



Entraîneur groupes d'âge (niveau 2) Guide d'évaluation

Merci à nos partenaires





TABLE DES MATIÈRES	PAGE
Appréciation et évaluation des compétences de l'instructeur: quelle est la différence	2
Structure d'évaluation au sein du PNCE	3
Exemple: Tableau d'évaluation avec explications des compétences désirées chez l'entraîneur.	4
OBJECTIF: OFFRIR UN SOUTIEN AUX NAGEURS EN FORMATION	
Critère: S'assurer que l'environnement d'entraînement est sécuritaire	5
Critère: Instaurer une séance d'entraînement structurée et organisée de façon adéquate	6
Critère: Faire des interventions qui favorisent l'apprentissage	8
OBJECTIF: PLANIFIER UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT	
Critère: Identifier les éléments logistiques appropriés à une séance d'entraînement	10
Critère: Identifier les activités appropriées pour chaque partie de la séance d'entraînement	11
Critère: Concevoir un plan d'urgence	13
OBJECTIF: ANALYSE DE LA PERFORMANCE	
Critère: Détecter la performance	14
Critère: Corriger la performance	15
OBJECTIF: SOUTENIR L'EXPÉRIENCE COMPÉTITIVE	
Critère: État de préparation pour la compétition	16
Critère: Faire des interventions efficaces pendant et après la compétition	18
Critère: Aider les nageurs à être prêts mentalement pour les compétitions	19
Critère: Fournir des conseils nutritionnels	20
OBJECTIF: CONCEVOIR UN PROGRAMME DE SPORT	
Critère: Définir la structure du programme selon les opportunités d'entraînement et les compétitions disponibles	21
Critère: Identifier les mesures du programme pour promouvoir le développement du nageur	22
Critère: Développer des plans d'entraînement qui incorporent les priorités d'entraînement saisonnières	23
OBJECTIF: GÉRER UN PROGRAMME	
Critère: Gérer les aspects administratifs du programme et superviser les éléments logistiques	24
Critère: Communiquer les progrès du nageur tout au long du programme	25
OBJECTIF: PRISE DE DÉCISIONS ÉTHIQUES	
Critère: Utiliser un processus de six étapes pour la prise de décisions éthiques	26



APPRÉCIATION ET ÉVALUATION DES COMPÉTENCES DE L'INSTRUCTEUR : QUELLE EST LA DIFFÉRENCE?

Appréciation	Évaluation
<p>Qu'est-ce que c'est?</p> <ul style="list-style-type: none">• L'appréciation est une étape du processus d'apprentissage qui vise à renseigner l'apprenant sur sa performance ou sur les progrès accomplis en vue de l'atteinte d'un résultat attendu donné.• L'appréciation est un processus formatif.• L'appréciation permet d'obtenir des renseignements et des rétroactions sur la performance de l'instructeur à un moment donné. C'est un processus transversal et spécifique au contexte.• L'appréciation peut être objective ou subjective.	<p>Qu'est-ce que c'est?</p> <ul style="list-style-type: none">• L'évaluation est un processus qui vise à exprimer un jugement concernant l'habileté de l'instructeur à faire la preuve qu'il maîtrise un ou plusieurs résultats attendus en respectant une norme établie.• L'évaluation est un processus sommatif.• L'évaluation est cumulative et peut nécessiter l'utilisation de plusieurs méthodes d'appréciation.• L'évaluation est objective et fournit un point de repère.
<p>Un appréciateur :</p> <ul style="list-style-type: none">• Fournit à l'instructeur de la rétroaction et des informations en se fondant sur les résultats attendus et les critères donnés ;• Utilise des outils d'appréciation valides et objectifs afin de recueillir des renseignements sur la performance de l'instructeur relativement à un résultat attendu donné ;• Offre des recommandations dans le but d'améliorer la performance de l'instructeur.	<p>Un évaluateur :</p> <ul style="list-style-type: none">• Exprime un jugement sur la compétence de l'instructeur dans un contexte spécifique en se fondant sur les résultats attendus et les critères régis par une norme établie ;• Utilise des outils d'évaluation valides et objectifs qui mesurent la performance relativement à un résultat attendu ou à un critère donné ;• S'il est un intervenant de l'extérieur, est choisi par la FNS pour réaliser l'évaluation de l'instructeur et ne participe pas à la formation de l'instructeur ;• Délivre la certification.
<p>Quelles sont les qualités d'un appréciateur?</p> <p>Un appréciateur :</p> <ul style="list-style-type: none">• peut posséder des connaissances et une expérience spécifiques au contexte ;• possède des connaissances de base à propos du résultat attendu faisant l'objet de l'appréciation ;• peut être un athlète, un parent, un administrateur ou encore un autre instructeur.• Est choisi par la FP/TS, conformément aux normes établies par le PNCE et la FNS.	<p>Quelles sont les qualités d'un évaluateur?</p> <p>Un évaluateur :</p> <ul style="list-style-type: none">• Est considéré comme un « expert » du contexte et du sport ;• Connait bien les normes et le processus d'évaluation du PNCE ;• Est un chef de file au sein de la collectivité des instructeurs de ce sport ;• Est impartial et objectif ;• Est choisi et formé par la FNS, conformément aux normes établies par le PNCE et la FNS..



