2025

PNCE
Compétition 2
(Introduction avancée)

GAM/GAF

ÉVALUATION
Critères de réussite

Guide pour devenir entraîneur certifié Compétition 2

National Coaching Certification Program

GYM CAN

Remerciements

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

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

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

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



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

Processus d'évaluation – Compétition 2*

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

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

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

3. Effectuer une rencontre préliminaire avec l'évaluateur.

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

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

**** Les détails du processus varient d'une province à l'autre. Communiquez avec votre OPTS***

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

ÉTAPE 1 : Portfolio

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

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

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

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

Liste de vérification du contenu du portfolio

1. Renseignements sur l'entraîneur
   - Profil et philosophie de l'entraîneur

2. Renseignements sur le programme
   - Description et objectifs
   - Outil de communication
   - Manuel du club

3. Planification du programme
   - Plan d'entraînement annuel détaillé
   - Plans d'entraînement hebdomadaires (trois, un pour chaque période)
   - Plans de leçon (trois, un pour chaque semaine)
   - Calendrier d'entraînement et de compétition
   - Plan d'action d'urgence

4. Inventaire des habiletés actuelles et prévues de l'athlète
   - Inventaire des habiletés actuelles et prévues (pour chaque engin, deux athlètes)

5. Modèle de développement de l'habileté

6. Évaluation des compétences d'assistance

7. Autoévaluation et plan d'action

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Planification du programme

Résultats attendus
Un entraîneur de niveau Compétition 2 doit pouvoir :

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

Plan d'entraînement annuel

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

Plans d'entraînement hebdomadaires

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

Plans de leçon quotidiens

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

Soyez prêt à répondre aux questions suivantes :

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

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Inventaire des habiletés actuelles et prévues de l'athlète

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

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

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

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

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

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

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

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Modèle de développement de l'habileté

Un entraîneur de niveau Compétition 2 doit pouvoir :

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

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

ÉTAPE 1 : IDENTIFICATION DE L'HABILETÉ
Indiquez l'habileté choisie et décrivez-la en précisant notamment : les schémas fondamentaux de mouvement, les muscles et les mouvements anatomiques concernés, le code de pointage en compétition ou les règles de programme qui décrivent l'habileté (groupe d'éléments ou exigences satisfaites). Vous devez également préciser la différence entre une habileté maîtrisée et non maîtrisée.

ÉTAPE 2 : DESCRIPTION DE L'ATHLÈTE
Chaque athlète présente des qualités physiques, motrices et mentales qui peuvent faciliter l'acquisition d'habiletés (ou des faiblesses qui peuvent lui nuire). Dans cette section, décrivez les qualités de l'athlète pertinentes pour l'acquisition de l'habileté visée, tant sur le plan physique (endurance, force, puissance et flexibilité, ou EFPF) que moteur (agilité, équilibre, coordination et orientation spatiale) et mental (motivation, peur, attention, concentration, compréhension, etc.). Les caractéristiques personnelles de l'athlète guideront vos décisions aux étapes 3, 4 et 5.

ÉTAPE 3 : PRÉPARATION PHYSIQUE
Précisez les mouvements corporels (anatomiques) qui composent l'habileté (extension du tronc, flexion des hanches, etc.). Indiquez le type de qualités physiques que vous entendez cibler (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 4 : PRÉPARATION MOTRICE
Expliquez comment vous enseignerez la bonne technique et la bonne méthode d'exécution à l'athlète. Indiquez les progressions, les exercices, les schémas de mouvement et les notions artistiques.

ÉTAPE 5 : PERFECTION TECHNIQUE
Nommez les principales causes d'erreurs et indiquez les interventions qui pourraient être requises. Si nécessaire, indiquez la correction 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, 2025

GAM/GAF Formulaire d'évaluation – Compétences d'assistance

Entraîneur :_____ **Évaluateur :** _____

- Prévoyez un moment pour l'évaluation de vos compétences d'assistance. Demandez à l'entraîneur-chef de votre club ou à un coentraîneur ayant au minimum le statut Certifié Compétition 2 (ou niveau 3 du PNCE) de vous évaluer et de remplir le présent formulaire.
- **Choisissez 10 habiletés dans la liste ci-dessous.**
- Joignez le présent formulaire dûment rempli à votre portfolio.

