le résultat attendu.

#### **Étape 4 : DÉFINIR LES CAUSES ET LES ÉCARTS POSSIBLES (déviations)**

À cette étape, vous devrez prioriser les causes possibles d'erreurs de performance et déceler le moment où une intervention pourrait être nécessaire. Dans la colonne nommée Priorité, déterminez la priorité pour chaque cause possible (Équipement,



Environnement, Affectif, Cognitif/Mental, Physique/Moteur, Tactique, Technique) selon la légende suivante : É = élevé, M = moyen et F = faible. Dans la colonne intitulée Indicateurs d'intervention clés (écarts de performance), identifiez les signes repérables possibles pouvant nécessiter une intervention. Pour chaque cause, la principale question dont vous devez tenir compte est la suivante : ***à quel moment l'écart entre la performance observée et le résultat attendu justifie-t-il une intervention liée à l'entraînement?***

#### **Étape 5 : DÉFINIR DES MESURES CORRECTIVES COURANTES**

Dans la colonne Mesures correctives courantes, indiquez le type d'intervention que vous mettriez en œuvre. Cette étape définit la pertinence d'une correction et vise à déterminer si cette dernière est reliée à la cause possible observée dans la performance de l'athlète. Lorsque nécessaire, indiquez une correction courante pour une cause en particulier qui aidera à effectuer une meilleure performance. Les mesures correctives peuvent se classer ainsi : 1) Interventions liées à l'enseignement et 2) Modifications de l'exercice ou de l'activité.

### Exemple de feuille de travail : Modèle de référence pour l'analyse de la performance

<b>Sport :</b>		<b>Contexte :</b>	
<b>HABILITÉ</b>	<b>RÉSULTAT ATTENDU</b>	<b>Indicateurs/facteurs de performance clés</b>	
		●	
<b>Analyse des causes possibles</b>	<b>Priorité : É/M/F</b>	<b>Indicateurs d'intervention clés (écarts de performance) Défaillances</b>	<b>Mesures correctives courantes</b>
<b>Équipement</b> Vérifier l'équipement/matériel susceptible de limiter la performance.	F		
<b>Environnement</b> Vérifier les facteurs environnementaux susceptibles de nuire à la performance. P. ex. : taille et condition de la surface, mauvais éclairage, etc.	F		
<b>Affectif</b> Vérifier les facteurs internes qui pourraient avoir une incidence sur la perception que l'athlète a de la tâche, de la performance ou de l'activité. P. ex. : peur, motivation, centres d'intérêt, etc.	M		
<b>Cognitif/mental</b> Vérifier les facteurs se rattachant aux pensées ou aux processus de pensée nécessaires à l'exécution d'une tâche ou d'une action donnée. P. ex. : manque de compréhension, confusion, choix entre plusieurs décisions, concentration, etc.	M		
<b>Physique/moteur</b> Vérifier les habiletés physiques qui pourraient avoir une incidence sur la performance, la tâche ou l'activité. P. ex. : force, endurance, âge, sexe, souplesse, etc.	É		
<b>Tactique</b> Vérifier l'intention de l'exécution de l'habileté au sein des stratégies globales qui font en sorte que la performance est réussie. Déceler les décisions qui doivent être prises pour obtenir efficacement le résultat attendu.	É		
<b>Technique</b> Vérifier l'exécution ou la biomécanique de l'exécution de l'habileté et déterminer les facteurs/objectifs de performance précis requis pour obtenir le résultat attendu.	É		

## **Élaborer une (1) planification d'une séance d'entraînement de luge**

*Vous pouvez remettre une (1) des planifications que vous avez soumises avec votre portfolio ou vous pouvez en rédiger une nouvelle. Votre évaluateur ou votre évaluatrice évaluera votre planification et vous offrira une rétroaction soulignant les éléments à améliorer.*

### **Observation en action**

Vous offrez la séance d'entraînement selon la planification que vous avez présentée. L'évaluateur ou l'évaluatrice utilisera les outils d'évaluation pour observer les preuves de vos compétences.

### **Séance de bilan :**

*Votre évaluateur ou évaluatrice évaluera votre modèle de référence pour l'analyse de la performance, votre planification de la séance et votre animation pratique, et vous offrira une rétroaction soulignant les éléments à améliorer.*

**Veillez vous référer au fichier Excel – Outil d'évaluation –  
(séance préparatoire et observation en action)**

### **Observation lors d'une compétition**

Avant de s'inscrire en vue d'une observation en compétition, les entraîneur(e)s doivent avoir réussi les évaluations de l'observation en action et du portfolio. L'observation lors d'une compétition se compose en trois (3) parties : la séance préparatoire, l'observation en compétition et la séance de bilan.

### **Séance préparatoire :**

Il s'agit d'une rencontre avec l'évaluateur ou l'évaluatrice tenue immédiatement avant l'observation lors d'une compétition. Durant la séance préparatoire, vous devez décrire votre plan de compétition. Prenez quelques instants pour expliquer à l'évaluateur ou à l'évaluatrice ce que vous ferez durant la compétition.

### **Observation lors d'une compétition**


L'évaluateur ou l'évaluatrice effectuera l'observation en personne ou au moyen d'une vidéo avant, pendant et après un événement.

### **Séance de bilan de la compétition :**

La séance de bilan est l'occasion de vérifier les preuves qui n'ont pas été démontrées lors de l'observation. L'évaluateur ou l'évaluatrice vous offrira une rétroaction soulignant les éléments à améliorer. Il s'agit également du meilleur moment pour discuter des prochaines étapes.


Veillez vous référer au fichier Excel – Outil d'évaluation –  
(séance préparatoire et observation lors d'une compétition)

## Matrice des compétences de l'entraîneur(e)

Résultat attendu : Soutien aux athlètes en entraînement	
Critère : S'assurer d'un lieu d'entraînement sécuritaire	
Efficacité	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Met en œuvre des mesures de sécurité et des actions de prévention qui illustrent l'apprentissage tiré des expériences passées.</li> <li><input type="checkbox"/> Enseigne à d'autres personnes comment appliquer les mesures de sécurité et les actions préventives.</li> <li><input type="checkbox"/> Partage ses réflexions à propos des lignes directrices sur la gestion des risques établies par le sport de luge et prend des décisions qui assurent la sécurité des athlètes (à court et à long terme) et qui contribuent à renforcer les pratiques de sécurité dans le sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Recommande des actions ou des procédures qui peuvent améliorer les pratiques de sécurité établies.</li> <li><input type="checkbox"/> Les mesures de sécurité et les actions préventives de l'entraîneur(e) sont utilisées comme des modèles dans le sport de luge.</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présente un plan d'action d'urgence (PAU) contenant des améliorations par rapport aux autres plans utilisés par le passé.</li> <li><input type="checkbox"/> Prévoit les éventuels problèmes de sécurité et apporte les modifications préventives pertinentes à l'environnement d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Met efficacement en œuvre une procédure d'urgence adaptée au sport de luge afin de faire face aux blessures ou aux accidents.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Effectue une vérification du site où se déroule la leçon.</li> <li><input type="checkbox"/> Prend des mesures afin de réduire au minimum les risques encourus par les participant(e)s avant et pendant la leçon (y compris en ce qui a trait à l'équipement et à la prise en compte des facteurs environnementaux et des autres facteurs identifiés par le sport de luge).</li> <li><input type="checkbox"/> Souligne l'importance des règles pertinentes et enseigne celles-ci aux participant(e)s afin que la leçon se déroule dans un environnement sécuritaire.</li> <li><input type="checkbox"/> Présente un plan d'action d'urgence (PAU) comprenant tous les éléments critiques suivants :             <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Identifie les endroits où il y a des téléphones (cellulaires et lignes terrestres).</li> <li><input type="checkbox"/> Dresse la liste des numéros de téléphone d'urgence.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie l'endroit où se trouvent les fiches médicales de tou(te)s les participant(e)s sous la supervision de l'instructeur/trice.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie l'endroit où se trouve une trousse de premiers soins complète.</li> <li><input type="checkbox"/> Désigne à l'avance une « personne responsable des appels » et une « personne responsable des décisions ».</li> <li><input type="checkbox"/> Fournit des directives permettant de se rendre jusqu'au lieu de l'activité.</li> </ul> </li> </ul>


<b>Résultat attendu : Soutien aux athlètes en entraînement</b>	
<b>Critère : S'assurer d'un lieu d'entraînement sécuritaire</b>	
<b>Efficacité</b>	
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Reconnaît les risques éventuels, mais ne fait rien pour modifier les conditions d'entraînement de façon à assurer la sécurité.</li> <li><input type="checkbox"/> Présente un plan d'action d'urgence incomplet (moins de six éléments critiques).</li> <li><input type="checkbox"/> Ne procède pas à une vérification de l'environnement avant la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne semble pas être au courant des risques éventuels sur le plan de la sécurité.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne tient pas compte des facteurs dangereux dans l'environnement d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne renforce pas ou n'enseigne pas les règles de compétition de manière à s'assurer que l'environnement d'entraînement est sécuritaire.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>