STRUCTURE D'ÉVALUATION AU SEIN DU PNCE

La structure d'évaluation présentée dans ce document est fondée sur une approche systématique de collecte de preuves confirmant les habiletés relatives à l'entraînement. Ces habiletés sont inscrites dans la banque de données du PNCE et corroborent les compétences acquises par l'instructeur.

La structure ci-dessous est axée sur les résultats attendus, les critères et les preuves; elle vise à établir un lien explicite entre les principales composantes du système d'évaluation.

Il y a une relation entre les résultats attendus, les critères et les preuves. Ensemble, ces variables déterminent les normes qui s'appliquent à l'évaluation des instructeurs dans un contexte donné.

RESULTATS ATTENDUS : Ce qu'un instructeur doit être en mesure d'accomplir dans certains domaines jugés importants dans le cadre du PNCE.

Les résultats attendus servent de cadre au PNCE et représentent un fondement général dont la structure est uniforme, indépendamment du sport. Les résultats attendus précisent la portée de l'évaluation et servent de lien entre l'évaluation et la formation. Dans chaque contexte, la certification est obtenue lorsque les exigences d'évaluation d'un nombre spécifique de résultats attendus distincts sont respectées.

CRITÈRES : Les composantes d'un résultat attendu qui font l'objet de l'évaluation.

Un ou plusieurs critères peuvent être associés à un résultat attendu. Le nombre de critères contribue également à établir la portée de l'évaluation. Les critères tiennent compte d'un contexte particulier et définissent des habiletés d'entraînement essentielles que certains sports désirent mettre en valeur. Dans la banque de données du PNCE, les critères permettent de suivre les progrès de l'instructeur en ce qui concerne l'obtention de la certification: ils peuvent porter la mention « Formé(e) » (F) ou « Évalué(e) » (E).

PREUVE: Ce que l'évaluateur doit constater afin de confirmer le respect d'un critère donné.

Une preuve peut être : (1) des comportements distincts et observables en matière d'entraînement ; ou (2) des éléments particuliers qui sont liés à la confirmation du respect d'un critère donné. Selon le critère, il est possible d'utiliser un ou plusieurs éléments de preuve. La preuve établit la profondeur de l'évaluation et offre des points de repère précis pour aider les instructeurs à se préparer en vue de la certification.



EXEMPLE TABLEAU D'ÉVALUATION

OBJECTIF: Attentes générales face à l'entraîneur
FORMÉ – Détails à propos de la formation de l'entraîneur afin de répondre à ce standard
ÉVALUÉ – Détails à propos de l'endroit et de la façon dont l'évaluation de ce standard est effectuée
NOTE: Toute information additionnelle se rapportant à ce résultat/critère

Critère: Une description plus spécifique de la compétence désirée de la part de l'entraîneur	
Niveau de réussite	Observation
Très efficace	Des exemples spécifiques de ce qu'on s'attend à voir chez un entraîneur qui serait habitué de démontrer une compétence exemplaire pour ce critère.
Au-dessus de la norme	Des exemples spécifiques de ce qu'on s'attend à voir chez un entraîneur qui dépasse les standards minimums de compétence requis pour ce critère.
Norme PNCE pour la certification	Des exemples spécifiques de ce qu'on s'attend à voir chez un entraîneur qui répond aux standards minimums requis de compétence pour ce critère.
Sous la norme	Des exemples spécifiques qui ne permettraient pas à un entraîneur de réussir l'évaluation pour ce critère.

Les tableaux qui suivent reflètent les standards PNCE et les évidences proposées pour Entraîneur groupe d'âge (niveau 2) de natation, le programme d'éducation des entraîneurs de Natation Canada pour le contexte PNCE compétition-introduction avancée.

Natation Canada forme et évalue les entraîneurs pour six résultats.

Offrir un soutien aux nageurs en formation

Analyse de la performance

Soutenir l'expérience compétitive

Planifier une séance d'entraînement

Concevoir un programme de sport

Gérer un programme

Pour ce faire, Natation Canada utilise quatre méthodes d'évaluation pour déterminer le niveau de compétence d'un entraîneur pour le programme Entraîneur groupe d'âge (niveau 2) de natation;

1. Participation et comportement professionnel lors de la formation multisport offert par les représentants et représentantes provinciaux ou territoriaux :
 - a. Élaboration d'un programme sportif de base
 - b. Enseignement et apprentissage
 - c. Habiletés mentales de base
2. Participation et comportement professionnel lors de les cours de formation Natation 201.
3. Portfolio d'Entraîneur groupe d'âge (niveau 2) de natation – une série de dix activités (évaluation de soi + 9 tâches) qui démontrent l'implantation du contenu enseigné.
4. Évaluation d'Entraîneur groupe d'âge (niveau 2) de natation lors d'une compétition – un évaluateur formé observe l'entraîneur dans un environnement de compétition alors que l'entraîneur travaille avec son group de nageurs réguliers. L'évaluateur soumet ensuite un rapport d'évaluation et les notes des réunions pré-compétition et post-compétition.

