2020

PNCE
Compétition 1
GAM/GAF
(Introduction)

ÉVALUATION
Critères de réussite

Guide pour devenir entraîneur certifié Compétition 1

National Coaching Certification Program

GYM CAN

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

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

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

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



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

Table des matières

Processus d'évaluation 1
ÉTAPE 1 : Portfolio 2
Plan d'entraînement annuel 3
Plan de leçon 3
Modèle Enseigner – Comprendre 4
Critères de réussite du portfolio 5
Formulaire d'évaluation – Portfolio 10
ÉTAPE 2 : Observation de la leçon 12
Rencontre préliminaire – Liste de vérification 13
Tournage de la leçon 14
Outil pour l'observation de la leçon (modèle) 16
Observation de la leçon – Critères de réussite 23
Cheminement de certification Compétition 1 30

Gymnastique Canada accorde la certification Compétition 1 aux entraîneurs qui démontrent leur aptitude à :

1. Prendre des décisions éthiques;
2. Élaborer un programme sportif de base;
3. Planifier une séance d'entraînement;
4. Soutenir les athlètes à l'entraînement;
5. Analyser la performance.

Les entraîneurs qui démontrent ces aptitudes réussissent l'ÉVALUATION.

ÉVALUATION RÉUSSIE = CERTIFICATION

L'évaluation Compétition 1 comporte deux étapes :

ÉTAPE 1 : Réussir l'évaluation du portfolio de l'entraîneur.
ÉTAPE 2 : Réussir l'évaluation de l'observation de la leçon.

Processus d'évaluation

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

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

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

3. Effectuer une rencontre préliminaire avec l'évaluateur.

4. Donner une leçon de gymnastique en présence de l'évaluateur.

5. Recevoir de la rétroaction de l'évaluateur à la suite de l'observation de la leçon.

**** Les détails du processus varient d'une province à l'autre. Communiquez avec votre OPTS pour en savoir plus :***
http://gymcan.org/fr/programmes/entraineurs/bureaux-provinciaux

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

ÉTAPE 1 : Portfolio

VOUS TROUVEREZ DANS LES PAGES QUI SUIVENT LES DOCUMENTS À REMPLIR POUR CONSTITUER VOTRE PORTFOLIO.

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

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

Référez-vous au modèle de formulaire d'évaluation pour connaître les normes minimales de réussite.

Liste de vérification du contenu du portfolio

- ❑ 1. Fiche de l'entraîneur
- ❑ 2. Plan d'action d'urgence
- ❑ 3. Plan d'entraînement annuel
- ❑ 4. Plan de leçon détaillé
- ❑ 5. Modèle Enseigner – Comprendre
  Choisissez une habileté pertinente pour le niveau.
- ❑ 6. Questionnaire sur la nutrition
- ❑ 7. Compétences d'assistance
- ❑ 8. Autoévaluation et plan d'action
- ❑ 9. Attestation de l'évaluation en ligne Prise de décisions éthiques

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Plan d'entraînement annuel

- Un modèle est fourni dans le document des modèles d'évaluation de l'entraîneur. Toute autre variation du plan annuel qui respecte les critères sera acceptée.
- Indiquez le nombre de séances d'entraînement prévues par semaine et la durée des séances.
- Indiquez les événements importants dans l'année ou la saison. Incluez les compétitions, démonstrations, tests, suivis et autres dates importantes.
- Indiquez la date des tests et des suivis (tests physiques et d'habiletés) et les simulations de compétition.
- Précisez à quel moment les jalons importants, comme les demi-routines et combinaisons d'habiletés, doivent être atteints.
- Divisez la saison en périodes appropriées (pré-compétition, compétition, transition).
- Expliquez les grands objectifs qui guideront votre plan (ex. : indiquez les mois consacrés à l'apprentissage des habiletés et ceux réservés à la répétition des routines).
- Indiquez les périodes où vous prévoyez introduire, développer et perfectionner la préparation mentale et physique.

Plan de leçon

- Un modèle est fourni dans le document des modèles d'évaluation de l'entraîneur. Toute autre variation du plan de leçon qui respecte les critères sera acceptée.
- Rappel : la planification de leçon fait partie du volet théorique du cours Fondements gymniques.
- Nommez vos athlètes et précisez la durée de la séance d'entraînement.
- Indiquez de quelle période d'entraînement il s'agit. Vous pouvez également inclure la date ou la semaine en fonction du plan d'entraînement annuel pour situer plus précisément la semaine par rapport au reste de l'année.
- Indiquez l'objectif ou la priorité de la leçon. Les objectifs peuvent être de nature physique, technique ou artistique.
- Décrivez les activités d'introduction et de conclusion.
- Intégrez des activités d'échauffement et de retour au calme appropriés.
- Pour la partie principale de la leçon, faites la liste des engins, des échauffements et des activités propres à chaque engin en précisant l'équipement nécessaire. Mentionnez les risques inhérents et les considérations de sécurité.
- Fournissez un horaire pour toutes les sections du plan.
- Vous devrez remplir l'autoévaluation après la leçon, pour faire le point sur son efficacité et les améliorations possibles.

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Modèle Enseigner – Comprendre

Les étapes ci-dessous vous aideront à élaborer un modèle Enseigner – Comprendre.

COMPRENDRE

ÉTAPE 1 : IDENTIFICATION DE L'HABILETÉ

Indiquez l'habileté choisie et fournissez une description détaillée. Il peut être utile d'utiliser une combinaison d'images et de mots. Dans la description, ajoutez des éléments parmi les suivants : les familles fondamentales de mouvement, les muscles et les mouvements anatomiques concernés, le code de pointage en compétition ou les règles de programme qui décrivent l'habileté (groupe d'éléments ou exigences satisfaites). Vous devez également préciser la différence entre une habileté maîtrisée et non maîtrisée.

ÉTAPE 2 : PRINCIPES MÉCANIQUES (FFM)

Indiquez les familles fondamentales de mouvement qui composent l'habileté (position stationnaire, impulsion, rotation, balancer, réception, déplacement).

ÉTAPE 3 : POSITIONS OU ACTIONS CORPORELLES

Précisez les mouvements corporels (anatomiques) qui composent l'habileté (extension du tronc, flexion des hanches, etc.).

ENSEIGNER

ÉTAPE 1 : PRÉREQUIS

Avant d'enseigner l'habileté, précisez le degré de force et de flexibilité et les progressions nécessaires.

ÉTAPE 2 : PRÉPARATION PHYSIQUE

Indiquez le type de capacités physiques que vous entendez cibler (EFPF ou agilité, équilibre et coordination et orientation spatiale) et précisez la meilleure méthode pour améliorer la condition physique de l'athlète. Utilisez des termes propres à la discipline et à la gymnastique.

ÉTAPE 3 : PRÉPARATION MOTRICE

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

ÉTAPE 4 : REPÉRAGE, CAUSES ET CORRECTIONS DES ERREURS

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

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Critères de réussite du portfolio

Les critères de réussite sont un outil de référence. Vous n'avez pas à remplir ce document; prenez toutefois le temps de le lire pour vous assurer que votre portfolio est complet. Il vous indique ce que l'évaluateur recherchera en évaluant votre portfolio.