<b>Résultat attendu : Soutien aux athlètes en entraînement</b>	
<b>Critère : Mettre en œuvre une séance d'entraînement bien structurée et organisée</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Suscite la participation des athlètes afin qu'il y ait un degré élevé de structure, d'organisation et d'efficacité tout au long de la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Donne aux athlètes la possibilité d'appliquer des solutions créatives et de faire des suggestions qui enrichissent l'environnement d'apprentissage.</li> <li><input type="checkbox"/> Utilise des méthodes ou des stratégies créatives et novatrices dans le but d'optimiser l'organisation, la transition entre les activités et l'usage du temps d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Collabore avec d'autres entraîneur(e)s afin de définir le rôle de chacun(e) dans l'organisation et la structure de la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> La structure et l'organisation de la séance d'entraînement sont utilisées comme modèle par d'autres entraîneur(e)s.</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Tient compte des besoins individuels des athlètes tout en s'assurant que la structure et l'organisation de la séance d'entraînement sont préservées pour le reste du groupe.</li> <li><input type="checkbox"/> Recourt à des activités d'entraînement qui aident les athlètes à reconnaître des signes pertinents qui peuvent être identifiés à la fois par les athlètes et l'entraîneur(e) lorsque les athlètes accomplissent une tâche ou une activité données.</li> <li><input type="checkbox"/> Recourt à des activités d'entraînement qui améliorent les capacités décisionnelles des athlètes et qui permettent aux athlètes de faire preuve d'une plus grande autonomie si des décisions doivent être prises lors d'une compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> Pendant la séance d'entraînement, recourt à des stratégies d'entraînement mental appropriées (visualisation, relaxation, recentrage, contrôle de l'attention) fondées sur les exigences qui pourraient être associées à la compétition afin d'aider les athlètes à atteindre le but de la tâche ou l'objectif de l'entraînement.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Soutien aux athlètes en entraînement</b>	
<b>Critère : Mettre en œuvre une séance d'entraînement bien structurée et organisée</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Accueille les athlètes avant le début de la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Communique les buts/objectifs de la séance d'entraînement aux athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Porte des vêtements appropriés à une pratique active de l'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Présente un plan de séance d'entraînement comportant des buts et des objectifs bien définis (il pourrait s'agir du plan élaboré pour le résultat attendu « Planification d'une séance d'entraînement » ou d'un plan du résultat attendu « Élaboration d'un programme sportif de luge »).</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que l'équipement est disponible et qu'il est utilisé de façon appropriée tout au long de la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que l'espace disponible est utilisé de façon appropriée tout au long de la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les parties clés de la séance d'entraînement sont bien identifiées (échauffement; partie principale; retour au calme).</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les activités, et leur durée, sont appropriées à chacune des parties de la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les activités de la séance d'entraînement correspondent aux priorités d'entraînement et aux objectifs de développement du programme annuel du sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Présente la séance d'entraînement en respectant les objectifs fixés dans le plan de séance.</li> <li><input type="checkbox"/> Développe les habiletés, les tactiques et/ou les qualités athlétiques durant la partie principale de la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Ordonne adéquatement les activités de la séance de façon à enrichir l'apprentissage ou à obtenir des effets d'entraînement précis.</li> <li><input type="checkbox"/> Utilise le temps d'entraînement de façon optimale de manière à ce que la durée des activités, les moments de transition et les temps d'attente soient appropriés pour les participant(e)s.</li> <li><input type="checkbox"/> Prévoit des pauses afin que les athlètes puissent récupérer et s'hydrater convenablement.</li> </ul>
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Ne propose pas d'activités d'échauffement appropriées.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne fournit pas de preuves de l'existence d'un plan de séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne divise pas la séance d'entraînement en parties bien définies.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne présente pas d'objectifs clairs pour la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Fait un usage non judicieux du temps et de l'espace.</li> <li><input type="checkbox"/> Recourt à des activités qui ne sont pas appropriées pour des athlètes du contexte Compétition – Développement.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>

Résultat attendu : Soutien aux athlètes en entraînement	
Critère : Intervenir de façon à accroître l'apprentissage et à améliorer les performances des athlètes	
Réussite	
5— Très efficace	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Enseigne aux athlètes à analyser et à suivre leur propre performance dans le but de devenir plus autonomes lorsque vient le temps de prendre des décisions qui se rapportent à des problèmes d'entraînement ou de performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Collabore avec d'autres entraîneur(e)s afin d'identifier les mesures correctives optimales qui amélioreront la performance des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Effectue des interventions d'entraînement efficaces et les enseigne à d'autres entraîneur(e)s du même contexte.</li> <li><input type="checkbox"/> Permet aux athlètes de mieux s'approprier des facteurs de performance et des objectifs d'apprentissage donnés.</li> </ul>
4— Supérieur à la norme	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Fait appel à la technologie dans le but de recueillir des informations à propos de la performance et de l'apprentissage des athlètes, ou dans le but d'enrichir l'apprentissage des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Encourage la prise de risques calculés conformément au Code d'éthique du PNCE.</li> <li><input type="checkbox"/> Reconnaît la différence entre apprentissage et performance, et tient compte de cette distinction lors du choix des activités ou des conditions d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie les interventions qui sont évaluatives, prescriptives et descriptives, et choisit délibérément le type d'intervention qui convient aux circonstances.</li> <li><input type="checkbox"/> Effectue des interventions qui indiquent aux athlètes à <b>quel moment</b> prendre des décisions appropriées dans le but d'améliorer l'exécution d'une habileté ou d'une tactique.</li> <li><input type="checkbox"/> Propose des stratégies d'entraînement mental personnalisées à chaque athlète en se fondant sur les besoins liés à la performance et les caractéristiques individuelles.</li> <li><input type="checkbox"/> Fournit une justification pour expliquer les choix d'intervention utilisés pendant la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Propose des rétroactions ou des stratégies de questionnement qui aident les athlètes à reconnaître ce sur <b>quoi</b> il faut se concentrer et <b>comment</b> le faire afin de profiter d'un entraînement mental positif tout au long de la séance d'entraînement.</li> </ul>




<b>Résultat attendu : Soutien aux athlètes en entraînement</b>	
<b>Critère : Intervenir de façon à accroître l'apprentissage et à améliorer les performances des athlètes</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Crée des occasions d'interagir avec tou(te)s les athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Lors d'une démonstration par l'entraîneur(e) ou une autre personne, choisit un emplacement à partir duquel tou(te)s les athlètes peuvent clairement voir et entendre la performance attendue.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les explications sont claires et concises et donne aux athlètes la possibilité de poser des questions.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie les styles d'apprentissage individuels (auditif, visuel, kinesthésique) et effectue des interventions appropriées dans le but de favoriser l'apprentissage.</li> <li><input type="checkbox"/> Explique d'un à trois facteurs ou points d'enseignement clés et vérifie si les athlètes ont bien compris.</li> <li><input type="checkbox"/> Fait correspondre les points d'apprentissage clés au modèle de développement des habiletés du sport de luge et les adapte au niveau des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Utilise le « modèle de référence » du sport de luge pour repérer et corriger les erreurs liées à la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Offre des rétroactions et des directives constructives au groupe et aux individus.</li> <li><input type="checkbox"/> Établit des attentes appropriées en ce qui concerne le comportement des athlètes et rappelle ces attentes lorsque cela s'avère approprié.</li> <li><input type="checkbox"/> Facilite la prise de conscience et encourage la réflexion critique en posant des questions pertinentes sur une base régulière et en établissant de façon délibérée à quel moment il est préférable de ne pas fournir des rétroactions.</li> <li><input type="checkbox"/> Fait la promotion d'une image positive du sport de luge et incarne cette image auprès des athlètes et des autres intervenant(e)s.</li> <li><input type="checkbox"/> Utilise un langage respectueux avec les athlètes lors des interventions verbales.</li> </ul>
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Recourt à une explication, mais n'identifie pas de points d'apprentissage clés.</li> <li><input type="checkbox"/> Recourt à une démonstration, mais ne demande pas aux participant(e)s de se placer de manière à bien entendre et voir.</li> <li><input type="checkbox"/> Effectue peu d'interventions visant à clarifier les principaux objectifs d'apprentissage.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne reconnaît pas les moments où une intervention est requise pour enrichir le potentiel d'apprentissage d'une situation ou d'une activité.</li> <li><input type="checkbox"/> Effectue des interventions qui ne visent pas un but donné et qui ne contribuent pas à enrichir l'apprentissage des athlètes.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Soutien aux athlètes en entraînement</b>	
<b>Critère : Apporter les ajustements à une séance d'entraînement selon la réaction des athlètes à une tâche d'entraînement</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Collabore avec d'autres entraîneur(e)s pour identifier et adopter des modifications pendant la séance d'entraînement dans le but de favoriser l'atteinte des buts et objectifs d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Apporte des modifications à la séance d'entraînement après consultation avec d'autres spécialistes de l'entraînement (physiothérapeute, médecin, soigneur/euse, psychologue du sport).</li> <li><input type="checkbox"/> Élabore des modifications qui peuvent être apportées aux activités selon des objectifs d'entraînement donnés et les besoins des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Apporte des modifications aux activités afin de mesurer le degré d'apprentissage des athlètes plutôt que de seulement fonder son jugement sur la performance.</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Modifie les progressions pour s'assurer que les objectifs d'entraînement soient réalisés de façon optimale, et justifie son choix de progression en se fondant sur les observations effectuées lors de la séance d'entraînement</li> <li><input type="checkbox"/> Se fonde sur les observations effectuées lors de la séance d'entraînement pour choisir une stratégie mentale appropriée (visualisation, relaxation, recentrage, contrôle de l'attention) qui aidera les athlètes à réaliser le but ou l'objectif d'entraînement</li> <li><input type="checkbox"/> Adapte les activités d'entraînement mental personnalisées en fonction des besoins liés à la performance et des caractéristiques individuelles de chaque athlète</li> <li><input type="checkbox"/> Fournit une justification appropriée pour expliquer ses décisions</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Au besoin, modifie les activités de la séance d'entraînement afin de tenir compte de circonstances ou d'éléments logistiques donnés (p. ex., météo, temps disponible, ressources, etc.).</li> <li><input type="checkbox"/> Au besoin, adapte les activités ou les conditions de la séance d'entraînement dans le but qu'elles représentent un défi approprié sur les plans technique, tactique, physique ou décisionnel.</li> <li><input type="checkbox"/> Au besoin, réduit ou accroît l'intensité des efforts, les périodes d'effort ou la durée des pauses afin de tenir compte de la condition physique et/ou de la fatigue des athlètes, conformément aux objectifs de la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Met en œuvre et adapte des mesures correctives en fonction du « modèle de référence » utilisé pour analyser les causes des erreurs liées à la performance repérées lors de la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Facilite la réalisation du but de la tâche (objectif d'entraînement) en modifiant les conditions d'entraînement de manière à augmenter l'effort cognitif, à promouvoir la prise de décisions efficaces et à réguler l'intensité en fonction de la condition physique et/ou de la fatigue.</li> <li><input type="checkbox"/> Justifie ses décisions d'entraînement de manière appropriée et explique pourquoi les modifications appuient l'atteinte des objectifs de la séance d'entraînement.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Soutien aux athlètes en entraînement</b>	
<b>Critère : Apporter les ajustements à une séance d'entraînement selon la réaction des athlètes à une tâche d'entraînement</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Apporte aux activités qui ne favorisent pas l'apprentissage des athlètes des modifications qui sont incomplètes et qui ne contribuent pas à améliorer la situation.</li> <li><input type="checkbox"/> Apporte des modifications qui abaissent ou élèvent le niveau de difficulté des tâches, mais qui ne contribuent pas à améliorer la situation.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne reconnaît pas qu'une activité nécessite clairement des modifications pour des raisons de sécurité.</li> <li><input type="checkbox"/> Lorsqu'il n'y a manifestement pas d'apprentissage durant une activité : <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> ne reconnaît pas les causes de la situation (émotionnelles, cognitives, physiques/motrices);</li> <li><input type="checkbox"/> ne modifie pas les exigences de la tâche afin qu'elle représente un défi raisonnable pour les athlètes.</li> </ul> </li> <li><input type="checkbox"/> Lorsqu'une tâche est manifestement trop facile pour les athlètes : <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> ne reconnaît pas la situation;</li> <li><input type="checkbox"/> ne modifie pas les exigences de la tâche afin qu'elle représente un défi raisonnable pour les athlètes.</li> </ul> </li> <li><input type="checkbox"/> Ne fournit aucune justification pour expliquer les modifications apportées aux activités pendant la séance d'entraînement.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>