De plus, les entraîneurs complètent une formation et une évaluation pour le « compétition-introduction » – ***Prise de décisions éthiques (compétition-introduction)*** module. Les cours de formation multi-sport sont offerts par les organisations sportives provinciales et l'évaluation est complétée en utilisant le système d'évaluation en ligne pour la Prise de décisions éthiques fourni sur le site Web de l'Association canadienne des entraîneurs au www.coach.ca




OBJECTIF : OFFRIR UN SOUTIEN AUX NAGEURS EN FORMATION

FORMÉ – Natation 101 & Natation 201

ÉVALUÉ – Évaluation compétition d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2)*

NOTE: Les entraîneurs seront évalués par rapport à l'implantation d'une séance d'échauffement planifiée lors d'une compétition

Critère: S'assurer que l'environnement d'échauffement est sécuritaire

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	Répond à «au-dessus de la norme» et: Développe des directives et normes de sécurité qui sont utilisées en tant que modèles par d'autres (par exemple, pour une ligue, bureau provincial, etc.) Anticipe les facteurs dangereux et fait immédiatement les ajustements nécessaires à la sécurité des participants.
Au-dessus de la norme	Répond à «norme pour la certification» et: Réfléchit de façon critique aux directives de sécurité. Par exemple, lettre écrite par l'entraîneur indiquant les préoccupations relatives à la sécurité. Fournisseur certifié de premiers soins.
Norme PNCE pour la certification 	Examine le site d'échauffement. Par exemple, examine quotidiennement le site d'entraînement – dans l'eau et hors de l'eau. Minimise les risques aux participants avant et pendant l'échauffement. Par exemple, s'assure que l'équipement nécessaire est disponible et utilisé correctement et les participants sont informés des dangers possibles dès le début de l'échauffement. Renforce les règles du site afin d'offrir un environnement d'entraînement sécuritaire.
Sous la norme	N'examine pas l'environnement avant le début de l'échauffement. Des éléments dangereux et évidents ne sont pas adressés. Ne présente pas un plan d'action d'urgence.




OBJECTIF: OFFRIR UN SOUTIEN AUX NAGEURS EN FORMATION

FORMÉ – Natation 101 & Natation 201

ÉVALUÉ – Évaluation compétition entraîneur groupe d'âge (niveau 2) *

NOTE: Les entraîneurs seront évalués par rapport à l'implantation d'une séance d'échauffement planifiée lors d'une compétition

Critère: Instaurer une séance d'échauffement structurée et organisée de façon adéquate

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	<p>Répond à «au-dessus de la norme» et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Adapte les activités d'échauffement pour augmenter le niveau de défi ou pour garantir des opportunités maximales d'apprentissage.<input type="checkbox"/> Ajuste les paramètres d'échauffement (temps, espace), les rôles des nageurs et l'environnement d'entraînement pour provoquer une réponse d'entraînement tactique ou spécifique.
Au-dessus de la norme	<p>Répond à «norme pour la certification » et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Modifie les activités d'échauffement pour répondre aux circonstances ou éléments logistiques (par exemple, température, ressources, etc.).<input type="checkbox"/> Planifie la séquence des activités pour améliorer l'apprentissage ou des effets d'entraînement spécifiques – la séquence se réfère à la synchronisation des activités à l'intérieur de la séance d'échauffement.<input type="checkbox"/> Effectue des ajustements à la séance d'échauffement selon l'analyse de la performance du nageur (objectif de résultat)<input type="checkbox"/> Instaure une variété d'options afin d'adapter la séance d'échauffement et garantir réflexion sur l'entraînement adéquat.
Norme PNCE pour la certification 	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Présente un plan pour la séance d'échauffement qui est offert.<input type="checkbox"/> S'assure que les segments principaux de la séance d'échauffement sont évidents et comprennent les durées des activités.<input type="checkbox"/> S'assure que l'équipement est disponible et prêt à être utilisé. Par exemple, l'entraîneur a sorti et placé l'équipement avant le début de la séance.<input type="checkbox"/> Démontre un bon usage de l'espace et de l'équipement.<input type="checkbox"/> Accueille les nageurs lors de leur arrive à la séance d'échauffement.<input type="checkbox"/> S'habille de façon appropriée. Par exemple, des vêtements pour le bureau ou la rue sont inappropriés).<input type="checkbox"/> S'assure que les activités contribuent au développement des compétences et/ou habiletés athlétiques, soit des exercices et méthodes qui correspondent spécifiquement pour la prochaine course.<input type="checkbox"/> Maximise le temps de la séance d'échauffement: s'assure que les temps de transition, d'exécution et d'attente sont appropriés aux participants :<ul style="list-style-type: none">○ La séance d'échauffement indique un échancier clair des activités afin que la période d'activité soit maximisée.○ Les participants passent d'une activité à une autre de façon efficace. Par exemple, l'entraîneur est organisé et les nageurs n'attendent pas pour des directions.