* *REMARQUE : Si vous n'avez pas accès à un observateur compétent, vous pouvez soumettre votre portfolio et demander à votre évaluateur, lors de la rencontre préliminaire, de remplir le formulaire.*

Tâche de l'observateur

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

TUMBLING
- ❑ Série de rondades, flics
- ❑ Rondade, flic, salto arrière
- ❑ Salto arrière chronométré à double arrière (phase de départ)
- ❑ Flic avant à salto avant

SAUT
- ❑ Saut de mains avant chronométré (assistance à l'avant)
- ❑ Tsukahara chronométré (assistance à l'avant ou sur le côté) ou deuxième envol
- ❑ Yurchenko chronométré (assistance à l'avant ou sur le côté)

BARRES
- ❑ Soleil, toutes barres (sans sangles)
- ❑ Lune, toutes barres (sans sangles)
- ❑ Sortie salto arrière
- ❑ Sortie salto avant
- ❑ Demi-tour à partir d'un grand tour
- ❑ Pirouette avant à partir d'un grand tour
- ❑ Série de Stalder (sangles ou barre)
- ❑ Série de Endo (sangles ou barre)

GAF – BARRES ASYMÉTRIQUES
- ❑ Long balancer, lâcher au demi-tour à l'ATR sur le tapis
- ❑ Série de petits bonhommes tour arrière (ATR non obligatoire)
- ❑ Série de bascules, prise d'élan à l'ATR

GAF – POUTRE
- ❑ Série de renversements arrière
- ❑ Renversement arrière, sortie en salto tendu sur une ligne ou une poutre basse

GAM – ANNEAUX
- ❑ Long balancer, dislocation au-dessus du niveau des anneaux (avec ou sans sangles)
- ❑ Long balancer, inlocation avant au-dessus du niveau des anneaux (avec ou sans sangles)
- ❑ Séquence d'entraînement en force (minimum de sept habiletés différentes)

GAM – BARRES PARALLÈLES
- ❑ Long balancer, avec grand tour ou appui Moy
- ❑ Série de Diamadov (caisses ou barres basses)
- ❑ Sortie salto arrière

Position de l'entraîneur
- *Est-il stable?*
- *Par rapport à l'athlète*
- *Par rapport à l'engin*
- *Déplacements avec l'athlète*

Actions de l'entraîneur
- *Explique-t-il à l'athlète ce qu'il doit faire?*
- *Se déplace-t-il de façon à aider l'athlète lors des phases les plus importantes?*
- *Suit-il l'athlète de façon adéquate?*

Installations/équipement
- *Sont-ils sécuritaires?*
- *Sont-ils stables?*
- *Réduisent-ils les risques au minimum?*

Résultats
- ☐ *Évaluation réussie*
  ou
- ☐ *Réévaluation requise durant l'observation de la leçon*

Rétroaction

Signature de l'observateur : _____ Date : _____

N° PNCE : _____

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

STR FORMULAIRE D'ÉVALUATION - Assistance manuelle

Entraîneur:_____ **Évaluateur :** _____

- Prévoyez un moment pour l'évaluation de vos compétences d'assistance manuelle. Demandez au superviseur ou à l'entraîneur-chef de votre club ou à un co-entraîneur ayant reçu au minimum la certification Compétition 2 (Introduction avancée) (ou PNCE niveau 3 certifié) de vous évaluer et de remplir le présent formulaire.
- **Tous les mouvements ci-dessous doivent être présentés.**
- Joignez le présent formulaire dûment rempli à votre portfolio.

**REMARQUE : Si vous n'avez pas accès à un observateur compétent, vous pouvez soumettre votre portfolio et demander par la suite à votre évaluateur de remplir le présent formulaire durant l'observation de la leçon.*

Tâches de l'entraîneur-chef/superviseur/co-entraîneur

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

Trampoline : ❑ Cody (assistance manuelle indirecte) **Trampoline ou double mini-trampoline :** ❑ Barani out (attraper à la réception) **Appareil au choix (trampoline, double mini-trampoline ou tumbling) :** ❑ Double salto arrière groupé ou carpé	**Pour chaque mouvement…**	
	Position de l'entraîneur - *Est-elle stable, avec une base d'appui large?* - *Est-elle assez rapprochée de l'athlète pour être efficace?* - *Est-elle centrée par rapport à l'athlète (prêt à lui porter assistance en cas de sur ou sous rotation)?* - *Est-elle appropriée relativement au placement des mains (levier et confort pour l'athlète)?*	**Commentaires**
	Comportement de l'entraîneur : - *Explique-t-il à quoi l'athlète doit s'attendre quant à l'assistance manuelle?* - *Communique-t-il de façon claire et, si nécessaire, fait-il un décompte (1, 2, exécution à 3)?* - *Sur le trampoline, son rebond est-il synchronisé avec celui de l'athlète? Reste-t-il sur le trampoline lorsqu'il fournit une assistance manuelle?* - *L'assistance est-elle faite de façon à aider l'athlète lors des phases les plus importantes?*	**Commentaires**
	L'environnement et l'équipement : - *Sont-ils sécuritaires?* - *Sont-ils stables?* - *Réduisent-ils les risques au minimum?*	**Commentaires**