<b>Résultat attendu : Soutien aux athlètes en entraînement</b>	
<b>Critère : Mettre en application des protocoles et des méthodes qui contribuent au développement de qualités athlétiques propres au sport de luge</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Élabore des protocoles d'entraînement généraux et/ou propres au sport de luge inédits et novateurs en conformité avec les principes scientifiques.</li> <li><input type="checkbox"/> Agit comme mentor(e) auprès d'autres entraîneur(e)s afin d'efficacement mettre en œuvre des protocoles et des méthodes d'entraînement pour toutes les qualités athlétiques pertinentes.</li> <li><input type="checkbox"/> Les méthodes et les protocoles employés par l'entraîneur(e) pour développer et/ou maintenir les qualités athlétiques pertinentes au sport de luge sont utilisés comme modèles par d'autres entraîneur(e)s du contexte Compétition – Développement.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Soutien aux athlètes en entraînement</b>	
<b>Critère : Mettre en application des protocoles et des méthodes qui contribuent au développement de qualités athlétiques propres au sport de luge</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Choisit et met en œuvre des protocoles d'entraînement précis afin de combler les lacunes de certain(e)s athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Adapte les paramètres de charge à des méthodes données de manière à tenir compte de variables individuelles telles que les antécédents en matière d'entraînement, les blessures subies par le passé, etc.</li> <li><input type="checkbox"/> Recourt à des protocoles et à des méthodes d'entraînement inédits et novateurs qui sont conformes aux données scientifiques connues et émergentes ainsi qu'aux observations propres au sport de luge au niveau élite.</li> <li><input type="checkbox"/> Consulte des spécialistes (physiothérapeute, médecin, soigneur/euse) dans le but d'identifier des stratégies visant à répondre aux besoins individuels des athlètes en matière de conditionnement physique et à améliorer l'entraînement des habiletés physiques durant les séances d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Applique correctement les protocoles et les méthodes d'entraînement de façon à développer et/ou maintenir toutes les qualités athlétiques pertinentes au sport de luge.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Met en œuvre des protocoles et des méthodes d'entraînement généraux et propres au sport de luge dans le but de correctement développer et/ou maintenir : <ul style="list-style-type: none"> <li>o la puissance aérobie maximale, la flexibilité, la coordination, l'équilibre, l'agilité, la force maximale et la force-vitesse</li> </ul> </li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les protocoles et les méthodes d'entraînement sélectionnés sont adaptés à l'âge et à l'expérience d'entraînement des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les protocoles et les méthodes d'entraînement sélectionnés sont adaptés à la période du programme annuel.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que l'application des protocoles et des méthodes d'entraînement se fonde sur une évaluation de la performance et sur une comparaison avec des données normatives représentant le sport/la discipline/le sexe/le groupe d'âge.</li> </ul>
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Recourt à un nombre restreint de méthodes qui contribuent efficacement au développement de certaines des qualités athlétiques pertinentes au sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie et met en œuvre des protocoles et des méthodes d'entraînement qui sont adéquats compte tenu de l'âge des athlètes, mais qui ne conviennent pas à leur expérience d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Met en œuvre des protocoles et des méthodes d'entraînement qui ne sont pas adéquats ou qui ne sont pas suffisamment adaptés au sport de luge compte tenu du moment dans le programme annuel.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne crée pas délibérément des conditions qui permettent l'entraînement des qualités athlétiques pertinentes au sport de luge durant la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne recourt pas à des méthodes qui contribuent efficacement au développement qualités athlétiques pertinentes au sport de luge.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Analyse de la performance</b>	
<b>Critère : Détecter les éléments techniques devant être améliorés ou raffinés pour accroître les performances ou prévenir les blessures</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Aide les athlètes à reconnaître les principaux facteurs de performance et à comprendre comment et pourquoi les erreurs ont une incidence sur l'ensemble de la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Collabore avec d'autres entraîneur(e)s afin d'analyser la performance des athlètes et agit comme mentor(e) auprès d'autres entraîneur(e)s afin de les aider à identifier les éléments clés de l'analyse de la performance des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> L'approche/la méthode que l'entraîneur(e) applique pour analyser la performance technique est utilisée comme modèle par le sport de luge.</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Utilise une variété de stratégies d'observation [p. ex., choix de la position, vidéo, autres entraîneur(e)s, etc.] pour identifier les aspects les plus importants de la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Fait un usage approprié de la technologie/des méthodes afin d'effectuer des analyses techniques (analyse notationnelle; logiciels spécialisés; vidéo; etc.) et présente des données précises qui appuient l'analyse de la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Applique correctement et régulièrement les principes biomécaniques lors de l'analyse d'éléments techniques avancés propres au sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Applique correctement et régulièrement les principes biomécaniques afin d'identifier les risques de blessures sportives de luge occasionnées par une mauvaise exécution technique.</li> <li><input type="checkbox"/> Observe régulièrement les aspects techniques à partir des endroits les plus appropriés et balaye tou(te)s les athlètes du regard.</li> <li><input type="checkbox"/> Explique régulièrement <b>comment</b> et <b>pourquoi</b> les erreurs critiques ont une incidence sur la performance.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Observe l'exécution technique à partir d'un ou de plusieurs points d'observation adéquats, selon la définition du sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie le résultat (intention) d'une habileté technique et précise les facteurs de performance qui définissent une performance optimale selon le modèle de référence propre au sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie la ou les causes critiques qui peuvent contribuer à l'amélioration d'une performance technique (p. ex., qualités athlétiques, équipement, facteurs environnementaux, stratégies mentales, etc.), et choisit celles qui ont l'incidence la plus fondamentale sur la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Explique comment et pourquoi une erreur critique a une incidence sur la performance, y compris en ce qui a trait à la prévention des blessures et aux aspects tactiques le cas échéant.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie les décisions ou les facteurs décisionnels critiques (y compris le moment où la décision est prise) dont les athlètes doivent tenir compte lors de l'exécution d'éléments techniques donnés.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie correctement l'incidence possible d'une exécution incorrecte des éléments techniques sur les tactiques individuelles ou d'équipe.</li> <li><input type="checkbox"/> Renforce l'application des règles de compétition se rapportant à l'exécution des habiletés lorsque cela s'avère approprié.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie les décisions clés qui devront être prises à court terme dans le cadre du programme afin de corriger les erreurs techniques relevées.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Analyse de la performance</b>	
<b>Critère : Détecter les éléments techniques devant être améliorés ou raffinés pour accroître les performances ou prévenir les blessures</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Observe l'exécution de l'habileté à partir d'un seul endroit dans le but d'identifier les facteurs de performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Explique <b>comment</b> une erreur se rapporte à la performance générale, mais pas <b>pourquoi</b>.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie certains des facteurs de performance qui contribuent aux erreurs liées à la performance, mais ne choisit pas le facteur critique qui a la plus grande incidence sur la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Balaye peu fréquemment l'environnement d'entraînement du regard et prête peu d'attention à l'exécution des habiletés.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie les facteurs liés à l'effort et à la motivation qui contribuent à une mauvaise performance plutôt que de mentionner les facteurs techniques et tactiques clés.</li> <li><input type="checkbox"/> N'utilise pas adéquatement, ou ne s'appuie pas de manière appropriée sur, la liste de vérification du développement/de la progression des habiletés du sport de luge pour évaluer l'exécution technique.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>


<b>Résultat attendu : Analyse de la performance</b>	
<b>Critère : Corriger les éléments techniques à améliorer ou à raffiner pour accroître les performances ou prévenir les blessures</b>	
<b>Réussite</b>	

Résultat attendu : Analyse de la performance	
Critère : Corriger les éléments techniques à améliorer ou à raffiner pour accroître les performances ou prévenir les blessures	
Réussite	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> En se fondant sur une estimation du temps/volume de travail requis pour produire l'effet désiré, évalue l'incidence de la mise en œuvre des corrections techniques sur les futures activités d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> En se fondant sur une estimation du temps/volume de travail requis pour produire l'effet désiré, évalue l'incidence de la mise en œuvre des corrections techniques sur la capacité des athlètes à participer aux compétitions, et prend des décisions appropriées en ce qui a trait à la participation des athlètes auxdites compétitions.</li> <li><input type="checkbox"/> Collabore avec d'autres entraîneur(e)s afin de corriger la performance des athlètes et agit comme mentor(e) auprès d'autres entraîneur(e)s afin d'identifier les mesures correctrices optimales.</li> <li><input type="checkbox"/> L'approche/la méthode que l'entraîneur(e) applique pour corriger la performance technique est utilisée comme modèle par le sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Aide les athlètes à identifier des corrections techniques individuelles en leur posant des questions ouvertes et en les faisant participer au processus de réflexion critique (p. ex., « Qu'avez-vous fait? Que devriez-vous faire? Qu'allez-vous faire pour obtenir de meilleurs résultats? »).</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Précise le temps/volume de travail qui pourrait être requis pour produire l'effet de correction/d'amélioration désiré sur la performance technique.</li> <li><input type="checkbox"/> Recommande des activités hautement personnalisées ou adaptées afin d'aider les athlètes à apporter des corrections à leur performance technique.</li> <li><input type="checkbox"/> Indique régulièrement <i>pourquoi</i> la correction aura un effet bénéfique sur la performance, <i>quoi</i> améliorer et <i>comment</i> améliorer la performance technique.</li> <li><input type="checkbox"/> Aide les athlètes à mieux comprendre les erreurs d'exécution technique en leur posant des questions pertinentes.</li> <li><input type="checkbox"/> Dirige régulièrement l'attention des athlètes vers des signes extérieurs ou vers les effets anticipés du mouvement.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Identifie des corrections précises en se fondant sur l'analyse des causes possibles des erreurs liées à la performance et en suivant la liste de vérification des habiletés/de la progression du développement ou le « modèle de référence » du sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Indique pourquoi la correction aura un effet positif sur la performance et comment améliorer la performance au moyen d'interventions prescriptives.</li> <li><input type="checkbox"/> Recourt à des démonstrations appropriées afin d'illustrer la performance recherchée.</li> <li><input type="checkbox"/> Propose une activité et/ou un exercice appropriés afin d'aider les athlètes à corriger leur performance.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que chaque athlète s'engage dans la tâche ou l'activité correctrice en utilisant adéquatement ses qualités motrices, et détermine si le niveau de difficulté de la tâche est pertinent par rapport aux capacités des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie des corrections qui dirigent l'attention des athlètes vers des signes extérieurs ou vers les effets anticipés du mouvement plutôt que sur la façon dont le mouvement est exécuté (concentration interne). P. ex., la concentration externe consiste à diriger son attention de façon à maintenir un objet ou un engin donné dans une position précise, tandis que la concentration interne vise à diriger son attention de façon à maintenir une partie donnée du corps dans une position précise durant l'exécution du mouvement.</li> <li><input type="checkbox"/> Le cas échéant, souligne l'importance de l'application des règles de compétition se rapportant à l'exécution des habiletés.</li> <li><input type="checkbox"/> Le cas échéant, demande l'autorisation des participant(e)s avant d'avoir un contact physique avec eux/celles-ci dans le but de corriger une erreur liée aux habiletés.</li> </ul>