FORMÉ – Natation 101 & Natation 201

ÉVALUÉ – Évaluation compétition entraîneur groupe d'âge (niveau 2) *

NOTE: Les entraîneurs seront évalués par rapport à l'implantation d'une séance d'échauffement planifiée lors d'une compétition

Critère: Instaurer une séance d'échauffement structurée et organisée de façon adéquate

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Sous la norme	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> N'offre pas une structure claire de la séance d'échauffement tel que démontré par les éléments suivants:<ul style="list-style-type: none">o Aucun plan de la séance d'échauffement n'est fourni.o Les objectifs de la séance d'échauffement ne sont pas clairement identifiés.o Aucune période de réchauffement n'est offerte et aucune activité de réchauffement appropriée n'est utilisée.o La séance d'échauffement fournie ne correspond pas au plan de séance d'échauffement.<input type="checkbox"/> Ne s'assure pas que l'équipement soit prêt à l'utilisation.<input type="checkbox"/> N'offre pas de pause pour la récupération et l'hydratation.<input type="checkbox"/> S'habille de façon inappropriée pour un entraîneur.<input type="checkbox"/> Offre des activités d'échauffement apprentissage qui sont d'une durée inappropriée. Par exemple, les activités sont si courtes qu'il n'y a pas suffisamment de temps pour pratiquer; les activités sont si longues que les participants deviennent fatigués et démotivés; il y a plus de temps d'attente que de temps de participation pour les participants.



OBJECTIF: OFFRIR UN SOUTIEN AUX NAGEURS EN FORMATION

FORMÉ – Natation 101 & Natation 201


ÉVALUÉ – évaluation compétition entraîneur groupe d'âge (niveau 2) *

NOTE: Les entraîneurs seront évalués par rapport à l'implantation d'une séance d'échauffement planifiée lors d'une compétition

Critère: Faire des interventions qui favorisent l'apprentissage

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	<p>Répond à «au-dessus de la norme» et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Identifie la différence entre l'apprentissage et la performance.<input type="checkbox"/> Sélectionne des stratégies d'intervention pour atteindre des objectifs révisions/d'apprentissage spécifiques qui auront un impact positif dans un environnement de compétition.<input type="checkbox"/> Favorise une bonne performance en facilitant les interventions qui encouragent la réflexion (Par exemple, commentaires, questions au participant ou utilisation d'une démonstration) pour identifier les facteurs qui ont été exécutés correctement.<input type="checkbox"/> S'assure que l'intervention est spécifique aux individus et permet au participant de mieux reconnaître et s'approprier les facteurs de performance spécifiques et les objectifs d'apprentissage. Par exemple, les stratégies d'intervention peuvent inclure : des commentaires retenus, des questions, vidéos et aides d'apprentissage.
Au-dessus de la norme	<p>Répond à «norme pour la certification » et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Sait quand retenir ses commentaires afin de favoriser la pensée critique.<input type="checkbox"/> Identifie les évaluations qui sont descriptives, normatives et évaluatives.<input type="checkbox"/> Identifie les corrections qui dirigent l'attention des nageurs vers des indices externes ou sur les effets anticipés du mouvement plutôt que porter attention aux aspects internes du mouvement.<input type="checkbox"/> Enseigne la prise de décisions.<ul style="list-style-type: none">○ Met l'accent sur la pensée indépendante et la résolution de problèmes.○ Utilise des questions qui favorisent la pensée critique.○ Utilise des interventions qui indiquent quand prendre des décisions qui améliorent la performance d'une habileté ou d'une tactique.<input type="checkbox"/> Incorpore des stratégies de préparation mentale dans les séances d'échauffement /d'entraînement<input type="checkbox"/> Identifie les styles d'apprentissage individuels (auditif, visuel ou kinesthésique) et fournit les bonnes interventions qui maximisent l'apprentissage. Les bonnes interventions pour les styles d'apprentissage peuvent inclure :<ul style="list-style-type: none">○ Apprentissage auditif – commentaires verbaux○ Apprentissage visuel - démonstration○ Apprentissage kinesthésique – exécution<input type="checkbox"/> Encourage les risques calculés pour améliorer la performance conformément au code d'éthique PNCE.