Élaboration d'un programme sportif de base *(fiche et plan d'entraînement annuel*)

Critère : Définir la structure du programme selon les possibilités d'entraînement et de compétition.	
Résultat	**Preuve**
Surpasse les attentes	« Répond aux attentes » et : ❑ Établit l'importance des compétitions afin de promouvoir le développement à long terme des athlètes. ❑ Prévoit suffisamment d'occasions de récupération et d'apprentissage ou de développement entre les compétitions importantes. ❑ Précise l'importance des facteurs d'entraînement (préparation physique, technique et artistique) pour chaque période (ex. : au moyen d'une ligne pondérée, d'une couleur, d'un pourcentage, etc.).
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	❑ **Sur le plan d'entraînement annuel :** o **Précise les principaux buts et objectifs du programme.** o **Précise les renseignements de base concernant les athlètes (âge, stade d'évolution dans le sport, différences sur les plans de la croissance et du développement).** o **Présente le calendrier des principales épreuves et compétitions et indique combien il y en a au programme.** o **Précise la durée de chaque période (préparation, compétition, transition).** o **Précise le nombre, la durée et la fréquence des séances d'entraînement pour chacune des périodes (préparation, compétition, transition).**
À améliorer	❑ Présente uniquement de l'information et des éléments de logistique de base pour l'entraînement et la compétition. ❑ Ne fournit pas de calendrier donnant un aperçu du programme.

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

- Quelle est la première chose à laquelle vous avez pensé lorsque vous avez élaboré votre calendrier?
- Comment avez-vous déterminé la date de début et de fin de chacune des périodes?
- Les objectifs du programme sont-ils les mêmes que ceux des athlètes et de leur famille? Comment faites-vous (ou comment avez-vous fait) pour établir des buts et des objectifs pour chacun des gymnastes?
- Comment avez-vous fait le suivi de l'évolution de vos athlètes et évalué s'ils étaient sur la bonne voie pour les grandes compétitions?
- Comment vos gymnastes ont-ils performé durant les principaux événements de l'année?
- Quelles stratégies et tactiques avez-vous mises au point avec vos gymnastes?
- Quels ont été les moments forts de l'année?
- Avez-vous modifié votre plan au cours de l'année? Comment et pourquoi l'avez-vous modifié?
- Que ferez-vous différemment l'an prochain?

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Planification d'une séance d'entraînement *(plan de leçon et plan d'action d'urgence)*

Critère 1 : Déterminer la logistique appropriée pour la séance d'entraînement.	
Résultat	**Preuve**
Surpasse les attentes	« Répond aux attentes » et : ❑ Justifie clairement chaque but et objectif en se fondant sur l'identification objective des besoins des athlètes. ❑ Démontre une gestion du temps et de l'équipement disponibles qui maximise la participation active, l'apprentissage et l'entraînement des athlètes. ❑ Identifie les risques potentiels (environnementaux, mécaniques). ❑ Situe la séance dans le plan annuel. ❑ Justifie les objectifs de la séance. ❑ Fournit des détails logistiques qui permettraient à un adjoint ou à un autre entraîneur de diriger la séance et d'atteindre les objectifs d'apprentissage ou d'entraînement prévus.
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	❑ **Détermine l'âge, les habiletés et le niveau de performance des athlètes.** ❑ **Fixe un objectif clair pour la séance, adapté au niveau des athlètes et aux principes de développement à long terme de l'athlète ou du modèle « Au Canada, le sport c'est pour la vie » pour ce sport.** ❑ **Définit les principales parties de la séance : introduction, échauffement, partie principale, retour au calme et conclusion ou réflexion.** ❑ **Présente l'équipement et les installations nécessaires pour atteindre l'objectif de la séance.** ❑ **Fournit l'horaire des activités.**
À améliorer	❑ N'établit aucun objectif pour la séance. ❑ Établit des objectifs vagues pour la séance. ❑ Ne définit pas clairement les principales parties de la séance ou l'horaire des activités. ❑ Ne donne pas de renseignements sur les athlètes (ex. : niveau). ❑ Ne présente pas les installations et l'équipement requis.

Questions pouvant être posées par l'évaluateur concernant le plan de leçon :
• Pouvez-vous nous en dire plus sur les objectifs de cet entraînement et sur ce que vous essayez de réaliser?
• Les athlètes comprennent-ils l'objectif ou le plan de la journée?
• Avez-vous l'impression que l'échauffement prépare les athlètes physiquement et mentalement pour le reste de l'entraînement?
• Y a-t-il des considérations de sécurité pour cette activité (en ce qui a trait aux exercices avec des engins précis)?
• Quels points d'entraînement, signes et mots descriptifs utiliserez-vous lors de l'entraînement de l'habileté __?
• Y a-t-il un exercice dans ce circuit pour lequel vous prévoyez offrir de l'assistance? Si oui, pourquoi avez-vous choisi cet exercice?
• Avez-vous établi un ordre précis dans lequel vous aimeriez que les exercices ou habiletés soient exécutés?
• Trouvez-vous que ce plan est ou était efficace pour l'atteinte de votre objectif?
• L'entraînement a-t-il la durée appropriée pour maintenir la concentration et l'énergie des athlètes? Les parties de l'entraînement sont-elles ordonnées de manière à maintenir la concentration et l'énergie des athlètes?
• Les athlètes auront-ils la possibilité de choisir des activités durant la leçon?

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Critère 2 : Déterminer les activités appropriées pour chaque partie de la séance d'entraînement.	
Résultat	**Preuve**
Surpasse les attentes	« Répond aux attentes » et : ❑ Établit la séquence de la partie principale de la séance de manière à favoriser l'apprentissage, le développement des habiletés et à atteindre les objectifs d'entraînement prévus. ❑ (La séquence renvoie à l'ordre et à la durée des activités durant la séance ou l'une de ces parties. Elle établit, par exemple, une progression menant à l'exécution des habiletés dans des situations de compétition réalistes.) ❑ Module les activités ou les conditions d'entraînement pour créer des défis visant à produire des effets précis. ❑ Prévoit des activités qui appliquent les fondements de l'entraînement à la prise de décisions. ❑ Cible des rapports effort-repos, des charges d'entraînement ou des degrés d'intensité appropriés pour les activités. ❑ Choisit des activités qui répondent aux besoins des athlètes ou de l'équipe selon l'analyse de la performance faite en compétition. ❑ Propose des activités qui intègrent le développement des habiletés mentales (établissement d'objectifs, visualisation, contrôle de l'attention, concentration). ❑ Adapte les activités pour les athlètes qui se remettent d'une blessure (considérations physiques, mentales et émotionnelles). ❑ Choisit expressément des types d'exercice pour maximiser le développement des habiletés. (Les types d'exercice renvoient notamment aux outils d'entraînement à la prise de décision, comme la pratique aléatoire, la pratique variée et la modélisation.)
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	❑ **Décrit les activités planifiées au moyen d'illustrations, de diagrammes et d'explications.** ❑ **Choisit des activités appropriées au moment et à l'engin.** ❑ **Précise les facteurs clés (points d'entraînement) qui seront intégrés aux activités de la séance.** ❑ **Indique la durée de la séance dans son ensemble et de chacune des parties, et s'assure que ces durées correspondent aux principes de développement à long terme de l'athlète ou du modèle « Au Canada, le sport c'est pour la vie ».** ❑ **S'assure que les activités visent un but précis et qu'elles ont un lien avec l'objectif général de la séance (un but précis correspond aux principes du modèle de développement à long terme de l'athlète ou du modèle « Au Canada, le sport c'est pour la vie » pour ce sport).** ❑ **Présente les activités d'une manière qui reflète la compréhension et la maîtrise des risques potentiels.** ❑ **S'assure que les activités contribuent au développement d'une ou de plusieurs habiletés selon le stade approprié (acquisition, consolidation, perfectionnement).** ❑ **S'assure que les activités contribuent au développement des qualités athlétiques (conformément aux principes du modèle de développement à long terme de l'athlète ou du modèle « Au Canada, le sport c'est pour la vie » pour ce sport).**

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

À améliorer	❑ N'établit pas de lien entre les activités et le but général de la séance. ❑ Ne présente pas un plan qui tient compte des considérations relatives à la sécurité. ❑ Ne s'assure pas que les activités sont conformes aux principes du PNCE en matière de croissance et de développement.