Résultat attendu : Analyse de la performance	
Critère : Corriger les éléments techniques à améliorer ou à raffiner pour accroître les performances ou prévenir les blessures	
Réussite	
2— Inférieur à la norme	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Observe les phases du mouvement conformément à la liste de vérification de la progression des habiletés/du développement du sport de luge, mais ne met pas ces lignes directrices en pratique sur le terrain.</li> <li><input type="checkbox"/> Corrige les athlètes en leur disant <b>ce qu'ils/elles ont fait</b> plutôt que de mentionner des stratégies précises qui expliquent comment améliorer la performance technique.</li> <li><input type="checkbox"/> Propose des activités et/ou des exercices qui n'aident que partiellement les athlètes à corriger leur performance technique.</li> <li><input type="checkbox"/> Propose des corrections qui identifient des facteurs externes vagues plutôt que des facteurs précis qui contribuent à améliorer la performance technique.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne propose pas d'activités et/ou d'exercices appropriés dans le but d'aider les athlètes à corriger les aspects techniques de la performance.</li> </ul>
1— Échec	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>

Résultat attendu : Analyse de la performance	
Critère : Détecter les éléments tactiques devant être améliorés ou raffinés pour accroître les performances	
Réussite	
5— Très efficace	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Aide les athlètes à reconnaître les principaux facteurs de performance tactique et à comprendre comment et pourquoi ces erreurs ont une incidence sur l'ensemble de la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Collabore avec d'autres entraîneur(e)s afin d'analyser les tactiques/stratégies individuelles ou d'équipe et agit comme mentor(e) auprès d'autres entraîneur(e)s afin de les aider à identifier les éléments clés de l'analyse des tactiques ou des stratégies.</li> <li><input type="checkbox"/> L'approche/la méthode que l'entraîneur(e) applique pour analyser la performance tactique est utilisée comme modèle par le sport de luge.</li> </ul>




Résultat attendu : Analyse de la performance	
Critère : Détecter les éléments tactiques devant être améliorés ou raffinés pour accroître les performances	
Réussite	
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Utilise une variété de stratégies d'observation [p. ex., choix de la position, vidéo, autres entraîneur(e)s, etc.] pour identifier les aspects les plus importants de la performance tactique.</li> <li><input type="checkbox"/> Fait un usage approprié de la technologie/des méthodes afin d'effectuer des analyses tactiques (analyse notationnelle; logiciels spécialisés; vidéo; etc.) et présente des données précises qui appuient l'analyse de la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Fournit une justification expliquant le choix des tactiques/stratégies qu'il convient d'améliorer en se fondant sur l'analyse propre au sport de luge de la performance de ses athlètes, ou de la performance des adversaires, si cela s'avère approprié.</li> <li><input type="checkbox"/> Observe régulièrement les aspects tactiques à partir des endroits les plus appropriés et balaye tou(te)s les athlètes du regard.</li> <li><input type="checkbox"/> Explique régulièrement <b>comment</b> et <b>pourquoi</b> les erreurs critiques ont une incidence sur la performance.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Analyse les adversaires, ses athlètes et/ou les événements dans le but de repérer les forces, les faiblesses et les possibilités.</li> <li><input type="checkbox"/> Observe l'exécution des tactiques à partir d'un ou de plusieurs points adéquats, selon ce qui est établi par le sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Utilise correctement la liste de vérification du développement/de la progression des tactiques ou le « modèle de référence » du sport de luge afin d'évaluer l'aspect tactique de la performance des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie le résultat (intention) d'une tactique/stratégie et précise les facteurs de performance qui définissent une performance optimale selon le modèle de référence propre au sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie la ou les causes critiques qui peuvent contribuer à l'amélioration d'une tactique/stratégie (p. ex., qualités athlétiques, équipement, facteurs environnementaux, stratégies mentales, etc.), et choisit celles qui ont l'incidence la plus fondamentale sur la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Explique comment et pourquoi une erreur critique a une incidence sur la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie les décisions ou les facteurs décisionnels critiques (y compris le moment où la décision est prise) dont les athlètes doivent tenir compte lors de l'exécution de tactiques/stratégies données.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie correctement les éléments techniques qui pourraient avoir une incidence sur l'exécution de tactiques/stratégies individuelles ou d'équipe.</li> <li><input type="checkbox"/> Renforce l'application des règles de compétition se rapportant à l'exécution des tactiques/stratégies lorsque cela s'avère approprié.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie les décisions clés qui devront être prises à court terme dans le cadre du programme afin de corriger les erreurs tactiques relevées.</li> </ul>
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Observe les éléments tactiques à partir d'un seul endroit dans le but d'identifier les facteurs de performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Explique <b>comment</b> une erreur se rapporte à la performance tactique générale, mais pas <b>pourquoi</b>.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie certains des facteurs de performance qui contribuent aux erreurs liées à la performance tactique, mais ne choisit pas le facteur critique qui a la plus grande incidence sur la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Balaye peu fréquemment l'environnement d'entraînement du regard et prête peu d'attention à l'exécution des éléments tactiques.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie les facteurs liés à l'effort et à la motivation qui contribuent à une mauvaise performance plutôt que de mentionner les facteurs tactiques clés.</li> <li><input type="checkbox"/> N'utilise pas adéquatement, ou ne s'appuie pas de manière appropriée sur, la liste de vérification du développement/de la progression tactique du sport de luge pour évaluer l'exécution tactique.</li> </ul>


<b>Résultat attendu : Analyse de la performance</b>	
<b>Critère : Détecter les éléments tactiques devant être améliorés ou raffinés pour accroître les performances</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>1— Échec</b>	<input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.


Résultat attendu : Analyse de la performance	
Critère : Corriger les éléments tactiques à améliorer ou à raffiner pour accroître les performances	
Réussite	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> En se fondant sur une estimation du temps/volume de travail requis pour produire l'effet désiré, évalue l'incidence de la mise en œuvre des corrections tactiques sur les futures activités d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> En se fondant sur une estimation du temps/volume de travail requis pour produire l'effet désiré, évalue l'incidence de la mise en œuvre des corrections tactiques sur la capacité des athlètes à participer aux compétitions, et prend des décisions appropriées en ce qui a trait à la participation des athlètes auxdites compétitions.</li> <li><input type="checkbox"/> L'approche/la méthode que l'entraîneur(e) applique pour corriger les tactiques/stratégies est utilisée comme modèle par le sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Collabore avec d'autres entraîneur(e)s afin de corriger les tactiques/stratégies et agit comme mentor(e) auprès d'autres entraîneur(e)s afin d'identifier les mesures correctrices optimales.</li> <li><input type="checkbox"/> Aide les athlètes à identifier des corrections tactiques individuelles en leur posant des questions ouvertes et en les faisant participer au processus de réflexion critique (p. ex., « Qu'avez-vous fait? Que devriez-vous faire? Qu'allez-vous faire pour obtenir de meilleurs résultats? »).</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Précise le temps/volume de travail qui pourrait être requis pour produire l'effet de correction/d'amélioration désiré sur la performance tactique.</li> <li><input type="checkbox"/> Recommande des activités hautement personnalisées ou adaptées afin d'aider les athlètes ou l'équipe à appliquer la tactique/stratégie appropriées.</li> <li><input type="checkbox"/> Indique régulièrement <b>pourquoi</b> la correction aura un effet bénéfique sur la performance, <i>quoi</i> améliorer et <b>comment</b> améliorer la performance tactique.</li> <li><input type="checkbox"/> Aide les athlètes à mieux comprendre les erreurs d'exécution tactique en leur posant des questions pertinentes.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Identifie des corrections précises en se fondant sur l'analyse des causes possibles des erreurs tactiques/stratégiques et en suivant la liste de vérification des habiletés/de la progression du développement ou le « modèle de référence » du sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Indique pourquoi la correction aura un effet positif sur la performance et comment améliorer la tactique/stratégie au moyen d'interventions prescriptives.</li> <li><input type="checkbox"/> Évalue si une intervention précise (enseignement/modification de l'activité) est nécessaire en se fondant sur l'observation systématique des tactiques individuelles ou d'équipe, et évalue si la mesure correctrice produira les effets souhaités.</li> <li><input type="checkbox"/> Recourt à des démonstrations appropriées afin d'illustrer la tactique ou la stratégie.</li> <li><input type="checkbox"/> Propose une activité et/ou un exercice appropriés afin d'aider les athlètes à corriger la tactique/stratégie.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que chaque athlète s'engage dans la tâche ou l'activité correctrice en utilisant adéquatement ses qualités motrices, et détermine si le niveau de difficulté de la tâche est pertinent par rapport aux capacités des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Prend des décisions tactiques/stratégiques appropriées en se fondant sur l'analyse précise d'une compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les mesures correctrices reproduisent une situation de compétition de façon à ce que les athlètes puissent appliquer les corrections tactiques/stratégiques.</li> <li><input type="checkbox"/> Le cas échéant, souligne l'importance de l'application des règles de compétition se rapportant aux intentions tactiques/stratégiques.</li> </ul>