<p>Norme PNCE pour la certification</p> 	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Crée des opportunités pour interagir avec tous les nageurs. Par exemple, les appelle par leur nom au moins deux fois au cours de la séance.<input type="checkbox"/> Positionne les démonstrations afin que tous les nageurs puissent voir et entendre. Par exemple, se met un genou par terre lorsque les nageurs sont dans l'eau ou au bord de la piscine.<input type="checkbox"/> Fournit 1 à 3 points d'apprentissage lors des explications ou démonstrations.<input type="checkbox"/> Clarifie les objectifs d'apprentissage et/ou les facteurs de performance (commentaires/instructions) avec les participants avant l'activité. Par exemple, l'entraîneur vérifie le niveau de compréhension en demandant des questions aux nageurs.<input type="checkbox"/> S'assure que les éléments d'apprentissage correspondent au modèle de développement des habiletés (voir AP – Natation 101 – facteurs de performance pour les départs, virages et styles de nage).<input type="checkbox"/> Encourage de façon constructive les efforts des nageurs et corrige les performances. (Par exemple, observe et fait des commentaires.)<input type="checkbox"/> Offre des commentaires et des instructions qui identifient clairement quoi améliorer et comment le faire.<input type="checkbox"/> Offre des commentaires qui sont positifs, spécifiques et dirigés vers les individus ou l'équipe. Par exemple, l'entraîneur utilise au moins deux styles d'apprentissage: visuel, auditif ou kinesthésique.<input type="checkbox"/> Identifie les attentes quant aux comportements des nageurs et transmet ces attentes lorsqu'approprié. Par exemple, l'entraîneur suit le code de conduite du club.<input type="checkbox"/> Offre une image positive du sport et démontre celle-ci aux nageurs et autres intervenants.<input type="checkbox"/> Utilise un vocabulaire qui est respectueux envers les nageurs lors des interventions verbales. Un vocabulaire respectueux n'est pas discriminatoire et ne contient pas de blasphèmes ni d'insultes.<input type="checkbox"/> Maintien un regard positif et reconnaît les besoins des nageurs. (Par exemple, l'entraîneur demande l'opinion des nageurs.)<input type="checkbox"/> S'assure que les explications sont claires et précises et permet aux nageurs de poser des questions. Par exemple, l'entraîneur transmet son message en moins de 30 secondes.<input type="checkbox"/> Démonstre ou utilise d'autres individus pour démontrer la performance désirée (si nécessaire). Par exemple, une image vaut mille mots.
<p>Sous la norme</p>	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> N'identifie pas les points d'apprentissage clé lors des explications.<input type="checkbox"/> Démonstrations faites alors que tous les participants ne peuvent pas voir ou entendre celles-ci.<input type="checkbox"/> Fait des interventions limitées pour clarifier les objectifs d'apprentissage clé.<input type="checkbox"/> Fournit des commentaires et instructions qui identifient seulement quoi améliorer et non comment améliorer le tout.<input type="checkbox"/> Offre des commentaires qui ont tendance à être des éléments de motivation plutôt que d'être des corrections spécifiques. (Par exemple, usage fréquent de commentaires de renforcement comme le «bon travail»).<input type="checkbox"/> N'utilise pas un vocabulaire respectueux. Un vocabulaire respectueux n'est pas discriminatoire et ne contient pas de blasphèmes ni d'insultes.




OBJECTIF: PLANIFIER UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

FORMÉ – Natation 101 & Natation 201

ÉVALUÉ – Portfolio d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2)

NOTE: Portfolio: d'activité planification d'une séance d'entraînement efficace

Critère: Identifier les éléments logistiques appropriés à une séance d'entraînement

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	<p>Répond à «au-dessus de la norme» et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Offre une justification claire et précise pour chaque objectif selon les besoins du nageur identifiés de façon objective.<input type="checkbox"/> Démontrer un meilleur usage possible du temps et de l'équipement disponibles afin de promouvoir un haut niveau d'engagement, d'apprentissage et d'entraînement de la part des nageurs.
Au-dessus de la norme	<p>Répond à «norme pour la certification » et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Identifie les risques potentiels (environnementaux, mécaniques).<input type="checkbox"/> Identifie l'emplacement de la séance d'entraînement dans le plan saisonnier.<input type="checkbox"/> Fournit une justification appropriée pour les objectifs d'entraînement choisis.<input type="checkbox"/> Inclut des preuves logistiques détaillées qui permettraient à un assistant ou à un autre entraîneur de les utiliser et d'atteindre l'effet d'apprentissage ou d'entraînement désiré.
Norme PNCE pour la certification 	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Identifie l'âge, les habiletés et les niveaux de performance du nageur. Par exemple, les points suivants doivent se retrouver sur le plan de l'entraîneur tel qu'indiqué au Module 6 de Natation 101.<input type="checkbox"/> Identifier clairement un objectif d'entraînement qui répond au modèle de développement du nageur et au stade de développement du nageur. Voir le modèle DLTA de Natation 101 où DLTA signifie développement à long terme du nageur.<input type="checkbox"/> Identifie les segments principaux de la séance d'entraînement: introduction, échauffement, partie principale, récupération et conclusion ou réflexion. <u>Note:</u> l'évaluateur vérifiera que chaque plan présente et supporte votre PAU et peut être facilement compris par quiconque qui vous remplace.<input type="checkbox"/> Indique le site et l'équipement requis pour atteindre les objectifs de la séance d'entraînement.<input type="checkbox"/> Offre un échéancier pour les activités. Par exemple, x nombre de minutes pour chaque segment d'entraînement dans l'eau et hors de l'eau.
Sous la norme	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> N'identifie pas d'objectifs d'entraînement.<input type="checkbox"/> Identifie des plans d'entraînement vagues.<input type="checkbox"/> N'identifie pas clairement un échéancier des différents segments de la séance d'entraînement.<input type="checkbox"/> N'inclut pas les informations des nageurs.<input type="checkbox"/> N'identifie pas le site et l'équipement nécessaires.<input type="checkbox"/> N'identifie pas les risques potentiels.