Résultats	**Rétroaction**
☐ *Évaluation réussie* **ou** ☐ *Réévaluation requise durant l'observation de la séance d'entraînement*	

Signature de l'évaluateur :_____ Date : _____

N° de PNCE :_____

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Critères de réussite du portfolio

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

Résultat attendu 1 : Planification de programme

Critère 1 : Définir un programme selon les occasions 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. ❑ Présente un inventaire détaillé des habiletés de deux athlètes (comprenant l'analyse de leurs habiletés physiques, motrices [techniques] et psychologiques, de même que des objectifs). ❑ Utilise des indicateurs objectifs pour suivre et évaluer la performance selon les buts individuels ou collectifs fixés (résultats aux compétitions, tests de condition physique, présences, journal d'entraînement, volumes/charges d'entraînement, etc.).
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	**Sur le plan d'entraînement annuel :** ❑ **Indique les principaux buts et objectifs (peut se trouver dans la description du programme).** ❑ **Indique les renseignements de base sur les athlètes (âge, stade d'évolution dans le sport, différences sur les plans de la croissance et du développement).** ❑ **Présente le calendrier des principales épreuves et compétitions et indique combien il y en a au programme.** ❑ **Détermine la durée de chaque période (préparation, compétition et transition).** ❑ **Détermine pour chaque période (préparation, compétition et transition) la fréquence des séances d'entraînement (jours de la semaine), leur durée et leur nombre total.** **Inventaire des habiletés actuelles et prévues** ❑ **Présente un inventaire des habiletés actuelles et prévues qui cadre avec le niveau et le stade de l'athlète.**
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 :

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

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Critère 2 : Structurer un programme en vue de promouvoir le développement de l'athlète	
Résultat	**Preuve**
Surpasse les attentes	« Répond aux attentes » et : ❑ Précise l'importance des facteurs d'entraînement (physiques, moteurs et artistiques) pour chaque période (ex. : au moyen d'une ligne pondérée, d'une couleur ou d'un pourcentage). ❑ Fait en sorte que le calendrier de compétition et le volume d'entraînement favorisent le développement à long terme de l'athlète. ❑ Prévoit suffisamment d'occasions de récupération et d'apprentissage ou de développement entre les compétitions importantes (affûtage, récupération, aspects liés à la croissance). ❑ Base le calcul du rapport entraînement-compétition sur les normes du DLTA en gymnastique (http://gymcan.org/fr/ressources/dlta).
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	**Sur le plan d'entraînement annuel :** ❑ **Déploie des stratégies qui amélioreront les qualités physiques. (Elles peuvent transparaître ailleurs que dans le plan annuel, par exemple dans une directive ou un plan détaillé.)** ❑ **Déploie des stratégies qui amélioreront les qualités motrices et techniques (tient compte de la densité de l'entraînement et combine en temps opportun les habiletés, les demi-routines et les routines).** ❑ **Déploie des stratégies qui amélioreront les qualités psychologiques.** ❑ **Propose un rapport entraînement-compétition approprié dans la description du programme.**
À améliorer	❑ N'établit pas les rapports entraînement-compétition. ❑ Les stratégies déployées ne permettent pas d'améliorer de façon efficace les qualités physiques, motrices ou psychologiques.