Résultat attendu : Analyse de la performance	
Critère : Corriger les éléments tactiques à améliorer ou à raffiner pour accroître les performances	
Réussite	
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Observe l'exécution tactique conformément à la liste de vérification de la progression du sport de luge, mais ne met pas ces lignes directrices en pratique sur le terrain.</li> <li><input type="checkbox"/> Corrige les athlètes en leur disant <b><i>ce qu'ils/elles ont fait</i></b> plutôt que de mentionner des stratégies précises qui expliquent comment améliorer la performance tactique.</li> <li><input type="checkbox"/> Propose des activités et/ou des exercices qui n'aident que partiellement les athlètes à corriger leur performance tactique.</li> <li><input type="checkbox"/> Propose des corrections qui identifient des facteurs externes vagues plutôt que des facteurs précis qui contribuent à améliorer la performance tactique.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne propose pas d'activités et/ou d'exercices appropriés dans le but d'aider les athlètes à corriger les aspects tactiques de la performance.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Analyse de la performance</b>	
<b>Critère : Évaluer le niveau de condition physique propre au sport de luge de l'athlète en regard des performances et de progrès continu dans le sport de luge</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Collabore avec d'autres entraîneur(e)s dans le but de mettre en œuvre la procédure et les protocoles s'appliquant aux tests, et agit comme mentor(e) auprès d'autres entraîneur(e)s afin d'interpréter les résultats.</li> <li><input type="checkbox"/> Présente l'évaluation de la condition physique/des qualités athlétiques propres au sport de luge comme un modèle à l'intention des autres entraîneur(e)s du sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Participe à l'élaboration de méthodes d'évaluation générales et propres à son sport inédites et novatrices, en conformité avec les principes scientifiques.</li> <li><input type="checkbox"/> Compare les progrès de ses athlètes lors d'un test donné en faisant appel à des analyses quantitatives qui examinent les activités d'entraînement au fil du temps dans le but de mesurer l'efficacité de son propre programme annuel.</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Formule des recommandations liées à l'identification du talent ou à la spécialisation en se fondant sur le conditionnement des qualités athlétiques propres au sport de luge, conformément au plan de développement à long terme du sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Recourt à des protocoles d'évaluation inédits et novateurs qui sont conformes aux données scientifiques connues et émergentes ainsi qu'aux pratiques propres au sport de luge au niveau élite.</li> <li><input type="checkbox"/> Met sur pied un système de suivi régulier dans le but de mesurer la fatigue, et donc de prévenir le surentraînement et de minimiser les risques de blessures.</li> <li><input type="checkbox"/> Met sur pied un système de suivi régulier dans le but d'observer l'évolution de facteurs de performance/qualités précis et de mesurer les progrès des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie correctement combien de temps/de volume de travail seront nécessaires pour obtenir les résultats souhaités tout en s'efforçant d'améliorer des qualités athlétiques données.</li> <li><input type="checkbox"/> Apporte des modifications à court et à moyen terme au programme d'entraînement des athlètes dans le but de tenir compte du niveau de développement des qualités athlétiques, et fournit une justification logique et fondée sur des preuves pour expliquer ces modifications.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Met en œuvre des tests sur le terrain ou en laboratoire afin d'évaluer la condition physique propre au sport de luge des athlètes en ce qui a trait aux qualités athlétiques pertinentes pour le sport de luge : l'endurance aérobie, la puissance aérobie maximale, la vitesse, l'endurance-vitesse, la coordination, la flexibilité, l'équilibre, l'agilité, la force maximale, la force-endurance, la force-vitesse.</li> <li><input type="checkbox"/> Interprète les résultats des tests sur le terrain ou en laboratoire en les comparant : (1) aux données normatives appropriées compte tenu du sexe, de l'âge et de la discipline des athlètes; et (2) aux résultats des évaluations précédentes.</li> <li><input type="checkbox"/> Apporte des modifications aux programmes d'entraînement hebdomadaires ou mensuels en se fondant sur les résultats des tests (p. ex., modification des priorités et des objectifs d'entraînement à court/moyen terme; sélection de moyens et de méthodes convenant à l'amélioration des qualités athlétiques visées).</li> <li><input type="checkbox"/> Tient des dossiers sur les résultats d'évaluation et s'assure que ceux-ci demeurent confidentiels, conformément aux politiques du sport de luge en matière de protection des renseignements personnels.</li> <li><input type="checkbox"/> Met sur pied un système visant à suivre la progression de la condition physique propre au sport de luge au fil du temps.</li> <li><input type="checkbox"/> S'appuie sur l'évaluation des niveaux de condition physique propres au sport de luge pour modifier les tactiques/stratégies employées lors des compétitions de façon appropriée.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Analyse de la performance</b>	
<b>Critère : Évaluer le niveau de condition physique propre au sport de luge de l'athlète en regard des performances et de progrès continu dans le sport de luge</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> N'interprète pas correctement les résultats de tests sur le terrain ou en laboratoire qui permettraient de formuler le type de recommandations liées à l'entraînement qui contribueraient efficacement à améliorer la performance des athlètes du contexte Compétition – Développement.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne recourt pas aux tests sur le terrain ou en laboratoire qui pourraient être utilisés pour évaluer la condition physique propre au sport de luge des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> N'utilise pas ou n'interprète pas les résultats de tests sur le terrain ou en laboratoire de façon à formuler des recommandations appropriées en matière d'entraînement.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>


<b>Résultat attendu : Analyse de la performance</b>	
<b>Critère : Effectuer une analyse exhaustive des attentes du sport de luge à l'égard du niveau élite</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Compare des analyses portant sur les exigences du sport de luge aux résultats des analyses de la performance des athlètes et identifie les priorités et les besoins associés au programme dans le contexte Compétition – Développement.</li> <li><input type="checkbox"/> Utilise ses analyses afin de contribuer à officialiser les connaissances propres au sport de luge et de former d'autres entraîneur(e)s du contexte Compétition – Développement.</li> <li><input type="checkbox"/> Enseigne à d'autres entraîneur(e)s comment utiliser les analyses des exigences du sport de luge au niveau élite dans le but d'identifier des initiatives pouvant être mises en œuvre pour améliorer la qualité de la préparation des athlètes du contexte Compétition – Développement afin que ceux/celles-ci atteignent l'excellence.</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> S'appuie sur les données analytiques recueillies pour identifier des priorités à court et à moyen terme en ce qui concerne le développement des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> S'appuie sur les données analytiques recueillies pour intégrer des priorités à court et à moyen terme au programme annuel dans le but d'améliorer la performance et de faciliter la progression continue dans le sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie des tendances aux niveaux élite et/ou international qui peuvent avoir une incidence sur l'entraînement des athlètes du contexte Compétition – Développement.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie les véritables conditions sociales/d'entraînement/de compétition réelles qui sont associées aux athlètes et au programme, et repère les écarts entre ces conditions et les exigences du sport de luge au niveau élite.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Identifie des éléments d'information ou des statistiques clés qui permettent de définir les exigences associées aux compétitions internationales.</li> <li><input type="checkbox"/> Analyse les exigences physiologiques du sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Analyse les exigences motrices du sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Analyse les exigences mentales du sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Analyse les exigences techniques du sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Analyse les exigences tactiques et de prise de décision du sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Analyse les engagements requis du niveau élite du sport de luge à l'égard de l'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Analyse les conditions favorables aux performances les plus élevées dans le sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Analyse les véritables conditions sociales/d'entraînement/de compétition des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> S'appuie sur les données analytiques recueillies pour analyser les exigences du sport de luge au niveau élite et dans le contexte de son propre programme.</li> </ul>
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> N'a pas de point de référence clair en ce qui concerne les exigences physiques, techniques, tactiques, mentales et cognitives du sport de luge au niveau élite.</li> <li><input type="checkbox"/> N'identifie pas de données normatives clés se rapportant aux principaux facteurs de performance.</li> <li><input type="checkbox"/> N'indique pas le nombre d'années requises pour parfaire le développement d'un(e) athlète de compétition de niveau élite et/ou le volume et l'intensité d'entraînement nécessaires lors de stades critiques du développement de l'athlète.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Planification d'une séance d'entraînement</b>	
<b>Critère : Identifier la logistique et les informations de base pour la séance d'entraînement</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Fournit des preuves d'un usage optimal du temps et de l'équipement disponibles afin de favoriser un degré élevé d'engagement actif, d'apprentissage et d'entraînement de la part des athlètes.</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Fournit la preuve d'une utilisation très judicieuse du temps et de l'équipement disponibles dans le but de favoriser un degré élevé de participation active, d'apprentissage et d'entraînement chez les athlètes.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Identifie l'âge, les habiletés et le niveau de performance des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie les renseignements de base, y compris la date, l'heure, le lieu, le nombre d'athlètes, le niveau des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie les besoins logistiques de base (c.-à-d. installations et équipement) qui correspondent à l'objectif général.</li> <li><input type="checkbox"/> Précise quelle place la séance d'entraînement occupe au sein du programme annuel.</li> <li><input type="checkbox"/> Divise le plan en segments clés, notamment une introduction, un échauffement, une partie principale, un retour au calme et une conclusion.</li> <li><input type="checkbox"/> Indique la durée de la séance d'entraînement et de chacune de ses parties sur un horaire.</li> <li><input type="checkbox"/> Lorsque cela s'applique, et selon les éléments logistiques associés à la séance d'entraînement, identifie les facteurs de risque éventuels.</li> </ul>
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> N'identifie pas l'âge et le niveau de performance des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> N'identifie pas les renseignements de base, notamment la date, l'heure, le lieu, le nombre d'athlètes et le niveau des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> N'identifie pas les besoins logistiques de base (c.-à-d. installations et équipement) qui correspondent à l'objectif général.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne précise pas clairement quelles sont les principales parties de la séance d'entraînement ou comment celle-ci se déroulera.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne réfléchit pas adéquatement aux installations et à l'équipement disponibles ou ne tient pas compte de ces faits.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>