OBJECTIF: PLANIFIER UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

FORMÉ – Natation 101 & Natation 201

ÉVALUÉ – Portfolio d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2)

NOTE: Portfolio: d'activité planification d'une séance d'entraînement efficace

Critère: Identifier les activités appropriées pour chaque partie de la séance d'entraînement

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	<p>Répond à «au-dessus de la norme» et:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Sélectionne des activités qui répondent aux besoins spécifiques du nageur ou de l'équipe relais selon l'analyse de la performance lors de la compétition. <input type="checkbox"/> Inclut des activités qui incorporent le développement de habiletés mentales (identification d'objectifs, visualisation, contrôle, concentration). <input type="checkbox"/> Adapte les activités au nageur qui revient après une blessure (considérations physiques, mentales et émotionnelles). <input type="checkbox"/> S'assure que les types de séances d'entraînement optimales sont sélectionnés afin de promouvoir le développement des habiletés et afin d'être conforme aux directives PNCE pour le développement des habiletés. <ul style="list-style-type: none"> o Les types de révision/séances d'entraînement optimal peuvent être reliés aux «outils de décisions d'entraînement» pertinents. (Par exemple, séance au hasard et variable).
Au-dessus de la norme	<p>Répond à «norme pour la certification » et:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Inclut des variations d'activités ou des conditions d'entraînement qui peuvent être utilisés afin de créer des défis spécifiques pour provoquer un effet d'entraînement particulier. <input type="checkbox"/> Inclut des activités qui font la promotion des concepts de base pour les décisions d'entraînement. <input type="checkbox"/> Identifie des ratios appropriés de travail-repos, cible des charges d'entraînement ou cible le niveau d'intensité des activités. <input type="checkbox"/> Sélectionne des activités qui sont appropriées au plan saisonnier (temps et emplacement). <input type="checkbox"/> Séquence d'activités appropriée à la partie principale afin de promouvoir l'apprentissage, le développement de l'habileté et les effets désirés. <ul style="list-style-type: none"> o Une séquence adéquate se réfère à la synchronisation des activités à l'intérieur de la séance d'entraînement. Par exemple, la séquence des activités fournit une progression en l'exécution.
Norme PNCE pour la certification 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Décrit les activités planifiées à l'aide d'illustrations, de diagrammes et d'explications. Note: l'entraîneur utilise plus d'un des trois styles d'apprentissage. Par exemple, les entraîneurs expliquer et démontrer les compétences. <input type="checkbox"/> Indique les facteurs clé (points d'entraînement) qui seront identifiés dans les activités d'entraînement. Par exemple, l'entraîneur indique exactement quelles habiletés seront travaillées lors de la séance plutôt que d'indiquer que «les virages sont le sujet du jour». <input type="checkbox"/> Identifie la durée de la séance d'entraînement générale et s'assure que celle-ci est conforme au modèle de développement du nageur. <input type="checkbox"/> S'assure que les activités sont pertinentes et reliées aux objectifs généraux de la séance d'entraînement (pertinentes signifie ici que les activités correspondent aux directives du modèle de développement du nageur). Par exemple, les 13 ans font des exercices de vitesse de mouvement pour les membres au lieu de faire des exercices de vitesse d'endurance. <input type="checkbox"/> S'assurer que les activités reflètent la reconnaissance et le contrôle des facteurs de risques possibles. Par exemple, le couloir pour les sprints est utilisé <input type="checkbox"/> S'assure que les activités contribuent au développement des habiletés et qu'elles sont appropriées au stade de développement de l'habileté (acquisition, consolidation et perfectionnement). <input type="checkbox"/> S'assure que les activités contribuent au développement des habiletés athlétiques (tel qu'indiqué dans le modèle de développement du nageur et les directives pour l'entraînement des habiletés athlétiques du Module 2 de Natation 101).
Sous la norme	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Ne relie pas les activités à l'objectif général de la séance d'entraînement. <input type="checkbox"/> Le plan ne reflète pas les préoccupations de sécurité. <input type="checkbox"/> Ne s'assure pas que les activités sont conformes aux principes PNCE de croissance et de développement.