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Critère 3 : Élaborer les plans des séances d'entraînement en tenant compte des priorités saisonnières	
Résultat	**Preuve**
Surpasse les attentes	« Répond aux attentes » et : ❑ Planifie l'année de façon cohérente, en établissant des objectifs hebdomadaires, en appliquant au quotidien les grands principes d'entraînement et en tenant compte des facteurs clés, le tout pouvant servir de modèle à d'autres entraîneurs d'athlètes de la même discipline, du même niveau et du même âge. ❑ Ajuste les différents outils à la réalité particulière du programme et justifie les changements apportés, tout en restant fidèle aux grands principes de développement (DLTA, principes de développement, de croissance et d'entraînement des qualités athlétiques, stades d'habiletés).
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	❑ **Conçoit trois plans hebdomadaires distincts, un par période de la saison, qui en font ressortir les objectifs (développement, consolidation, maintien).** o Détermine, pour chaque plan hebdomadaire, le nombre de séances d'entraînement et leur durée totale. o Présente des objectifs qui sont cohérents avec le plan annuel pour le début, le milieu et la fin de la saison. o Adapte de manière appropriée, pour chaque période, le temps alloué à l'entraînement physique, moteur et psychologique. ❑ **Conçoit trois plans de séance d'entraînement distincts, un par période de trois semaines, qui en font ressortir les objectifs.** o Établit la durée de la séance et de chacune de ses parties (échauffement, engin, préparation physique, retour au calme, etc.) conformément au plan hebdomadaire. o Choisit les activités en fonction de l'âge des athlètes, de leur niveau et de la période de la saison. o Prévoit des conditions d'entraînement favorables au développement des qualités de l'athlète, compte tenu de la période de la saison (volume, intensité, densité). Répond à la question « Comment l'athlète devrait-il s'entraîner? » Autrement dit, devrait-il s'entraîner seul, en groupe ou en équipe? Doit-il être supervisé directement par l'entraîneur ou peut-il s'entraîner de façon autonome? Doit-il faire de la préparation psychologique (simulations, déroulement des compétitions)? o Décrit les activités planifiées au moyen d'illustrations, de diagrammes et d'explications. o Énumère des facteurs ou des points d'enseignement clé (mots clés, rappels). Ils peuvent être spécifiques à un athlète. o Énumère, le cas échéant, des facteurs de risque. Ils peuvent être spécifiques à un athlète. o S'assure que les activités contribuent au développement d'une ou de plusieurs habiletés selon le stade approprié (acquisition, consolidation, perfectionnement).
À améliorer	❑ Ne présente pas d'aperçu ou de plan d'entraînement pour chaque semaine. ❑ Ne priorise pas correctement les qualités athlétiques lors d'une semaine donnée de la période précompétition du plan annuel. ❑ Ne priorise pas correctement les qualités techniques et les stratégies de compétition lors d'une semaine donnée de la période de compétition du plan annuel. ❑ Les plans de séance n'intègrent pas efficacement les priorités hebdomadaires ou annuelles.

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Résultat attendu 2 : Gestion de programme

Critère : Gérer les aspects administratifs du programme et superviser la logistique	
Résultat	**Preuve**
Surpasse les attentes	« Répond aux attentes » et : ❑ Démontre la capacité de travailler avec d'autres entraîneurs (adjoints) en faisant preuve d'un leadership exemplaire. • Dans ce contexte, le leadership renvoie à la capacité d'inciter les autres à adopter une même vision pour l'amélioration d'une situation ou l'atteinte d'un résultat, et à y contribuer en équipe. • Le leadership se dénote, entre autres, dans le fait de collaborer avec les autres, de reconnaître leurs idées, leurs suggestions, leurs efforts et les buts atteints, d'agir comme modèle, d'entretenir une vision positive de l'avenir et de pratiquer l'écoute active. ❑ Délègue des tâches de manière appropriée à d'autres entraîneurs (adjoints) et valorise leurs idées et leur contribution au programme. ❑ S'assure que les athlètes et leurs parents ont accès aux procédures de dépistage de talents et de sélection.
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	❑ **Présente un outil de communication qui décrit la philosophie et les objectifs du programme.** • **Exemples : lettre aux athlètes ou aux parents, courriels, infolettres, pages Web.** ❑ **Fournit un calendrier des compétitions et des séances d'entraînement.** ❑ **Énonce les attentes en matière de comportement et d'engagement et prévoit des conséquences appropriées (les attentes peuvent être définies dans un code de l'esprit sportif, ou établies conjointement par l'entraîneur et l'athlète).**
À améliorer	❑ N'utilise pas d'outil de communication ou autres moyens de faire connaître la philosophie et les objectifs du programme. ❑ Ne fournit pas un calendrier des compétitions et des séances d'entraînement. ❑ N'énonce pas d'attentes en matière de comportement et d'engagement, ou ne prévoit pas de conséquences appropriées.