<b>Résultat attendu : Planification d'une séance d'entraînement</b>	
<b>Critère : Déterminer les activités appropriées pour chaque partie de la séance d'entraînement</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Élabore des activités soigneusement adaptées aux besoins de chaque athlète qui reposent sur des conditions inédites ou novatrices.</li> <li><input type="checkbox"/> Propose des variations en donnant aux athlètes la possibilité d'apporter des modifications qui favoriseront la réalisation des buts ou des objectifs de la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Les besoins de chaque athlète sont pris en compte dans les activités planifiées, ce qui est illustré par des variations, des notes, etc.</li> </ul> <p><i>La preuve contribue à créer des conditions d'entraînement réfléchies qui amènent les athlètes à fournir un niveau d'engagement élevé et régulier sur les plans cognitif et physique.</i></p>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Propose des activités qui favorisent l'amélioration des habiletés décisionnelles dont les athlètes ont besoin et qui permettent aux athlètes de mieux s'approprier les décisions pouvant devoir être prises lors des compétitions.</li> <li><input type="checkbox"/> Apporte des modifications aux activités dans le but d'accroître les efforts cognitifs déployés par les athlètes et propose des défis techniques, tactiques, physiques ou décisionnels appropriés.</li> <li><input type="checkbox"/> Recourt à des stratégies qui aident les athlètes à reconnaître des signaux pertinents pouvant être identifiés à la fois par les athlètes et l'entraîneur(e) lors de l'exécution d'une tâche ou d'une activité données (amorces attentionnelles).</li> <li><input type="checkbox"/> Crée des activités qui répondent spécifiquement aux besoins des athlètes ou de l'équipe en se fondant sur l'analyse de la performance en compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> Fournit une justification claire pour expliquer le but ou l'objectif de chaque activité.</li> </ul> <p><i>La preuve produit un défi approprié pour les athlètes et enrichit clairement l'apprentissage et/ou les effets d'entraînement.</i></p>

<b>Résultat attendu : Planification d'une séance d'entraînement</b>	
<b>Critère : Déterminer les activités appropriées pour chaque partie de la séance d'entraînement</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> S'assure que l'objectif ou les objectifs clairement établis correspondent à ce qui suit : modèle de développement à long terme de l'athlète du sport de luge; principes de croissance et de développement du PNCE; niveau de compétition des athlètes; moment dans le plan d'entraînement annuel.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que la durée de la séance d'entraînement et de chacune de ses parties est conforme aux principes de croissance et de développement du PNCE ainsi qu'aux lignes directrices acceptées en matière de développement des qualités athlétiques.</li> <li><input type="checkbox"/> Le cas échéant, s'assure que les activités planifiées reflètent une connaissance et une maîtrise des facteurs de risque éventuels (environnementaux, mécaniques, humains).</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les activités ont un sens et un but et qu'elles présentent un lien avec l'objectif général de la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Propose une liste de points d'enseignement clés qui ont un lien avec l'objectif général de la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Décrit clairement et efficacement les activités de la séance d'entraînement (p. ex., au moyen de diagrammes, d'explications et de points clés).</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les activités visent à améliorer les qualités athlétiques et qu'elles correspondent au modèle de développement à long terme de l'athlète du sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les activités font appel à des méthodes d'entraînement (y compris les paramètres de charge, les rapports effort-repos, le type et la durée de la récupération, etc.) qui conviennent à l'objectif d'entraînement et au moment de l'année.</li> <li><input type="checkbox"/> Recourt à des stratégies mentales appropriées (visualisation, relaxation, recentrage, contrôle de l'attention) afin d'aider les athlètes à atteindre le but de la tâche ou l'objectif de la séance d'entraînement.</li> </ul> <p><i>La preuve contribue à créer un environnement d'apprentissage adéquat et produira une amélioration des facteurs de performance propres au sport. Les types de séances d'entraînement sont les suivants : séance divisée en parties; séance divisée en parties progressives; séance complète; séance groupée; séance distribuée; séance constante; séance variable; séance aléatoire. Les stades de développement des habiletés sont les suivants : acquisition, consolidation, perfectionnement.</i></p>
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Fournit des preuves restreintes afin d'illustrer comment le plan permettra de créer un environnement favorisant l'apprentissage ou l'amélioration de la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Présente des objectifs vagues et mal identifiés pour la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> N'établit pas de lien entre les activités et le but général de la séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Ne démontre pas un souci de la sécurité dans le choix des activités.</li> <li><input type="checkbox"/> Propose des activités qui ne sont pas conformes aux principes du PNCE en matière de croissance et de développement.</li> <li><input type="checkbox"/> Le plan ne permet pas d'observer de preuves.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Planification d'une séance d'entraînement</b>	
<b>Critère : Concevoir et enchaîner les activités de la séance de façon à améliorer les performances et à optimiser les ajustements</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> En s'appuyant sur son expérience et sur des principes scientifiques établis, perfectionne les lignes directrices et les recommandations existantes afin de proposer un ordonnancement optimal des activités lors d'une séance d'entraînement du sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Collabore avec d'autres entraîneur(e)s dans le but d'ordonnancer les activités de la séance d'entraînement de façon optimale, et agit comme mentor(e) auprès d'autres entraîneur(e)s afin de leur montrer comment ordonnancer les activités d'une séance d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> L'approche/la méthode employée par l'entraîneur(e) pour ordonnancer les activités d'une séance d'entraînement est utilisée comme modèle par le sport de luge.</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Selon (1) les objectifs d'entraînement établis pour la séance et (2) les tâches à accomplir, propose une progression qui démontre une connaissance et une compréhension de la réponse des athlètes vis-à-vis de paramètres et de schémas de charge précis.</li> <li><input type="checkbox"/> Documente l'incidence de séquences d'activités données afin de pouvoir effectuer des analyses plus tard.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Propose une progression qui mène graduellement à l'exécution (vitesse, conditions, prise de décisions, etc.) en situation contextuelle réelle/compétitive.</li> <li><input type="checkbox"/> Si plusieurs facteurs de performance/qualités athlétiques doivent être entraîné(e)s/développé(e)s pendant la partie principale de la séance d'entraînement, ordonnance les activités en tenant compte des lignes directrices sur l'état de fatigue des athlètes énumérées ci-dessous. <ul style="list-style-type: none"> <li>o Des qualités athlétiques dont la probabilité d'amélioration est peu élevée en état de fatigue et qui devraient être prévues en début du segment principal de la séance d'entraînement après un échauffement approprié : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>Vitesse pure (puissance alactique)</i></li> <li>▪ <i>Acquisition de nouveaux schémas moteurs</i></li> <li>▪ <i>Coordination/technique à haute vitesse</i></li> <li>▪ <i>Force-vitesse (puissance musculaire)</i></li> <li>▪ <i>Force maximale</i></li> </ul> </li> <li>o Des qualités athlétiques pouvant être améliorées dans un état de fatigue légère : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>Endurance-vitesse (capacité alactique; puissance lactique)</i></li> <li>▪ <i>Technique (renforcement des schémas moteurs)</i></li> </ul> </li> <li>o Des qualités athlétiques pouvant être améliorées dans un état de fatigue modérée à élevée : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>Capacité lactique</i></li> <li>▪ <i>Puissance aérobie maximale</i></li> <li>▪ <i>Force-endurance</i></li> <li>▪ <i>Endurance aérobie — puissance élevée</i></li> <li>▪ <i>Technique (stabilisation de schémas moteurs acquis en situation de fatigue/difficulté)</i></li> </ul> </li> <li>o Des qualités athlétiques pouvant être améliorées dans un état de fatigue modérée à élevée : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>Endurance aérobie de faible puissance</i></li> <li>▪ <i>Flexibilité</i></li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>


<b>Résultat attendu : Planification d'une séance d'entraînement</b>	
<b>Critère : Concevoir et enchaîner les activités de la séance de façon à améliorer les performances et à optimiser les ajustements</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Lorsque plusieurs facteurs de performance/qualités athlétiques doivent être entraîné(e)s/développé(e)s pendant la partie principale de la séance d'entraînement, ordonnance seulement certaines activités en se conformant aux principes et aux lignes directrices recommandés.</li> <li><input type="checkbox"/> Ordonnance seulement quelques-unes des activités clés (c.-à-d. celles qui contribuent le plus à la réalisation des principaux buts et objectifs de la séance d'entraînement) conformément aux principes et aux lignes directrices recommandés.</li> <li><input type="checkbox"/> Planifie un ordre ou une séquence d'activités qui ne démontrent ni une connaissance ni une application des principes et des lignes directrices recommandés.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Analyse de la performance</b>	
<b>Critère : Évaluer l'efficacité des athlètes ou de l'équipe à performer en regard du potentiel lors de compétitions</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Identifie des variables nouvelles et propres au sport de luge qui aident les entraîneur(e)s du contexte Compétition – Développement à évaluer l'efficacité des athlètes à performer lors de compétitions.</li> <li><input type="checkbox"/> Établit des liens pertinents entre une variété d'éléments mentionnés dans un rapport fondé sur des faits lors de l'évaluation de l'efficacité des athlètes à performer en regard du potentiel lors de compétitions.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie des stratégies optimales qui habilitent efficacement les athlètes à améliorer leur préparation en vue d'une compétition et/ou leur efficacité à performer.</li> <li><input type="checkbox"/> Enseigne à d'autres entraîneur(e)s du contexte Compétition – Développement comment évaluer et suivre l'efficacité des athlètes à performer lors de compétitions.</li> <li><input type="checkbox"/> L'approche élaborée ou utilisée par l'entraîneur(e) pour évaluer et suivre l'efficacité des athlètes à performer lors de compétitions est employée comme modèle par les autres entraîneur(e)s du contexte Compétition – Développement du sport de luge.</li> </ul>


<b>Résultat attendu : Analyse de la performance</b>	
<b>Critère : Évaluer l'efficacité des athlètes ou de l'équipe à performer en regard du potentiel lors de compétitions</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Élabore un rapport fondé sur des preuves qui documente les facteurs socioéconomiques pouvant influencer sur la situation et l'aptitude à performer des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Élabore un système de collecte et de gestion des renseignements relatifs à l'efficacité des athlètes à performer lors de compétitions.</li> <li><input type="checkbox"/> Utilise des méthodes et des procédures perfectionnées pour réunir des preuves et évaluer l'efficacité des athlètes à performer en regard du potentiel lors de compétitions.</li> <li><input type="checkbox"/> Évalue régulièrement l'efficacité des athlètes à performer en regard du potentiel lors de compétitions, et suit leurs progrès.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Élabore un rapport fondé sur des preuves qui documente les aspects ci-après : <ul style="list-style-type: none"> <li>o les buts à court et à long terme de l'équipe ou du club;</li> <li>o les buts à court et à long terme des athlètes;</li> <li>o l'appréciation de l'engagement de l'athlète envers l'entraînement et la compétition;</li> <li>o l'appréciation de la motivation de l'athlète à l'égard de l'entraînement et de la compétition;</li> <li>o l'appréciation de la capacité de l'athlète à gérer les distractions avant et pendant une compétition;</li> <li>o l'appréciation de la capacité de l'athlète à cibler son attention et à se concentrer lors des moments critiques d'une compétition;</li> <li>o l'appréciation de la capacité de l'athlète à gérer le stress avant et pendant une compétition;</li> <li>o l'appréciation de la capacité de l'athlète à coopérer de façon positive avec les autres au cours d'une compétition;</li> <li>o l'appréciation de la capacité de l'athlète à utiliser efficacement les tactiques (intention, exécution, moment opportun, suivi actif pour en assurer l'effet positif, etc.);</li> <li>o l'appréciation de la cohésion du groupe et sa capacité à l'égard d'un fonctionnement collectif;</li> <li>o l'appréciation de sources éventuelles de conflit ou de tension entre athlètes;</li> <li>o l'appréciation des habitudes d'alimentation ou d'hydratation de l'athlète;</li> <li>o l'appréciation de l'état général de santé de l'athlète.</li> </ul> </li> <li><input type="checkbox"/> Identifie des stratégies précises qui visent à habiliter les athlètes à mieux se préparer en vue des compétitions et/ou à accroître l'efficacité à performer.</li> </ul>
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Ne tient pas compte de tous les éléments identifiés dans le rapport.</li> <li><input type="checkbox"/> Présente un rapport fondé sur les preuves qui n'est pas assez détaillé et/ou qui n'identifie pas suffisamment de stratégies visant spécifiquement à améliorer l'état de préparation des athlètes en vue d'une compétition et/ou l'efficacité de leur performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Présente un rapport anecdotique et non un rapport fondé sur les preuves.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>