Critère 3 : Concevoir un plan d'action d'urgence (PAU).	
Résultat	**Preuve**
Surpasse les attentes	« Répond aux attentes » et : ❑ Élabore un processus pour la tenue et la mise à jour des fiches médicales. ❑ Conserve des fiches détaillées sur les participants dans un lieu sécuritaire afin de protéger leur confidentialité. ❑ Présente une liste de vérification du matériel devant figurer dans la trousse de premiers soins, et assure l'inspection et la mise à jour régulières de la trousse. ❑ Indique dans le plan les étapes ou les mesures précises qui doivent être prises en cas de blessure. ❑ Élabore un PAU qui intègre les apprentissages découlant d'expériences passées, y compris de la mise en œuvre préalable du plan. ❑ Le PAU peut être utilisé comme modèle des pratiques exemplaires pour le sport.
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	❑ **Présente un plan d'action d'urgence (PAU) complet comprenant les six éléments critiques ci-dessous.** **o Emplacement des téléphones (cellulaires et lignes terrestres)** **o Numéros de téléphone d'urgence** **o Emplacement des fiches médicales de tous les athlètes sous la supervision de l'entraîneur** **o Emplacement d'une trousse de premiers soins complète** **o Nom de la personne responsable des appels et de la personne responsable des décisions** **o Itinéraire ou carte indiquant comment se rendre au lieu de l'activité**
À améliorer	❑ Mentionne moins des six éléments critiques exigés en vertu de la norme minimale. ❑ Ne prévoit aucun plan d'action d'urgence.

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Analyse de la performance *(modèle Enseigner – Comprendre)*

Critère : Analyser la performance.	
Résultat	**Preuve**
Surpasse les attentes	« Répond aux attentes » et : ❑ Démontre des connaissances permettant de faire le lien entre le développement de l'habileté choisie et le développement ultérieur d'habiletés plus complexes. ❑ Varie les méthodes d'enseignement selon le style d'apprentissage (auditif, visuel, kinesthésique). ❑ Fonde l'exécution sur des règles et des stratégies propres à la compétition. ❑ Donne des détails sur les principes d'entraînement (physiologiques, biomécaniques), qui varient selon la période du programme pour assurer une performance optimale. ❑ Varie les facteurs environnementaux, les stratégies d'entraînement mental et les stratégies de compétition.
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	❑ **Connaît la terminologie du sport.** ❑ **Le niveau de difficulté de la tâche correspond aux capacités de l'athlète.** ❑ **Établit une progression physique, motrice et technique appropriée des éléments d'entraînement pour favoriser le développement des habiletés.** ❑ **Identifie les facteurs qui ont une incidence directe sur la performance.** ❑ **Perfectionne l'élément.**
À améliorer	❑ A une compréhension vague de la préparation physique requise pour le développement des habiletés. ❑ Choisit des activités qui n'ont pas une incidence optimale sur la performance. Devrait choisir de meilleures options. ❑ Ne maîtrise pas suffisamment la terminologie du sport.

Soutenir les athlètes à l'entraînement *(compétences d'assistance, nutrition)*

Résultat	**Preuve**
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	❑ Compétences d'assistance : terminé ❑ Questionnaire sur la nutrition : 8/10

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Formulaire d'évaluation – Portfolio

À remplir par l'évaluateur

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

L'entraîneur doit réussir les résultats 1 à 4 avant que l'évaluateur fixe la date de l'observation.

<table>
<tr><td>Résultat attendu 1</td><td colspan="2">Prendre des décisions éthiques
❑ Évaluation en ligne réussie pour PDE Compétition – Introduction</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Résultat attendu 2</td><td colspan="2">Élaborer un programme sportif de base
Passer en revue les sections appropriées du portfolio pour évaluer la réussite de ce résultat.
❑ Fiche de l'entraîneur
❑ Plan d'entraînement annuel</td></tr>
<tr><td>Évaluation obtenue
❑ Surpasse les attentes
❑ Répond aux attentes
❑ À améliorer</td><td>Commentaires</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Résultat attendu 3</td><td colspan="2">Planifier une séance d'entraînement
Passer en revue les sections appropriées du portfolio pour évaluer la réussite de ce résultat.
• Plan de leçon
• Plan d'action d'urgence</td></tr>
<tr><td>Évaluation obtenue
❑ Surpasse les attentes
❑ Répond aux attentes
❑ À améliorer</td><td>Commentaires</td></tr>
</table>

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

<table>
<tr><td rowspan="2">Résultat attendu 4</td><td colspan="2">Analyser la performance
Passer en revue les sections appropriées du portfolio pour évaluer la réussite de ce résultat.
• Modèle Enseigner – Comprendre</td></tr>
<tr><td>Évaluation obtenue
❑ Surpasse les attentes
❑ Répond aux attentes
❑ À améliorer</td><td>Commentaires</td></tr>
<tr><td>Résultat attendu 5</td><td>Soutenir les athlètes à l’entraînement
❑ Compétences d’assistance
❑ Questionnaire sur la nutrition (8/10)</td><td>Commentaires</td></tr>
</table>

Résultats de l’évaluation et plan d’action

Étapes suivantes du processus de certification :

- ❑ L’entraîneur est prêt pour l’observation. L’évaluateur demandera à l’entraîneur d’organiser une observation par vidéo ou au gymnase.
- ❑ Le portfolio nécessite des changements. L’évaluateur donnera de la rétroaction à l’entraîneur pour lui permettre de compléter son portfolio. L’entraîneur devra suivre les directives fournies et se préparer davantage en vue de l’observation. Lorsque l’évaluateur aura approuvé les changements et jugé que l’entraîneur est prêt, il avisera ce dernier et le processus d’observation pourra commencer.

Rétroaction :

_____

_____

_____

_____

_____

Signature de l’évaluateur : Date :

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

ÉTAPE 2 : Observation de la leçon

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

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Rencontre préliminaire – Liste de vérification

Nom de l'entraîneur :	**Prénom :**
Date de l'observation :	**N° PNCE :**

	Élément	Terminé
1	Le portfolio a été évalué et rendu à l'entraîneur.	
2	L'entraîneur a été joint et un rendez-vous a été fixé pour la rencontre préliminaire.	
3	L'entraîneur a rempli et envoyé le plan de la leçon qui sera observée.	
4	La rencontre préliminaire a eu lieu.	
5	La date et l'heure de l'observation formelle ont été confirmées.	