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Résultat attendu 3 : Analyse de la performance

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 de préparation mentale et les stratégies de compétition pour répondre aux besoins individuels.
Répond aux attentes – Normes minimales du PNCE	❑ **Connaît la terminologie du sport.** ❑ **Établit une progression physique, motrice et technique appropriée des éléments d'entraînement pour favoriser le développement des habiletés.** ❑ **Choisit une progression ou des activités qui sont cohérentes avec les besoins de l'athlète.** ❑ **Démontre, par son souci de perfection technique, une connaissance des facteurs qui ont une incidence directe sur la performance.** ❑ **Le perfectionnement technique inclut la détection des erreurs courantes et la rétroaction visant l'exécution optimale (surtout en compétition).**
À améliorer	❑ A une compréhension vague de la préparation physique et motrice nécessaire au 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.

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Formulaire d'évaluation – Portfolio

À remplir par l'évaluateur

Nom de l'entraîneur :	
N° de PNCE :	
Discipline :	
Nom de l'évaluateur :	
N° de PNCE de l'évaluateur	
Courriel :	

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

<table>
<tr><td rowspan="2">Résultat attendu 1</td><td colspan="2">Planification d'un programme sportif
Passer en revue les sections appropriées du portfolio pour évaluer la réussite de ce résultat.
○ Description du programme
○ Inventaire des habiletés actuelles et prévues (deux athlètes)
○ Plan d'entraînement annuel
○ Plan d'entraînement hebdomadaire (trois semaines)
○ Plan de leçon (trois séances)</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 2</td><td colspan="2">Gestion d'un programme sportif
Passer en revue les sections appropriées du portfolio pour évaluer la réussite de ce résultat.
○ Profil et philosophie de l'entraîneur
○ Outil de communication
○ Manuel du club</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, 2025

<table>
<tr><td>Résultat attendu 3</td><td colspan="2">Analyse de la performance
Passer en revue les sections appropriées du portfolio pour évaluer la réussite de ce résultat.
○ Modèle de développement de l'habileté

Évaluation obtenue
❑ Surpasse les attentes
❑ Répond aux attentes
❑ À améliorer

Commentaires</td></tr>
<tr><td>Résultat attendu 4</td><td>Soutien aux athlètes à l'entraînement

❑ Compétences d'assistance</td><td>Formulaire à faire remplir par un entraîneur-chef, un superviseur ou un coentraîneur</td></tr>
<tr><td>Résultat attendu 5</td><td colspan="2">Prise de décisions éthiques
❑ Réussite du module de formation en ligne Prise de décisions éthiques PNCE</td></tr>
</table>

Résultats de l'évaluation et plan d'action

Étapes suivantes du processus de certification :

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

Rétroaction :

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Signature de l'évaluateur : Date :

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

ÉTAPE 2 : Présentation des habiletés

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

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Rencontre préliminaire – Modèle de liste de vérification – À remplir par l'évaluateur

Nom de l'entraîneur :	
Nom de l'évaluateur :	

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

Durant la rencontre préliminaire, l'évaluateur doit :

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

L'évaluateur peut poser les questions suivantes :

- Quels sont vos objectifs pour cet athlète?
- Comment avez-vous établi ces objectifs (ex. : avec l'athlète)?
- Quel type de rétroaction donnez-vous à vos athlètes et à quelle fréquence pour suivre et mesurer leur progression?
- À quel moment de l'année avez-vous priorisé l'entraînement des habiletés physiques, techniques ou tactiques sollicitées?
- Comment avez-vous suivi l'évolution des qualités physiques de l'athlète?
- Comment avez-vous développé les habiletés techniques ou tactiques de l'athlète et suivi leur évolution?
- En quoi cette habileté répond-elle aux exigences de compétition actuelles ou futures de l'athlète?
- Comment avez-vous planifié le développement de cette habileté dans votre plan d'entraînement annuel?
- Referiez-vous la même chose?
- Avez-vous modifié votre plan au cours de l'année? Comment et pourquoi l'avez-vous modifié?
- Avez-vous eu besoin d'adapter votre plan en raison d'une blessure? Si oui, comment?
- Quels éléments prenez-vous en considération afin de prévenir les blessures (aiguës ou de surmenage)?
- Comment votre gymnaste a-t-il performé en compétition?
- Comment évalueriez-vous votre performance d'entraînement?

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

- Quels points devriez-vous améliorer? Comment comptez-vous vous améliorer?