### **Résultat attendu : Soutien relatif à la compétition**

**Critère : Avant la compétition : établir des procédures favorisant la disposition à la performance**


Réussite	
<p><b>5— Très efficace</b></p>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❑ Présente ou élabore des plans d'intervention afin de faire face aux facteurs imprévus ou ambigus pouvant avoir une incidence sur la compétition. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les plans d'intervention réduisent ou minimisent les distractions que peuvent rencontrer les athlètes ou proposent des solutions de remplacement afin d'assurer une performance optimale de la part des athlètes.</li> </ul> </li> <li>❑ Assiste et/ou supervise d'autres entraîneur(e)s, le personnel de soutien et/ou des intervenant(e)s clés afin que ceux/celles-ci s'acquittent de leurs rôles et responsabilités avant la compétition.</li> <li>❑ Collabore avec des expert(e)s évoluant dans des domaines précis dans le but d'améliorer les procédures pré-compétition.</li> </ul>
<p><b>4— Supérieur à la norme</b></p>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❑ Élabore des procédures pré-compétition hautement personnalisées qui tiennent compte des expériences passées et qui préparent les athlètes à affronter les exigences des niveaux de compétition supérieurs.</li> <li>❑ Modifie la préparation des athlètes ou de l'équipe en tenant compte des changements qui surviennent dans l'environnement de compétition ou d'autres facteurs externes [p. ex., athlète blessé(e)].</li> <li>❑ Présente une stratégie dans le but de suivre les objectifs de compétition ou de recueillir des preuves relatives à la performance des athlètes.</li> <li>❑ Collabore avec d'autres entraîneur(e)s, le personnel de soutien et/ou d'autres intervenant(e)s clés afin d'établir clairement les rôles et responsabilités de chacun(e) avant la compétition.</li> <li>❑ Suit les athlètes afin de vérifier s'ils/si elles s'adaptent aux facteurs environnementaux et apporte des modifications dans le but d'améliorer la performance.</li> </ul>
<p><b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ Effectue un suivi des stratégies de nutrition et d'hydratation qui seront favorables à la performance physique des athlètes en compétition, et offre des conseils à ce sujet.</li> <li>❑ S'assure que les athlètes effectuent un échauffement physique approprié au sport de luge.</li> <li>❑ Supervise les dernières modifications à apporter à l'équipement (réglages, etc.) dans le but d'optimiser la performance des athlètes.</li> <li>❑ Fournit des renseignements clairs aux athlètes à propos de leur rôle de façon à améliorer la performance individuelle et d'équipe en compétition.</li> <li>❑ Collabore avec les athlètes et/ou l'équipe afin d'établir des buts et des objectifs de performance appropriés.</li> <li>❑ Évalue l'état d'esprit de chaque athlète par rapport aux exigences de la compétition.</li> <li>❑ Met en œuvre des procédures et des mesures pré-compétition qui permettent aux athlètes ou à l'équipe d'être dans des dispositions mentales adéquates pour la performance, en agissant de façon appropriée sur les éléments suivants : la focalisation, les distractions, l'anxiété négative ou les facteurs sociaux (p. ex., cohésion de l'équipe, interaction des athlètes).</li> <li>❑ Élabore un plan de match ou de compétition qui contient des stratégies ou des tactiques appropriées à l'obtention de la performance souhaitée lors de la compétition.</li> <li>❑ Identifie des tactiques et des stratégies qui correspondent au stade de développement des athlètes et aux objectifs annuels, et qui tiennent compte de l'analyse de ses athlètes et des adversaires.</li> <li>❑ Identifie des tactiques et des stratégies qui sont conformes aux règles de compétition et aux principes de l'esprit sportif.</li> <li>❑ Explique clairement les tactiques et les stratégies aux athlètes et s'assure de leur compréhension.</li> <li>❑ Gère efficacement son anxiété et son stress afin de ne pas devenir une source de distraction pour les athlètes.</li> </ul>
<p><b>2— Inférieur à la norme</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❑ N'est pas préparé(e) et a de la difficulté à organiser les activités de ses athlètes en vue d'une compétition.</li> <li>❑ Les athlètes ne sont pas au courant de l'horaire ou du plan de compétition.</li> <li>❑ Précipite la préparation précédant la compétition et ne veille pas à ce que l'équipement soit aisément disponible.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Soutien relatif à la compétition</b>	
<b>Critère : Avant la compétition : établir des procédures favorisant la disposition à la performance</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>1— Échec</b>	<input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.


<b>Résultat attendu : Soutien relatif à la compétition</b>	
<b>Critère : Pendant la compétition : prendre des décisions et intervenir de façon à favoriser des performances spécifiques au sport de luge</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Pendant ou entre les épreuves d'une compétition, aide les athlètes à effectuer une réflexion critique en les incitant à choisir des stratégies efficaces pour leurs prochaines performances.</li> <li><input type="checkbox"/> Fournit des justifications expliquant les décisions ou les interventions qui ont été réalisées pendant la compétition et qui ont eu une incidence sur la performance des athlètes ou de l'équipe.</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Fait jouer un rôle significatif aux athlètes qui ne prennent pas part à la compétition et leur permet de vivre une situation d'apprentissage en lien avec la compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> Fait participer les athlètes à la recherche de solutions qui amélioreront la performance des athlètes ou de l'équipe au moment opportun, lorsque cela s'avère approprié.</li> <li><input type="checkbox"/> Communique avec les adjoint(e)s et/ou d'autres spécialistes dans le but d'identifier des solutions et des possibilités ou de fournir des informations pertinentes à propos de l'environnement de compétition afin d'aider les athlètes ou l'équipe à maximiser leur performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Utilise ou crée des outils permettant de recueillir des données notationnelles pendant la compétition (papier/vidéo/logiciel, etc.).</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Observe les athlètes à partir d'un point optimal, selon les règles du sport de luge et les objectifs/buts de la compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> Fait preuve de maîtrise de soi et de respect à l'égard des officiel(le)s, des adversaires et de ses propres athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Met à profit les occasions d'interagir directement avec les athlètes pendant la compétition (arrêts de jeu; pauses; intervention entre les matches, etc.) lorsque cela s'avère approprié, conformément aux règles de compétition en vigueur dans le sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Communique aux athlètes des renseignements propres au sport de luge axés sur les solutions et les actions possibles qui précisent en quoi consiste une performance améliorée et ce qu'il faut faire pour améliorer la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les athlètes ou l'équipe demeurent concentrés sur la tâche et non pas sur les résultats ou le tableau indicateur.</li> <li><input type="checkbox"/> Pendant la compétition, propose des modalités de récupération et de gestion de la fatigue aux athlètes, si cela s'avère approprié pour le sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie des stratégies visant à analyser les facteurs de performance clés durant la compétition dans le but de faciliter l'identification efficace des causes possibles des erreurs et/ou des aspects à améliorer.</li> <li><input type="checkbox"/> Effectue des interventions permettant de communiquer des informations stratégiques (particulières à l'événement), de gérer les athlètes (substitutions, remplacements), d'apporter des modifications à l'équipement (réglages, etc.) ou d'appliquer des stratégies mentales (contrôle de l'attention/stratégies de recentrage).</li> <li><input type="checkbox"/> Évalue le moment choisi pour effectuer les interventions et leur durée (ou les décisions de ne pas intervenir) durant la compétition, selon ce qui est approprié dans le sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Aide et/ou habilite les athlètes à gérer leur état d'esprit durant la compétition afin d'influer positivement sur la performance des athlètes ou de l'équipe.</li> <li><input type="checkbox"/> Au besoin, apporte des modifications aux tactiques et aux stratégies afin de réagir à la façon dont la compétition se déroule ou à des événements importants survenant pendant la compétition (p. ex., une blessure).</li> <li><input type="checkbox"/> Interprète correctement les règles de compétition et apporte des modifications qui ont une incidence positive sur la performance des athlètes ou de l'équipe.</li> </ul>