Durant la rencontre préliminaire, l'évaluateur doit :

- ❑ Vérifier si l'entraîneur a reçu une copie des outils d'évaluation.
- ❑ Informer l'entraîneur de la procédure d'observation formelle.
- ❑ Permettre à l'entraîneur de poser des questions et de demander des éclaircissements.
- ❑ **Discuter des situations qui pourraient mener à la suspension de l'évaluation et des étapes subséquentes dans de tels cas.**
  L'entraîneur devra être réévalué si l'évaluateur constate ce qui suit :
  - ❑ Il y a des problèmes liés à la sécurité pendant la leçon.
  - ❑ Durant la leçon, l'entraîneur a des comportements nuisibles ou contraires à l'éthique.
    - o Harcèlement ou violence
    - o Mépris de l'esprit sportif
    - o Manque de respect envers les athlètes, les pairs, les autres ou l'équipement
  - ❑ La leçon montre que l'entraîneur n'est pas prêt à être certifié.
    - o Connaissances techniques inadéquates
    - o Trop de tâches sont mal exécutées ou manquantes (10 résultats « Insuffisant » ou plus)

L'évaluateur peut poser les questions suivantes :

- Avez-vous créé votre profil dans le système de gestion de l'apprentissage (SGA) et avez-vous accédé à son contenu?
- Quels sont vos objectifs pour la leçon?
- En quoi cette leçon s'inscrit-elle dans votre plan d'entraînement ou de saison?
- Comment avez-vous préparé les athlètes à la leçon d'aujourd'hui?
- À quel point êtes-vous à l'aise avec ce groupe?
- Comment prévoyez-vous atteindre vos objectifs?
- Y a-t-il un élément de la leçon qui est nouveau pour vous?
- Selon vous, quel est le plus gros défi à relever pour atteindre vos objectifs?
- Comment saurez-vous si vous avez atteint vos objectifs?
- Quelles modifications avez-vous prévues pour vous assurer de réaliser vos objectifs?
- Comment saurez-vous si les athlètes ont appris ce que vous voulez leur enseigner?
- À quoi voulez-vous que je prête attention pendant la leçon?

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Tournage de la leçon

Si l'évaluateur ne peut pas vous observer en personne pendant une leçon de gymnastique, vous devez lui envoyer une vidéo qui vous montre en train de la donner.

Évaluation de la leçon sur vidéo

Votre vidéo doit inclure :

- ❑ **Présentation (1 à 2 minutes au maximum)**
  - *Au début de la vidéo, vous devez vous présenter (indiquez votre nom, le club où vous travaillez, l'âge et le niveau des gymnastes et le temps que vous avez passé à travailler avec ces participants).*
  - *Enregistrez l'introduction à l'avance pour ne pas nuire à votre préparation avant la leçon.*
- ❑ **Leçon intégrale**
  - *Commencez à filmer 5 minutes avant l'arrivée des gymnastes pour que l'évaluateur puisse observer vos préparatifs avant le cours.*
  - *Arrêtez de filmer 5 minutes après la fin du cours pour que l'évaluateur puisse observer vos activités de nettoyage et de rangement (à moins que vous ayez un autre cours immédiatement après).*
  - *Vous devez filmer l'arrivée des participants dans le gymnase, la leçon en entier et le départ des participants du gymnase.*
  - *Votre vidéo doit inclure toutes les parties de la leçon (introduction, échauffement, partie principale, retour au calme et conclusion).*
- ❑ **Autoévaluation (1 à 3 minutes au maximum)**
  - *À la fin de la vidéo, vous devez brièvement expliquer ce qui a fonctionné, ce qui n'a pas fonctionné et ce que vous comptez faire différemment la prochaine fois.*
  - *Si vous avez dévié de votre plan de leçon, vous devez expliquer comment et pourquoi.*
  - *Vous pouvez terminer votre autoévaluation plus tard si vous avez un autre cours tout de suite après, ou si vous avez besoin de réfléchir ou de prendre quelques notes pour que votre autoévaluation soit claire et concise.*

Votre vidéo sera retournée sans avoir été évaluée dans les cas suivants :

- Votre voix n'est pas clairement audible ou comprise.
- Une partie de la leçon a été coupée sans explication (voir Procédures de tournage).
- La vidéo ne capte pas la plupart des interactions entre vous et les participants.
- La vidéo est incomplète (introduction ou autoévaluation manquantes).
- La vidéo ne fonctionne pas.

Si votre vidéo vous est retournée sans avoir été évaluée :

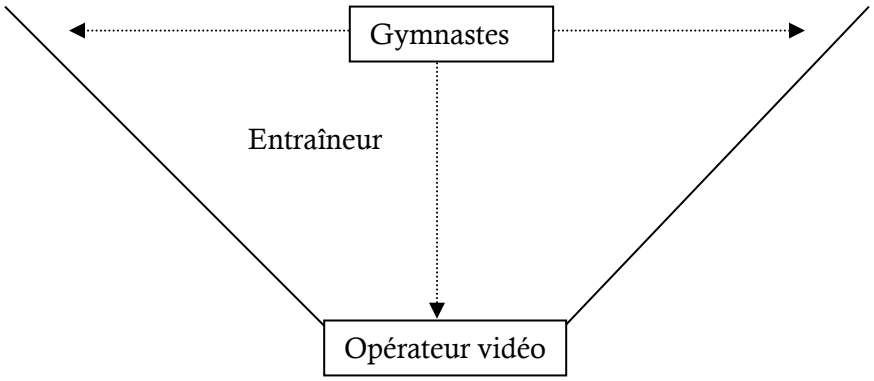
- ❑ Vous devez filmer une autre leçon et retourner la vidéo à vos frais. Si la vidéo est retournée parce qu'elle ne fonctionne pas, vous n'aurez pas à payer de frais supplémentaires.
- ❑ Si la vidéo est retournée pour toute autre raison, vous devrez peut-être payer des frais supplémentaires.

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Partie 2 : Procédures de tournage

Pour vous aider à produire des séquences vidéo de qualité, nous vous suggérons de prendre en compte ce qui suit lors du tournage :

- **La vidéo de la leçon ne doit pas avoir été coupée ou montée.** Si vous prévoyez une pause (collation ou hydratation), vous devez indiquer le début de la pause sur la vidéo (avant d'arrêter la caméra), puis indiquer la fin de la pause sur la vidéo (après avoir redémarré la caméra). Cela peut être fait par l'entraîneur ou par la personne qui tient la caméra.
- **Votre voix doit être claire et audible à tout moment.** Cela signifie que la caméra doit demeurer assez près de vous. Demandez à un parent ou à un autre entraîneur de vous filmer si le gymnase est grand ou si vous vous déplacez beaucoup. Vous pouvez également utiliser un microphone portatif.
- **Les bruits de fond, y compris la musique, doivent être réduits au minimum.** Vous devrez peut-être solliciter la collaboration des autres entraîneurs pour qu'ils aident à maintenir le plus possible un faible niveau sonore.
- **La caméra doit être stable.** Il est préférable d'utiliser un trépied et de le déplacer, ou de poser la caméra sur une surface stable.
- **La caméra doit se concentrer sur l'entraîneur et les participants tout au long de la leçon.** L'angle de la caméra doit être assez grand pour capter l'entraîneur et les participants durant leur participation aux différentes activités planifiées. L'opérateur de la caméra doit se tenir à l'arrière et sur le côté de l'entraîneur, à environ 2,5 à 3 mètres. L'angle de la caméra doit pouvoir capter les démonstrations, les discussions et les performances des gymnastes. La personne qui tient la caméra doit se déplacer avec vous.



Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Outil pour l'observation de la leçon (modèle)

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

Excellent – L'entraîneur effectue la tâche d'une manière remarquable; un travail exceptionnel qui reflète la maîtrise de la tâche.
Bon – L'entraîneur effectue la tâche avec succès. Les actions prises sont appropriées, mais quelques manques ont été relevés et l'entraîneur doit s'améliorer pour maîtriser totalement la tâche.
Satisfaisant – L'entraîneur tente d'effectuer la tâche, mais certains éléments d'une performance réussie sont absents.
Insuffisant – L'entraîneur tente d'effectuer la tâche, mais doit s'améliorer considérablement pour réussir. Ou encore, l'entraîneur n'a pas fourni la preuve de la tâche (non présentée).

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

Preuves requises
A. Avant la séance d'entraînement

Tâche : Mettre en œuvre une séance d'entraînement bien structurée et organisée					
Preuves *Avant la séance*	***Excellent***	***Bon***	***Satisfaisant***	***Insuffisant***	***Commentaires***
Présente un plan de séance comportant des buts et des objectifs bien définis.	☐	☐	☐	☐	
Veille à ce que les parties clés de la séance soient bien définies et comprennent une introduction, un échauffement, une partie principale, un retour au calme et une conclusion.	☐	☐	☐	☐	
S'assure que les activités et leur durée sont appropriées à chacune des parties de la séance.	☐	☐	☐	☐	
Les activités contribuent au développement d'habiletés appropriées à l'âge et au niveau de l'athlète.	☐	☐	☐	☐	
Les activités prévues correspondent aux priorités de la période du plan d'entraînement annuel.	☐	☐	☐	☐	

Tâche : S'assurer que l'environnement d'entraînement est sécuritaire					
Preuves *Avant la séance*	***Excellent***	***Bon***	***Satisfaisant***	***Insuffisant***	***Commentaires***
Effectue une vérification du lieu.	☐	☐	☐	☐	
Réduit au minimum les risques pour les participants (veille à la sécurité de l'équipement et de l'environnement).	☐	☐	☐	☐	
Porte des vêtements appropriés à une pratique active de l'entraînement.	☐	☐	☐	☐	

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

B. Durant la séance d'entraînement

Tâche : Mettre en œuvre une séance d'entraînement bien structurée et organisée					
Preuves ***Durant la séance***	***Excellent***	***Bon***	***Satisfaisant***	***Insuffisant***	***Commentaires***
Accueille les athlètes dès leur arrivée à l'entraînement.	☐	☐	☐	☐	
S'assure que l'équipement et l'espace sont disponibles et qu'ils sont utilisés de façon appropriée.	☐	☐	☐	☐	
Utilise le temps d'entraînement de façon optimale de manière à ce que la durée des activités, les temps de transition, les temps d'attente et les pauses de récupération et d'hydratation soient appropriés.	☐	☐	☐	☐	
La séance est bien structurée, organisée et efficace.	☐	☐	☐	☐	
Tient compte des besoins individuels des athlètes tout préservant la structure et l'organisation de la séance pour l'ensemble du groupe.	☐	☐	☐	☐	
Réduit au minimum les risques pour les participants.	☐	☐	☐	☐	

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Tâche : Faire des interventions qui favorisent l'apprentissage					
Preuves ***Durant la séance***	***Excellent***	***Bon***	***Satisfaisant***	***Insuffisant***	***Commentaires***
Présente d'un à trois points d'apprentissage clés. S'assure que les explications et les démonstrations sont claires et concises.	☐	☐	☐	☐	
Les explications sont pertinentes pour le développement des habiletés (physiques, motrices).	☐	☐	☐	☐	
Fournit de la rétroaction et des directives qui précisent les points à améliorer et la façon de les améliorer.	☐	☐	☐	☐	
Fournit des rétroactions positives et précises aussi bien au groupe qu'aux athlètes individuels.	☐	☐	☐	☐	
Reconnaît de façon constructive les efforts des athlètes.	☐	☐	☐	☐	
Donne aux athlètes la possibilité de poser des questions.	☐	☐	☐	☐	
Définit des attentes appropriées en ce qui concerne le comportement des athlètes et les renforce adéquatement. Peut établir des règles pour s'assurer que l'environnement d'entraînement est sécuritaire.	☐	☐	☐	☐	
Fait la promotion d'une image positive du sport.	☐	☐	☐	☐	
Traite les athlètes avec respect.	☐	☐	☐	☐	
Maintient une attitude positive et tient compte des besoins et des idées des athlètes.	☐	☐	☐	☐	

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Tâche : Mettre en application des protocoles et des méthodes qui contribuent au développement de qualités athlétiques propres au sport					
Preuves *Durant la séance*	***Excellent***	***Bon***	***Satisfaisant***	***Insuffisant***	***Commentaires***
Utilise des méthodes d'entraînement générales et spécifiques au sport dans le but de correctement développer ou de maintenir des qualités physiques comme : • la coordination • la flexibilité • l'équilibre • l'agilité • la force maximale • la force-endurance • la vitesse • la puissance	☐	☐	☐	☐	
Choisit et met en œuvre des protocoles d'entraînement qui visent à combler les lacunes de certains athlètes.	☐	☐	☐	☐	
Les activités de la séance correspondent aux objectifs du plan.	☐	☐	☐	☐	
Adapte les protocoles et les méthodes d'entraînement à l'âge et à l'expérience d'entraînement des athlètes.	☐	☐	☐	☐	

Tâche : Analyser la performance					
Preuves *Durant la séance*	***Excellent***	***Bon***	***Satisfaisant***	***Insuffisant***	***Commentaires***
Observe l'exécution des habiletés à partir d'un ou de plusieurs points adéquats, appropriés au sport.	☐	☐	☐	☐	
Trouve la cause des erreurs liées aux habiletés physiques (EFPF).	☐	☐	☐	☐	
Trouve la cause des erreurs liées aux habiletés motrices.	☐	☐	☐	☐	
Trouve la cause des erreurs liées aux habiletés psychologiques ou d'attention.	☐	☐	☐	☐	

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Tâche : Corriger la performance					
Preuves ***Durant la séance***	***Excellent***	***Bon***	***Satisfaisant***	***Insuffisant***	***Commentaires***
Applique correctement et régulièrement les principes biomécaniques durant l'analyse.	☐	☐	☐	☐	
Aide les athlètes à mieux saisir leurs erreurs d'exécution en posant des questions pertinentes.	☐	☐	☐	☐	
Explique comment et pourquoi l'erreur critique a une incidence sur la performance.	☐	☐	☐	☐	
Propose une activité ou un exercice qui aide l'athlète à corriger sa performance.	☐	☐	☐	☐	

C. Bilan de la séance d'entraînement entre l'évaluateur et l'entraîneur

Preuves ***Bilan après la séance***	***Excellent***	***Bon***	***Satisfaisant***	***Insuffisant***	***Commentaires***
Fournit une justification pour le choix des interventions utilisées pendant la séance.	☐	☐	☐	☐	
Explique en détail pourquoi les modifications appuient ou favorisent l'atteinte des objectifs de la séance.	☐	☐	☐	☐	
Analyse divers facteurs pouvant contribuer à l'amélioration de la performance (ex. : habiletés athlétiques, facteurs environnementaux, stratégies de récupération et de régénération, stratégies mentales, etc.).	☐	☐	☐	☐	
Explique le lien entre une erreur et l'exécution globale de l'habileté.	☐	☐	☐	☐	

L'évaluateur peut poser les questions suivantes :

- Que pensez-vous de cette séance d'entraînement?
  Qu'est-ce qui a bien fonctionné, ou mal fonctionné?
  Que devait-il se passer? Qu'est-il arrivé? Pourquoi y a-t-il eu une différence entre ce à quoi vous vous attendiez et la réalité?
- Avez-vous atteint les objectifs de votre plan?
- Pour quelles raisons pensez-vous qu'il est important que les gymnastes s'entraînent à ___?
- Pour quelles raisons avez-vous utilisé la technique ___?
- Avez-vous appris quelque chose de nouveau aujourd'hui?
- Quelle incidence aura la séance d'entraînement d'aujourd'hui sur vos futurs plans et séances d'entraînement?
- De quelle façon comptez-vous utiliser cette expérience à l'avenir?
- Que puis-je faire pour vous aider?