Aperçu de la présentation des habiletés

- Produisez une vidéo montrant comment vous avez appliqué le modèle de développement d'une habileté chez un athlète pour chaque engin de compétition. Précisez tous les aspects de la préparation physique, motrice et technique nécessaire. Ajoutez une démonstration d'assistance manuelle lors de la progression ou de l'exécution de l'habileté.

- Suivez le progrès de l'athlète au fil des activités de développement. La vidéo devrait se terminer par l'exécution de l'habileté en contexte de compétition. Cette tâche exige plusieurs mois de suivi. Commencez dès le début de la saison à filmer le progrès de l'athlète.

- Communiquez avec votre OPTS pour signifier votre intention de soumettre une présentation vidéo et connaître les frais applicables.
  OU pour connaître la date du prochain atelier et vous y inscrire.
- Passez en revue les critères d'évaluation, regroupés en trois catégories :
  - Description de l'athlète – Âge, sexe, niveau, expérience dans le sport (années), horaire d'entraînement, plan et objectifs de la saison, objectifs à court et à long terme, engagement, motivation, degré d'attention et de concentration, gestion du stress, coopération, nutrition et état de santé général.
  - Description de l'habileté – Nom, description et démonstration par une personne ayant une maîtrise parfaite de l'habileté.
  - Description de la méthode de suivi – Quels tests en gymnase ou en laboratoire avez-vous effectués pour évaluer les qualités de l'athlète? À quel moment de la saison les avez-vous effectués? Comment avez-vous évalué l'athlète? À quelle fréquence le faites-vous? Avez-vous ajusté l'horaire d'entraînement hebdomadaire ou mensuel selon la performance de l'athlète? Avez-vous revu les objectifs à la lumière de ces résultats?

- Préparez une présentation de 5 à 10 minutes par habileté choisie. Chaque présentation doit décrire d'abord l'athlète (le contexte d'entraînement), et ensuite le contenu de la vidéo.
  Préparez un maximum de quatre présentations (durée totale de 40 minutes). L'évaluateur répartira les engins le jour de l'atelier.

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

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Lignes directrices de la présentation

- L'entraîneur devra présenter sa vidéo et son analyse au moyen. Les entraîneurs peuvent créer une présentation visuelle avec des programmes qu'ils connaissent bien. La maîtrise des différentes technologies ne sera pas évaluée, mais la capacité d'expliquer ce que l'entraîneur a fait et quel impact il a eu sur l'athlète le sera.

Responsabilités de l'évaluateur

- Même si votre travail consiste à évaluer l'entraîneur, ce processus vise à lui offrir une expérience d'apprentissage positive. Vous êtes aussi son mentor : vous contribuez à son développement en l'interrogeant et en lui fournissant une rétroaction pertinente.

- Les outils d'évaluation sont conçus pour permettre une rétroaction objective claire. Chaque formulaire prévoit un espace pour noter des commentaires subjectifs; servez-vous-en pour souligner les forces de l'entraîneur et encourager les comportements positifs, de même que pour expliquer en quoi certains comportements observés sont inadéquats. Dans ces cas, vos commentaires doivent être constructifs et orienter l'entraîneur de façon claire (ex. : s'exercer davantage, échanger avec des entraîneurs plus expérimentés, revoir la documentation du cours, etc.). Il est essentiel que l'entraîneur ressorte de l'évaluation, quel qu'en soit le résultat, avec le sentiment d'avoir appris quelque chose.

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Responsabilités de l'entraîneur

GAM/GAF : Choisissez pour chaque engin une habileté (vue lors de la formation). Commencez à appliquer le contenu Compétition 2 à l'entraînement. **STR :** Choisissez 4 mouvements parmi la liste ci-dessous. Un des mouvements doit être un mouvement de trampoline, un des mouvements doit être un mouvement de tumbling et un mouvement doit inclure des notes supplémentaires sur les spécificités de l'enseignement au double mini-trampoline.