OBJECTIF: PLANIFIER UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

FORMÉ – Natation 101 & Natation 201

ÉVALUÉ – Estimation d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2) & portfolio d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2)

NOTE: Portfolio: d'activité planification d'une séance d'entraînement efficace

Critère: Concevoir un plan d'action d'urgence (PAU)

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	<p>Répond à «au-dessus de la norme» et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Les profils médicaux sont à jour et disponibles et reflètent la condition médicale actuelle du nageur. (Le but ici n'est pas de divulguer l'information des nageurs mais plutôt d'identifier un processus pour maintenir et mettre à jour les profils médicaux).<input type="checkbox"/> L'entraîneur conçoit un PAU qui reflète les leçons apprises des expériences passées et des mises en application antérieures.<input type="checkbox"/> L'entraîneur identifie les aspects qui peuvent contribuer à améliorer les pratiques déjà établies pour la conception d'un PAU.<input type="checkbox"/> La natation utilise le PAU en tant que modèle pour les meilleures pratiques à suivre.
Au-dessus de la norme	<p>Répond à «norme pour la certification » et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Les profils des nageurs sont bien organisés et gardés dans un endroit sécurisé afin de protéger la confidentialité des informations.<input type="checkbox"/> L'entraîneur présente une liste des équipements nécessaires qui se trouvent dans la trousse de premiers soins qui est vérifiée/remplie sur une base régulière.<input type="checkbox"/> L'entraîneur identifie les procédures ou étapes spécifiques du plan à suivre en cas de blessure.
Norme PNCE pour la certification 	<p>Présente un plan d'action d'urgence (PAU) complet avec les six éléments suivants (à la fois pour les sites d'entraînement et de compétition):</p> <ul style="list-style-type: none">○ l'emplacement des téléphones est identifié (lignes cellulaire ou téléphonique);○ les numéros d'urgence sont indiqués; (<u>Note:</u> tous les numéros doivent être mis à jour deux fois par année!)○ l'emplacement des profils médicaux pour chaque participant sous la supervision de l'instructeur est identifié; (<u>Note:</u> l'entraîneur substitut doit être mis à jour sur tous les profils!)○ l'emplacement de la trousse de premiers soins est identifié;○ personne «à appeler» et une personne «responsable»;○ directions ou carte pour se rendre au site.
Sous la norme	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Ne présente pas de plan d'action d'urgence écrit.<input type="checkbox"/> Comprend moins de six des éléments indiqués pour la norme PNCE de certification.




OBJECTIF: ANALYSE DE LA PERFORMANCE

FORMÉ – Natation 101 & Natation 201

ÉVALUÉ – Portfolio d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2) & évaluation compétition d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2)

NOTE: Portfolio: d'activité facteurs de performance clé, d'activité détecter et corriger les performances

Critère: Détecter la performance

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	<p>Répond à «au-dessus de la norme» et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Fournit des preuves spécifiques. (Par exemple, analyse notationnelle, analyse biomécanique, etc.) pour renforcer l'analyse de la performance.<input type="checkbox"/> Analyse une variété de facteurs qui contribuent à une meilleure performance. (Par exemple, habiletés athlétiques des athlètes, facteurs environnementaux, récupération et stratégies régénératrices, stratégies mentales etc.).<input type="checkbox"/> Aide les nageurs à détecter les facteurs de performance clé (FPC) et à comprendre comment et pourquoi ces erreurs affectent la performance en général.
Au-dessus de la norme	<p>Répond à «norme pour la certification » et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Lorsqu'approprié, renforce l'application des règles de compétition liées à l'exécution de l'habileté.<input type="checkbox"/> Aide les nageurs à remarquer les erreurs d'exécution en posant des questions appropriées.<input type="checkbox"/> Indique pourquoi et comment l'erreur contribue à la performance.<input type="checkbox"/> Fournit une justification pour identifier les tactiques ou habiletés de l'individu ou de l'équipe relais qui nécessitent des améliorations selon le sport ou selon l'analyse de la performance.<input type="checkbox"/> Utilise une variété de stratégies d'observation. (Par exemple, positionnement, vidéos, autres entraîneurs, etc.) pour identifier les aspects les plus importants de la performance.
Norme PNCE pour la certification 	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Observe les habiletés d'un point de vue avantageux et approprié pour la natation. Par exemple, l'entraîneur se déplace dans la zone d'entraînement pour observer les nageurs.<input type="checkbox"/> Identifie ou sélectionne les facteurs qui ont un impact direct sur la performance. Par exemple, l'entraîneur identifie le FPC qui aura un impact sur la maîtrise de l'habileté.<input type="checkbox"/> Explique comment une erreur est reliée à la performance générale de l'habileté. Par exemple, les commentaires fournissent assez d'informations pour permettre aux nageurs d'améliorer la performance).<input type="checkbox"/> Utilise le modèle approuvée pour la progression et le développement de l'habileté pour scruter les phases de mouvements de base. Note: voir votre AP-SNC de Natation 101.<input type="checkbox"/> Identifie les erreurs à corriger, ce qui est conforme à le modèle SNC approuvée pour la progression et le développement des habiletés. Note: voir le AP-SNC de Natation 101.<input type="checkbox"/> Identifie les causes possibles des erreurs (Les 7 causes incluent : problème moteur, cognitif ou affectif, etc.). Par exemple, l'entraîneur détecte une erreur à partir des 4 aspects suivants: technique, tactique, physique et mental.
Sous la norme	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Ne vérifie pas l'environnement d'entraînement de façon régulière et accorde très peu attention à l'exécution de l'habileté.<input type="checkbox"/> Identifie les efforts et les facteurs de motivation qui contribuent à la faible performance au lieu d'identifier les facteurs techniques et tactiques clé.<input type="checkbox"/> N'utilise pas le modèle approuvée pour la progression et le développement de l'habileté pour le nageur