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

PREUVES FACULTATIVES – Preuves qui ne sont pas exigées pour atteindre la norme minimale. Celles-ci peuvent être observées durant les séances d'entraînement et permettent à l'évaluateur de fournir encore plus de rétroaction. Les entraîneurs devraient voir ces preuves comme des occasions de perfectionnement.	
Tâche d'entraînement	**Commentaires**
Communique les buts et objectifs de la séance d'entraînement aux athlètes.	
Apporte des modifications à la séance d'entraînement en se fondant sur l'analyse de la performance des athlètes.	
Donne aux athlètes la possibilité d'appliquer des solutions créatives et de faire des suggestions qui enrichissent l'environnement d'apprentissage.	
Modifie les activités de la séance d'entraînement en fonction des circonstances (p. ex., temps disponible, ressources, équipement, etc.).	
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.	
Au besoin, réduit ou accroît l'intensité des efforts, les périodes d'effort ou la durée des périodes de repos (pauses, etc.), afin de tenir compte de la condition physique ou de la fatigue des athlètes, conformément aux objectifs de la séance d'entraînement.	
Fait appel à la technologie pour recueillir des informations à propos de la performance des athlètes ou enrichir leur apprentissage.	
Identifie les styles d'apprentissage individuels (auditif, visuel, kinesthésique) et intervient de manière à optimiser l'apprentissage.	
Utilise diverses stratégies d'observation (ex. : choix de la position, vidéo, autres entraîneurs, etc.) pour évaluer les aspects les plus importants de la performance.	
Souligne les règles de compétition ou la performance nécessaires pour réussir dans le sport ou répondre aux exigences techniques.	

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Résultats de l'observation de la leçon

Pour obtenir la certification Compétition 1 (Introduction), l'entraîneur doit démontrer sa capacité à entraîner des athlètes dans le cadre d'une séance de gymnastique sécuritaire et adaptée à leur âge et à leur niveau.

Nom de l'entraîneur : **Discipline :**

<table>
<tr><th>NIVEAU</th><th>DESCRIPTION</th><th>COCHER</th><th>RÉUSSITE ou INCOMPLET</th></tr>
<tr><td>Expert</td><td>L'entraîneur démontre une vaste expertise en dirigeant des activités parfaitement adaptées, qui produisent des résultats naturellement supérieurs pour l'âge et le niveau des athlètes. (Généralement, les 40 preuves ont été cotées Excellent ou Bon.)</td><td>❑</td><td rowspan="3">RÉUSSITE

Le volet observation de l'évaluation a été réussi.</td></tr>
<tr><td>Expérimenté</td><td>L'entraîneur démontre un contrôle intuitif d'une leçon sécuritaire et adaptée à l'âge et au niveau des participants, et utilise des techniques d'enseignement avancées qui mettent l'accent sur les éléments les plus importants pour la réussite individuelle des athlètes. (Généralement, 0 résultat Insuffisant et au moins 20 résultats Bon.)</td><td>❑</td></tr>
<tr><td>Compétent</td><td>L'entraîneur met en œuvre les procédures attendues d'une leçon sécuritaire et adaptée à l'âge et au niveau des participants, et manifeste le souhait de voir les athlètes apprendre, se développer et grandir. (Généralement, plus de 30 preuves ont été cotées Satisfaisant, Bon ou Excellent.)</td><td>❑</td></tr>
<tr><td>Débutant</td><td>L'entraîneur doit approfondir ses connaissances et prendre de l'expérience pour organiser avec succès une leçon sécuritaire et adaptée à l'âge et au niveau des participants.</td><td colspan="2">INCOMPLET
❑ Il y a des problèmes liés à la sécurité pendant la leçon.
❑ Durant la leçon, l'entraîneur a des comportements nuisibles ou contraires à l'éthique.
❑ Le cours démontre que l'entraîneur n'est pas prêt à obtenir la certification (10 résultats Insuffisant ou plus).

L'évaluateur fournira des commentaires et discutera avec l'entraîneur de son plan d'action afin de l'aider à réussir.</td></tr>
</table>

Commentaires et mesures de suivi :

_____

_____

_____

Signature de l'évaluateur : Date :

Signature de l'entraîneur : Date :

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Observation de la leçon – Critères de réussite

Les critères de réussite sont un outil de référence. Vous n'avez pas à remplir ce document. Prenez toutefois le temps de le lire pour vous préparer à l'observation. Il vous indique les points qu'examinera l'évaluateur.

Soutenir les athlètes à l'entraînement

Critère 1 : Mettre en œuvre une séance d'entraînement bien structurée et organisée	
Résultat	**Preuve**
Expert	**« Expérimenté » et :** ❑ Adapte les activités de la séance afin d'accroître le niveau de difficulté ou d'optimiser les occasions d'apprentissage. ❑ Modifie les paramètres de la séance (durée, espace) ou l'environnement d'entraînement de façon à produire une réponse technique ou tactique particulière.
Expérimenté	**« Compétent » et :** ❑ Modifie les activités de la séance en cas d'imprévus. ❑ Ordonne les activités de la séance (déroulement) de façon à enrichir l'apprentissage ou à obtenir des effets d'entraînement précis. ❑ Apporte des modifications à la séance fondées sur l'analyse de la performance des athlètes. ❑ Utilise une variété de moyens pour adapter la séance en vue de favoriser l'apprentissage.
Compétent	❑ Présente un plan pour la séance. ❑ S'assure que la séance se déroule conformément aux objectifs du plan. ❑ Veille à ce que les parties clés de la séance soient bien définies et comprennent une introduction, un échauffement, une partie principale, un retour au calme et une conclusion. ❑ S'assure que l'équipement est disponible et prêt à être utilisé. ❑ Utilise l'espace et l'équipement de façon adéquate. ❑ Prévoit des pauses appropriées pour la récupération et l'hydratation. ❑ Accueille les athlètes dès leur arrivée à l'entraînement. ❑ Porte des vêtements appropriés à une pratique active de l'entraînement. ❑ S'assure que les activités contribuent au développement des habiletés ou qualités athlétiques, c.-à-d. que les exercices, activités, méthodes et charges d'entraînement correspondent à l'objectif d'entraînement fixé. ❑ Optimise le temps d'entraînement : établit un horaire clair qui maximise les périodes d'activité tout en assurant une participation active (la majorité du temps).