GAM/GAF Saut :	• Saut de mains, vrille • Tsukahara ou kasamatsu groupé ou carpé • Yurchenko groupé, carpé ou tendu • Renversement salto avant
GAM/GAF Tumbling :	• Série de rondades, flics, saltos • Toute vrille complète avant ou arrière • Double salto avant ou arrière
GAF – Barres asymétriques :	• Tour d'appui libre à l'ATR • Lune ou soleil • Sortie salto • Transfert de la barre supérieure à la barre inférieure • Transfert de la barre inférieure à la barre supérieure
GAF – Poutre :	• Salto arrière • Série de renversements arrière • Série de renversements arrière à salto • Rondade, sortie salto • Salto costal • Renversement libre
GAM – Cheval d'arçons :	• Magyar • Sivado • Kehre • Czechkehre • Russes • Stockli
GAM – Anneaux :	• Montée en force à l'ATR • Planche • Établissement arrière • Honma • Yamawaki
GAM – Barres parallèles	• Healy • Stutzkehre • Diamidov • Moy • Tippelt • Felge • Sortie avec salto arrière sur le côté
GAM – Barre fixe	• Grand tour • Sortie salto • Tour d'appui libre • Stalder

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

- Endo
- Demi-tour/pirouette

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Trampoline :	• Salto arrière avec une vrille (back full) • Rudolph • Salto arrière avec double vrille (double full) • Barani ball out • Rudy ball out • Cody • 1¾ salto avant groupé, carpé • 1¼ salto arrière groupé, carpé, tendu • Double salto arrière groupé, carpé, tendu • Barani out groupé, carpé
Tumbling :	• Barani • Salto tempo avec vrille (whip full) • Salto arrière avec une vrille et demie • Double salto arrière en fin de ligne
Double mini-trampoline :	• Salto arrière avec vrille au milieu (back full spotter) • Rudolph en entrée • Barani out en entrée • Doubles salto en transition

Outil pour l'évaluation de la présentation des habiletés

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

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

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

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

A. DESCRIPTION DE L'ATHLÈTE

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

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

B. DESCRIPTION DE L'HABILETÉ

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

C. DÉVELOPPEMENT DE L'HABILETÉ

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

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

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

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

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

PREUVES FACULTATIVES – Preuves qui ne sont pas exigées pour atteindre la norme minimale. Celles-ci peuvent être observées durant les séances d'entraînement et permettent à l'évaluateur de fournir encore plus de rétroaction. Les entraîneurs devraient voir ces preuves comme des occasions de perfectionnement.	
Tâche d'entraînement	**Commentaires**
Utilise pour l'analyse de la performance technique des méthodes et des technologies adéquates (ex. : analyse notationnelle, logiciels spécialisés, vidéo) et fournit des données probantes.	
Encourage les athlètes à reconnaître les facteurs de performance techniques et à comprendre comment et pourquoi les erreurs techniques ont une incidence sur l'ensemble de la performance.	
Collabore avec d'autres entraîneurs à l'analyse de la performance, dont à titre de mentor en ce qui concerne l'identification de facteurs clés.	
Recourt à des protocoles d'évaluation inédits et novateurs qui sont conformes aux données scientifiques actuelles et émergentes ainsi qu'aux pratiques propres au sport (niveau élite).	
Tient un registre confidentiel de l'évaluation et du suivi de la performance.	
Comprend les exigences du sport (niveau élite).	

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Critères de réussite de la présentation des habiletés

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

Analyser la performance

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 appropriée 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 et motrice nécessaire au 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, 2025

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 comment la correction améliore 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, 2025

RÉSULTATS DE L'ÉVALUATION PRATIQUE

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

Nom de l'entraîneur : _____ N° de PNCE : _____

<table>
<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 60 preuves ont été cotées Bon ou Excellent.)</td><td>☐</td><td rowspan="3">RÉUSSITE

Le volet observation de l'évaluation a été réussi.</td><td rowspan="3">RÉUSSITE</td></tr>
<tr><td>Expérimenté</td><td>L'entraîneur démontre une connaissance et des qualités intuitives à l'égard de la discipline et du niveau, et utilise des techniques d'enseignement avancées qui mettent l'accent sur les éléments les plus importants pour la réussite individuelle de l'athlète. (Généralement, 0 résultat Insuffisant et au moins 40 résultats Bon.)</td><td>☐</td></tr>
<tr><td>Compétent</td><td>L'entraîneur met en œuvre les procédures attendues pour la discipline et le niveau, et manifeste le souhait de voir les athlètes apprendre, se développer et grandir. (Généralement, plus de 50 preuves ont été cotées Satisfaisant, Bon ou Excellent.)</td><td>☐</td></tr>
<tr><td>Débutant</td><td>L'entraîneur doit approfondir ses connaissances et prendre de l'expérience afin d'enseigner à ce niveau de la discipline.</td><td colspan="2">INCOMPLET
❑ La présentation démontre que l'entraîneur n'est pas prêt à obtenir la certification (10 résultats Insuffisant ou plus).
❑ Il y a des problèmes liés à la sécurité pendant la présentation.
❑ L'entraîneur a des comportements nuisibles ou contraires à l'éthique.
L'évaluateur a fourni des commentaires et discutera avec l'entraîneur de son plan d'action afin de l'aider à réussir.</td><td>INCOMPLET</td></tr>
</table>