<b>Résultat attendu : Soutien relatif à la compétition</b>	
<b>Critère : Pendant la compétition : prendre des décisions et intervenir de façon à favoriser des performances spécifiques au sport de luge</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Critique la performance des athlètes pendant la compétition ou entre les épreuves de la compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> Fait preuve de distraction pendant la compétition et ne se concentre pas sur les éléments clés de la performance des athlètes ou de l'équipe.</li> <li><input type="checkbox"/> N'observe pas la performance des athlètes pendant la compétition.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>
<b>Résultat attendu : Soutien relatif à la compétition</b>	
<b>Critère : Après la compétition : utiliser l'expérience de la compétition de façon à optimiser la progression des athlètes</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Planifie et met en œuvre des stratégies qui visent à aider les athlètes à mieux s'approprier l'analyse des résultats de la compétition et/ou de la performance.</li> <li><input type="checkbox"/> Collabore avec les athlètes en vue d'identifier des modifications qui pourraient éventuellement être apportées aux buts et objectifs des prochaines séances d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Analyse la compétition en collaboration avec d'autres entraîneur(e)s et des spécialistes du sport de luge dans le but de documenter et d'appliquer des stratégies qui amélioreront les prochaines séances d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Consulte des spécialistes du sport de luge afin de s'assurer que des stratégies de récupération et de régénération appropriées sont mises en œuvre pour aider les athlètes à se remettre d'une blessure, le cas échéant.</li> <li><input type="checkbox"/> Lorsque cela s'avère approprié, fournit des occasions de s'adresser aux médias après la compétition dans le but d'émettre des commentaires objectifs sur la performance.</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Se prête à une réflexion critique à propos de l'efficacité de l'entraînement et de la préparation ayant précédé la compétition en tenant compte du comportement et de la performance des athlètes pendant la compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> Se prête à une réflexion critique à propos des orientations et des priorités liées à l'entraînement dans le plan d'entraînement annuel, et détermine s'il est nécessaire d'apporter des modifications compte tenu des résultats et/ou des comportements des athlètes lors de la compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> Après la compétition, se prête à une réflexion critique à propos des interventions qui permettent d'acquiescer de la confiance et des habiletés et met lesdites interventions en œuvre.</li> <li><input type="checkbox"/> Établit et coordonne un plan de récupération auquel les athlètes ont accès.</li> <li><input type="checkbox"/> Se prête à une réflexion critique à propos de la pertinence et du moment choisi pour réaliser les interventions (ou les décisions de ne pas intervenir) et les décisions d'entraînement pendant la compétition, et identifie celles qui pourraient être répétées et/ou modifiées en vue de la prochaine situation de compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> Recourt aux technologies appropriées pour analyser la compétition à la lumière de résultats stratégiques ou tactiques clés et de facteurs de performance importants.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Soutien relatif à la compétition</b>	
<b>Critère : Pendant la compétition : prendre des décisions et intervenir de façon à favoriser des performances spécifiques au sport de luge</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Après la compétition, évalue le plan de compétition et identifie les aspects du plan qui ont été efficaces tout en justifiant les améliorations qui pourraient être apportées.</li> <li><input type="checkbox"/> Procède à la critique de la performance en compagnie des athlètes et leur offre des rétroactions constructives qui précisent ce qu'il faut faire pour améliorer la performance et comment le faire.</li> <li><input type="checkbox"/> Se fonde sur l'analyse réalisée pendant la compétition afin d'examiner, d'interpréter et de modifier les objectifs individuels et/ou de l'équipe,</li> <li><input type="checkbox"/> Utilise l'évaluation suivant la compétition pour identifier les buts ou les objectifs des séances d'entraînement ou compétitions à venir, le cas échéant.</li> <li><input type="checkbox"/> Aide les athlètes à réfléchir aux tactiques/stratégies efficaces et à choisir celles-ci en vue des performances subséquentes en compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> Met en œuvre des stratégies de récupération et de régénération afin de maintenir un niveau de performance optimal lors de la prochaine séance d'entraînement ou compétition.</li> </ul>
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Fournit une analyse de la compétition aux athlètes, mais n'effectue pas de critique ou ne demande aux athlètes d'offrir des rétroactions à propos des analyses.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie certains aspects clés à améliorer, mais ne propose pas de plan visant à mettre les améliorations en œuvre lors des séances d'entraînement suivantes.</li> <li><input type="checkbox"/> Réfléchit à la préparation ayant précédé la compétition ainsi qu'aux interventions effectuées pendant la compétition, mais n'identifie pas d'éléments à améliorer.</li> <li><input type="checkbox"/> Ignore les athlètes après la compétition ou critique négativement la performance des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> N'indique pas comment la performance des athlètes/de l'équipe lors de la compétition sera prise en compte lors des prochaines séances d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> N'applique pas de stratégies de récupération ou de régénération appropriées après la compétition.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Soutien relatif à la compétition</b>	
<b>Critère : Inspecter les éléments de logistique et de support afin d'assurer des conditions favorables de performances pendant la compétition</b>	
<b>Réussite</b>	

<b>Résultat attendu : Soutien relatif à la compétition</b>	
<b>Critère : Inspecter les éléments de logistique et de support afin d'assurer des conditions favorables de performances pendant la compétition</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Applique des plans d'intervention appropriés afin de faire face aux facteurs imprévus ou ambigus pouvant avoir une incidence sur la compétition.</li> <li><input type="checkbox"/> Gère les adjoint(e)s et les autres intervenant(e)s [p. ex., autres entraîneur(e)s, soigneurs/euses, expert(e)s de soutien, parents, gestionnaires, etc.] avec efficacité et professionnalisme.</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Applique des stratégies de gestion de l'adaptation aux facteurs environnementaux avant un événement (p. ex., stress thermique, altitude, décalage horaire, changement de fuseau horaire, pollution).</li> <li><input type="checkbox"/> Élabore et communique des lignes directrices écrites concernant les attentes à propos de soi, des athlètes, des parents et des autres intervenant(e)s, et ce avant, pendant et après les compétitions.</li> <li><input type="checkbox"/> Gère les dépenses et les considérations financières qui se rattachent aux compétitions.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> S'assure que l'équipement nécessaire au sport de luge est disponible, prêt à être utilisé, en bon état et sécuritaire.</li> <li><input type="checkbox"/> Fournit aux athlètes/parents les renseignements nécessaires à propos des voyages, de l'hébergement, des horaires de compétition, des lieux de compétition, des lieux de rencontre, etc.</li> <li><input type="checkbox"/> Présente des procédures et des règles d'équipe claires en ce qui concerne les comportements attendus lors de matches à l'extérieur.</li> <li><input type="checkbox"/> Coordonne le transport des athlètes et de l'équipement de façon sécuritaire et opportune.</li> <li><input type="checkbox"/> Avant la compétition, clarifie les règles de compétition (p. ex., admissibilité, modification des règlements) et transmet les renseignements appropriés aux athlètes et aux autres intervenant(e)s.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les éléments et procédures spécifiques au sport de luge (p. ex., installation, règles) sont vérifiés de façon à créer un environnement de compétition sécuritaire et positif.</li> <li><input type="checkbox"/> S'assure que les athlètes respectent les attentes nutritionnelles en fournissant des informations adéquates à propos des heures et de la composition des repas.</li> <li><input type="checkbox"/> Planifie et communique les rôles et responsabilités des adjoint(e)s et des autres intervenant(e)s [p. ex., autres entraîneur(e)s, soigneurs/euses, expert(e)s de soutien, parents, gestionnaires, etc.].</li> </ul>
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Ne tient pas compte de détails importants liés à l'organisation qui ont une incidence négative sur la préparation des athlètes en vue d'une compétition et à propos desquels il/elle avait manifestement la possibilité d'agir.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Soutien relatif à la compétition</b>	
<b>Critère : Mettre en application des procédures de préparation psychologique pré-compétition afin d'être prêt pour la performance</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> À déterminer une fois les projets pilotes relatifs au diplôme de l'INFE/à la gradation avancée Compétition — Développement terminés.</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> À déterminer une fois les projets pilotes relatifs au diplôme de l'INFE/à la gradation avancée Compétition — Développement terminés.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Élabore des plans de concentration en compagnie des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Fait participer les athlètes à l'élaboration des plans de concentration.</li> <li><input type="checkbox"/> Intègre des activités de développement de la concentration aux séances d'entraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Intègre des exercices de visualisation aux plans d'entraînement des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Intègre des techniques de gestion des distractions aux plans d'entraînement des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Fixe des objectifs liés aux résultats, à la performance et au processus en compagnie des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Intègre des activités de développement de la concentration dans les différentes périodes et phases des plans d'entraînement des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Procède à la critique de la performance en compagnie des athlètes.</li> </ul>
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> À déterminer une fois les projets pilotes relatifs au diplôme de l'INFE/à la gradation avancée Compétition — Développement terminés.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>

<b>Résultat attendu : Soutien relatif à la compétition</b>	
<b>Critère : Mettre en application des protocoles afin de promouvoir la préparation et incorporant des stratégies de récupération et de régénération</b>	
<b>Réussite</b>	
<b>5— Très efficace</b>	<p><b>Obtient un résultat « supérieur à la norme » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> À déterminer une fois les projets pilotes relatifs au diplôme de l'INFE/à la gradation avancée Compétition — Développement terminés.</li> </ul>
<b>4— Supérieur à la norme</b>	<p><b>Obtient un résultat qui respecte la « norme pour la certification de base » et :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> À déterminer une fois les projets pilotes relatifs au diplôme de l'INFE/à la gradation avancée Compétition — Développement terminés.</li> </ul>
<b>3— Norme du PNCE pour la certification de base</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Identifie les blessures communes dans le sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Identifie des stratégies de prévention et de récupération pour les blessures sportives dans le sport de luge.</li> <li><input type="checkbox"/> Intègre les 12 schémas de mouvements propices à la performance et à la prévention aux programmes d'entraînement des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Intègre des échauffements dynamiques aux programmes d'entraînement des athlètes.</li> <li><input type="checkbox"/> Choisit des habiletés et des exercices qui font en sorte que les parties du corps contribuent de manière optimale à l'exécution des habiletés.</li> <li><input type="checkbox"/> Utilise des évaluations fonctionnelles pour décider si les athlètes sont prêt(e)s à effectuer un retour au jeu.</li> <li><input type="checkbox"/> Applique des techniques de récupération et de régénération pour prévenir la fatigue et le surentraînement.</li> <li><input type="checkbox"/> Fournit aux athlètes et à leurs parents des renseignements et des conseils sur l'hydratation, la nutrition et le sommeil qui contribueront à une performance optimale lors des entraînements et des compétitions.</li> </ul>
<b>2— Inférieur à la norme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> À déterminer une fois les projets pilotes relatifs au diplôme de l'INFE/à la gradation avancée Compétition — Développement terminés.</li> </ul>
<b>1— Échec</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Présence de tout critère ou de tout comportement jugé inacceptable.</li> </ul>

# Comment puis-je devenir un(e) meilleur(e) entraîneur(e) ?



Apprenez à écouter, particulièrement ce que vous disent vos athlètes – c'est l'essence même!

Aidez vos athlètes à perfectionner toutes leurs habiletés : physiques, mentales/émotionnelles et sociales.

Adoptez une attitude ferme contre le dopage et la tricherie dans le sport.

Faites progresser vos connaissances, suivez une formation en entraînement, obtenez votre certification, actualisez vos compétences.

Une présentation de

l'Association canadienne des entraîneurs [www.coach.ca](http://www.coach.ca)

  
**coach.ca**  
VISER PLUS HAUT

**coach.ca**  
VISER PLUS HAUT



Visitez **coach.ca** – la communauté d'entraînement la plus dynamique au Canada.

Vérifiez votre certification, complétez les évaluations en ligne, accédez aux conseils sur la nutrition sportive, lisez des histoires d'entraîneurs et plus encore!