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Débutant	❑ N'établit pas une structure claire pour la séance : ne présente pas de plan ou en présente un mal conçu; ne précise pas l'objectif ou la priorité de la séance; ne propose pas d'échauffement, ou propose des activités d'échauffement inappropriées; le déroulement de la séance ne correspond pas au plan établi. ❑ Ne s'assure pas que l'équipement est disponible et prêt à être utilisé, ou ne corrige pas les modifications apportées à la configuration originale. ❑ Ne prévoit pas suffisamment de pauses selon les activités. ❑ Ne porte pas de vêtements appropriés à une pratique active de l'entraînement. ❑ La durée des activités est inappropriée (ex. : elles sont si brèves que les participants n'ont pas le temps d'apprendre ou de s'exercer; elles sont si longues que les participants se fatiguent et perdent leur motivation; le temps d'attente excède celui de participation).

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Critère 2 : Faire des interventions qui favorisent l'apprentissage	
Résultat	**Preuve**
Expert	**« Expérimenté » et :** ❑ Varie les stratégies d'intervention en vue d'atteindre des objectifs d'apprentissage qui s'appliquent autant à l'entraînement qu'à la compétition. ❑ Renforce la performance au moyen d'interventions suscitant la réflexion (ex. : rétroaction, interrogation, démonstration), pour faire ressortir les principaux facteurs d'une exécution réussie. ❑ S'assure que les interventions sont adaptées à la personne et lui permettent de mieux s'approprier certains facteurs de performance et objectifs d'apprentissage (ex. : rétroaction différée ou sommative, interrogation, focalisation de l'attention externe, modélisation, aide pédagogique).
Expérimenté	**« Compétent » et :** ❑ Donne de la rétroaction pour favoriser la réflexion critique. ❑ Effectue des interventions qui sont évaluatives, prescriptives et descriptives. ❑ Intègre à son programme et enseigne les fondements de la prise de décisions (met l'accent sur l'autonomie de pensée et la résolution de problèmes; pose des questions qui favorisent la réflexion critique; intervient de manière à illustrer quand prendre une décision pour améliorer l'exécution d'une habileté). ❑ Intègre à la séance des stratégies de préparation mentale. ❑ Identifie les styles d'apprentissage individuels (auditif, visuel, kinesthésique) et intervient de manière à optimiser l'apprentissage. Exemples : rétroaction verbale (auditif); démonstration ou modélisation (visuel); faire ou ressentir (kinesthésique).
Compétent	❑ Explique clairement aux participants les principaux objectifs d'apprentissage ou facteurs de performance (rétroactions/directives) avant l'activité. ❑ Crée des occasions pour interagir avec tous les athlètes. ❑ Effectue les démonstrations en se plaçant de manière à être vu et entendu des athlètes. ❑ Présente d'un à trois points d'apprentissage clés durant une explication ou une démonstration. ❑ S'assure que les points d'apprentissage clés correspondent au modèle de développement des habiletés du sport. ❑ Reconnaît de façon constructive les efforts des participants et corrige leur performance. ❑ Fournit de la rétroaction et des directives qui précisent les points à améliorer et la façon de les améliorer. ❑ Donne de la rétroaction positive, précise et dirigée, à la fois au groupe et aux individus. ❑ Définit des attentes appropriées en ce qui concerne le comportement des athlètes et les renforce adéquatement. ❑ Fait la promotion d'une image positive du sport et incarne cette image auprès des athlètes et des autres intervenants.

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

	❑ Utilise un langage respectueux avec les athlètes durant les interventions verbales. Un langage respectueux n'est pas discriminatoire et ne comporte ni juron ni insulte. ❑ Maintient une attitude positive et tient compte des besoins et des idées des athlètes. ❑ Donne des explications claires et concises et permet aux athlètes de poser des questions. ❑ Illustre par des démonstrations la performance à atteindre.
Débutant	❑ Ne précise pas les points d'apprentissage clés dans son explication. ❑ Les participants ne sont pas en mesure de voir ou d'entendre les démonstrations (ou l'entraîneur ne capte pas leur attention). ❑ Intervient peu pour clarifier les points d'apprentissage clés. ❑ Fournit de la rétroaction qui identifie ce qui doit être amélioré, sans préciser comment le faire. ❑ Fournit de la rétroaction qui met l'accent sur des messages de motivation plutôt que sur des corrections spécifiques (ex. : usage fréquent d'encouragements). ❑ N'utilise pas un langage respectueux.

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Critère 3 : Mettre en application des protocoles et des méthodes qui contribuent au développement de qualités athlétiques propres au sport	
Résultat	**Preuve**
Expert	**« Expérimenté » et :** ❑ Élabore des protocoles d'entraînement généraux ou propres au sport inédits et novateurs qui sont conformes aux principes scientifiques. ❑ Agit comme mentor auprès d'autres entraîneurs pour assurer une mise en œuvre efficace des méthodes d'entraînement. ❑ Les méthodes et les protocoles employés pour développer ou maintenir les qualités athlétiques pourraient être utilisés comme modèles par d'autres entraîneurs. ❑ Recourt à des protocoles et à des méthodes d'entraînement inédits et novateurs qui sont conformes aux données scientifiques actuelles et aux observations propres au sport (niveau élite). ❑ Collabore avec des spécialistes (physiothérapeutes, médecins, soigneurs) à l'établissement de stratégies de conditionnement physique individualisées en vue d'améliorer l'entraînement des habiletés.
Expérimenté	**« Compétent » et :** ❑ Choisit et met en œuvre des protocoles d'entraînement qui visent à combler les lacunes individuelles. ❑ Adapte les paramètres de charge de manière à tenir compte de variables individuelles comme les antécédents en matière d'entraînement, les blessures antérieures, etc. ❑ Applique les protocoles et les méthodes d'entraînement de façon à développer ou à maintenir toutes les qualités athlétiques pertinentes au sport gymnique.
Compétent	❑ Met en œuvre des protocoles et des méthodes d'entraînement généraux et propres au sport dans le but de correctement développer ou maintenir les qualités physiques : coordination, flexibilité, équilibre, agilité, force maximale, force-endurance, force-vitesse, vitesse. ❑ Adapte les protocoles et les méthodes d'entraînement à l'âge et à l'expérience d'entraînement des athlètes. ❑ Adapte les protocoles et les méthodes d'entraînement à la période du plan annuel ou saisonnier.
Débutant	❑ Utilise un nombre limité de méthodes qui contribuent efficacement au développement des qualités physiques et motrices pertinentes au sport. ❑ Utilise des protocoles et des méthodes d'entraînement inadéquats compte tenu de l'âge ou de l'expérience des athlètes. ❑ Utilise des protocoles et des méthodes d'entraînement inadéquats ou peu adaptés au sport compte tenu de la période du plan annuel. ❑ Ne crée pas des conditions qui permettent l'entraînement des qualités athlétiques pertinentes au sport durant la séance. ❑ Ne recourt pas à des méthodes qui contribuent efficacement au développement des qualités physiques et motrices (ou ces méthodes entrent en conflit avec la théorie du contexte Compétition-Introduction).