Mesures de suivi :

_____

_____

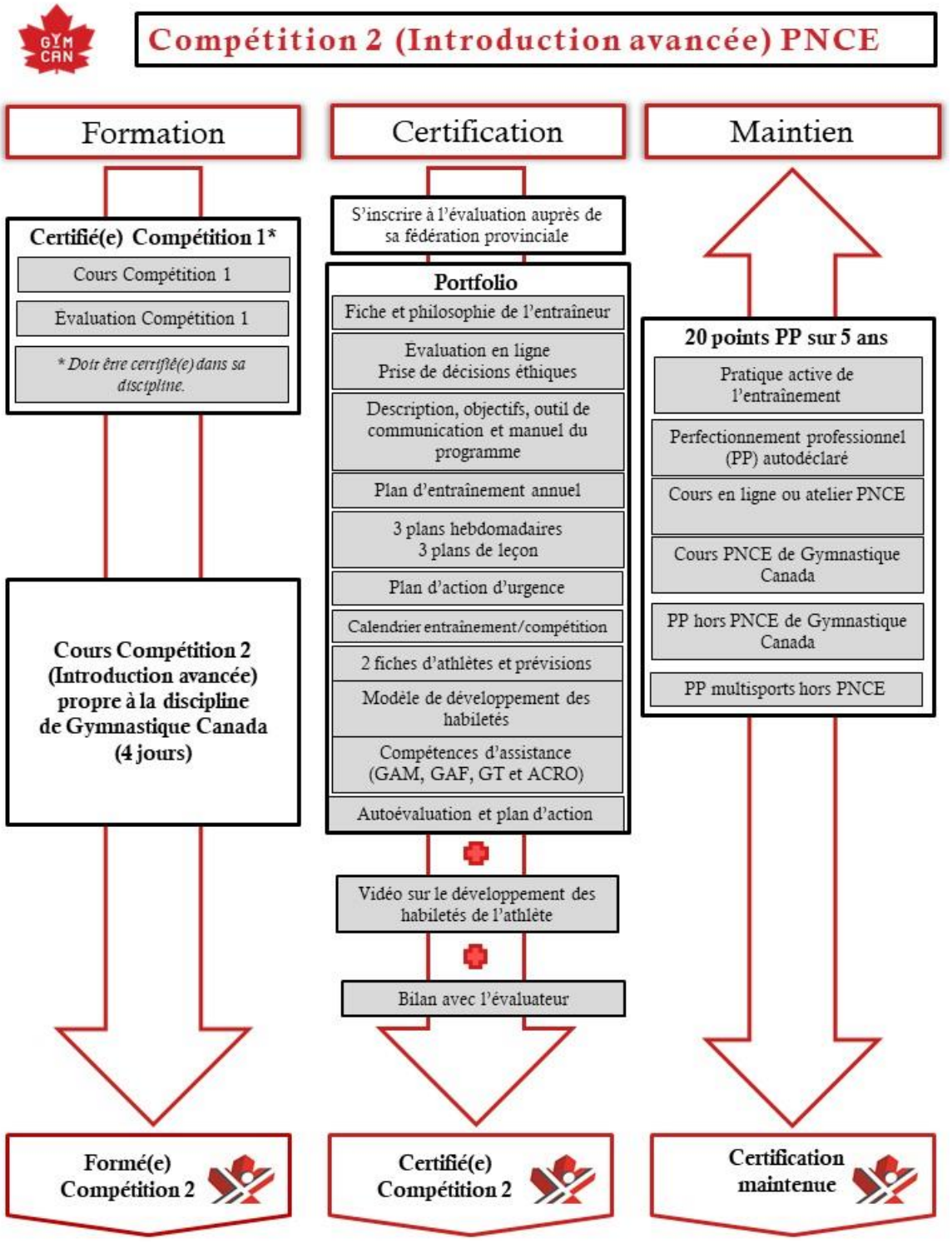
_____

Signature de l'évaluateur : _____ Date : _____

Signature de l'entraîneur : _____ Date : _____

Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025

Cheminement de certification Compétition 2



Tous droits réservés © Gymnastique Canada et Association canadienne des entraîneurs, 2025