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Analyser la performance

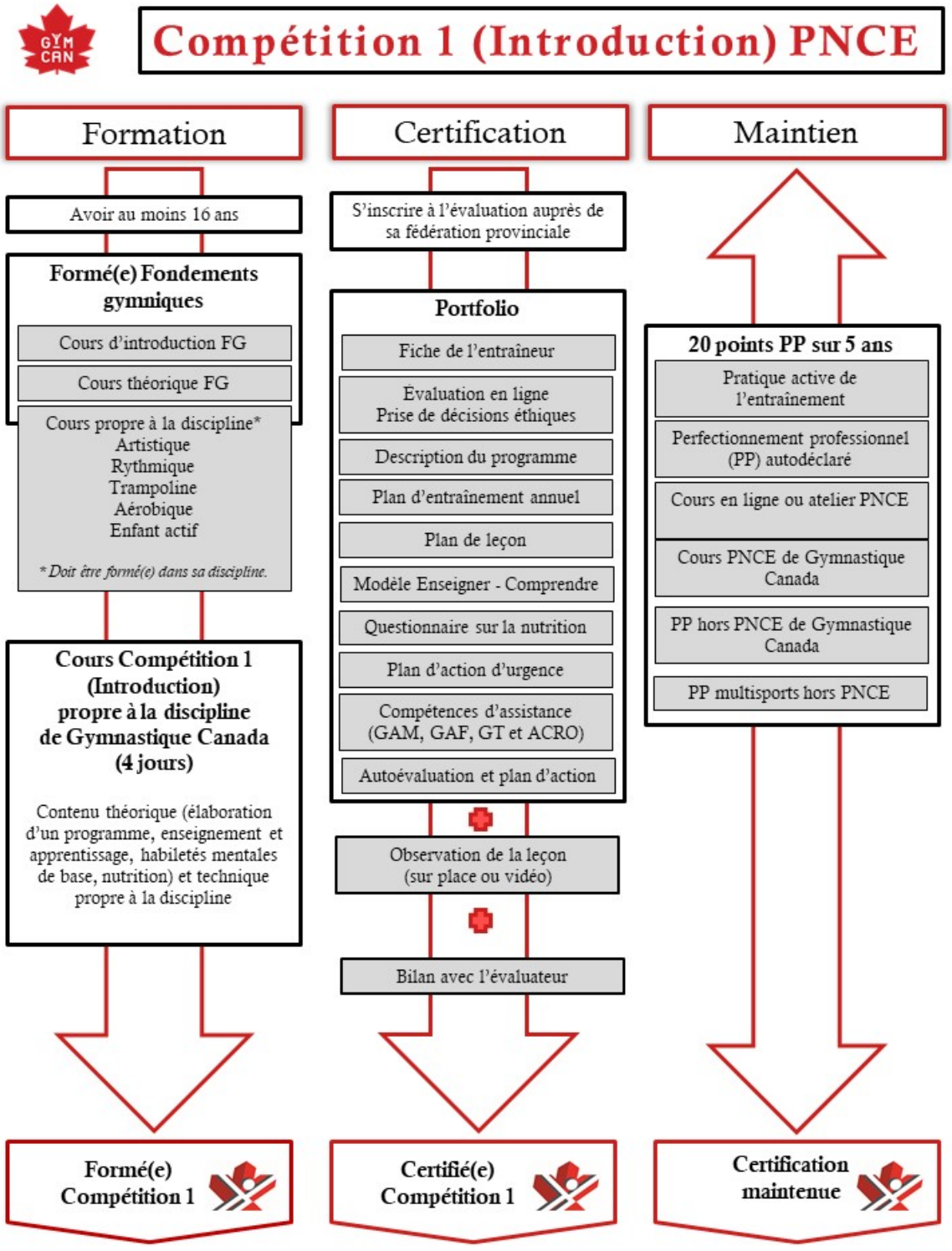
Critère 1 : Analyser la performance	
Résultat	**Preuve**
Expert	**« Expérimenté » et :** ❑ Varie les méthodes d'enseignement selon le style d'apprentissage (auditif, visuel, kinesthésique). ❑ Donne des preuves précises afin de renforcer certains points d'apprentissage (ex. : notation, analyses biomécaniques). ❑ Analyse divers facteurs pouvant contribuer à l'amélioration de la performance. ❑ Encourage les athlètes à reconnaître les principaux facteurs de performance et à comprendre comment et pourquoi les erreurs ont une incidence sur l'ensemble de la performance. ❑ Utilise des règles et des stratégies propres à la compétition pour renforcer des points d'apprentissage.
Expérimenté	**« Compétent » et :** ❑ Démontre des connaissances permettant de faire le lien entre le développement de l'habileté choisie et le développement ultérieur d'habiletés plus complexes. ❑ Explique comment et pourquoi l'erreur critique a une incidence sur la performance. ❑ Explique pourquoi certaines habiletés nécessitent des améliorations. ❑ Utilise diverses stratégies d'observation (ex. : choix de la position, vidéo, autres entraîneurs, etc.) pour évaluer les aspects les plus importants de la performance. ❑ Aide les athlètes à mieux saisir leurs erreurs d'exécution en posant des questions pertinentes.
Compétent	❑ Connaît la terminologie du sport. ❑ Le niveau de difficulté de la tâche choisie est adapté aux capacités de l'athlète. ❑ Établit une progression physique, motrice et technique des éléments d'entraînement pour favoriser le développement des habiletés. ❑ Identifie les facteurs qui ont une incidence directe sur la performance ou le perfectionnement des habiletés.
Débutant	❑ A une compréhension vague de la préparation physique requise pour le développement des habiletés. ❑ Choisit des activités qui n'ont pas une incidence optimale sur la performance. Devrait choisir de meilleures options. ❑ Ne maîtrise pas suffisamment la terminologie du sport et les protocoles d'entraînement.

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Critère 2 : Corriger la performance	
Résultat	**Preuve**
Expert	**« Expérimenté » et :** ❑ Fait participer les athlètes au processus de réflexion critique, notamment en posant des questions ouvertes comme : « Qu'avez-vous fait? »; « Que devriez-vous faire? »; « Qu'allez-vous faire pour obtenir de meilleurs résultats? »; « Comment pourriez-vous produire plus de force lors du lâcher? » ❑ Indique pourquoi la correction aura un effet favorable sur la performance et précise régulièrement comment améliorer la performance.
Expérimenté	**« Compétent » et :** ❑ S'assure que chaque athlète exploite adéquatement ses capacités motrices durant la tâche ou l'activité. ❑ Choisit des tâches correctives qui mettent suffisamment à l'épreuve les capacités de l'athlète. ❑ Propose des corrections qui dirigent l'attention des athlètes vers le type de signal le plus approprié (interne ou externe). ❑ Aide les athlètes à mieux saisir les corrections de base en posant des questions fermées (ex. : « Si tu te déplaces dans cette direction, auras-tu plus ou moins de __? »; « Si tu places ton bras dans cette position, auras-tu une plus grande force ou poussée? »).
Compétent	❑ Cible des corrections précises en se fondant sur l'observation des phases du mouvement et en suivant le modèle de développement du sport (physique, moteur, technique). ❑ Apporte des corrections prescriptives (c.-à-d. qui mettent l'accent sur ce qui doit être fait pour produire une amélioration et non uniquement sur ce qui doit être amélioré). ❑ Explique le lien entre la correction et l'amélioration de la performance. ❑ Explique pourquoi la correction contribue à améliorer la performance. ❑ Aide les athlètes à mieux saisir les corrections en posant des questions pertinentes. ❑ Propose une activité ou un exercice qui aide l'athlète à corriger sa performance.
Débutant	❑ Propose des corrections vagues plutôt que des indications précises pour améliorer la performance : « Sois plus concentré »; « Travaille plus fort ». ❑ Corrige les athlètes en relevant ce qu'ils ont fait au lieu de formuler des stratégies de correction pour améliorer la performance.

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.

Cheminement de certification
Compétition 1



Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2018.