OBJECTIF: ANALYSE DE LA PERFORMANCE

FORMÉ – Natation 101 & natation 201

ÉVALUÉ – Portfolio d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2) & évaluation compétition d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2)

NOTE: Portfolio: d'activité facteurs de performance clé, d'activité détecter et corriger les performances

Critère : Corriger la performance

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	<p>Répond à «au-dessus de la norme» et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Implique le nageur dans le processus de pensée critique. Ceci signifie souvent poser des questions ouvertes. «Qu'est-ce que tu as fait?», «Que devrais-tu faire?», «Que vas-tu faire pour obtenir de meilleurs résultats?», «Qu'est-ce qui t'aidera à maximiser tes options lorsque tu reçois le ballon?» et «Comment peux-tu générer plus de force lors du relâchement?»<input type="checkbox"/> Indique pourquoi la correction aura un effet bénéfique sur la performance et identifie comment améliorer la performance.
Au-dessus de la norme	<p>Répond à «norme pour la certification » et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> S'assure d'une participation motrice adéquate lors de la tâche ou de l'activité de la part de chaque nageur.<input type="checkbox"/> Identifie si le niveau de difficulté de la tâche correspond aux capacités du nageur.<input type="checkbox"/> Identifie les corrections et dirige l'attention du nageur vers des indices externes ou des effets anticipés du mouvement plutôt que de porter attention aux aspects plus internes du mouvement. Une attention externe signifie garder un objet spécifique ou garder une certaine position pendant le mouvement, l'attention interne signifie de garder sa concentration sur une partie spécifique du corps lors du mouvement.<input type="checkbox"/> Aide les nageurs à remarquer les corrections de base en demandant des questions fermées: «Si tu te déplaces à cette position créer-tu plus ou moins résistance?», «Est-ce que cette position du bras offre une plus grande force et rend ton mouvement plus efficace?» et «Est-ce que ton bras est étendu ou fléchi à la fin du mouvement?»
Norme PNCE pour la certification 	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Identifie les corrections basées sur les observations de phases de mouvements et selon le modèle pour la progression et le développement de l'habileté. Note: voir et utiliser votre AP.<input type="checkbox"/> Demande le consentement du participant avant d'effectuer tout contact physique pour aider ou corriger une erreur d'habileté.<input type="checkbox"/> S'assure que les corrections de l'habileté ou de la performance sont normatives. (Par exemple, elles indiquent comment améliorer le tout et non seulement quoi améliorer).<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> «Tu laisses tomber ton coude lors du mouvement sous l'eau. Essaie de tenir ton coude plus haut que ton poignet et tu iras plus loin avec chaque coup de bras».<input type="checkbox"/> Explique comment la correction est reliée à une meilleure performance. Par exemple, l'entraîneur indique au nageur qu'une poussée de virage effectuée à 60cm est plus rapide qu'une poussée faite à 30 cm ou à la surface de l'eau.<input type="checkbox"/> Explique pourquoi la correction contribuera à une performance améliorée. Par exemple, l'entraîneur utilise les données des commentaires et des vidéos pour la stratégie de virage afin que le nageur puisse en voir les bénéfices.<input type="checkbox"/> Aide les nageurs à identifier les corrections en posant des questions appropriées.<input type="checkbox"/> Prescrit une activité ou un exercice approprié qui aider le nageur à revue et se corriger lors de la performance. Par exemple, l'entraîneur place sa main sur le «T» à la profondeur ou le pied devrait toucher à chaque virage.
Sous la norme	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Fournit des corrections qui identifient des facteurs vagues plutôt que des facteurs spécifiques qui contribuent à l'amélioration de la performance. «Concentre-toi davantage». «Travailles plus fort»<input type="checkbox"/> Corrige les nageurs en indiquant ce qu'ils ont fait au lieu d'identifier les stratégies spécifiques pour améliorer la performance. «Tu as manquée ce virage, ne manquez pas la prochaine fois», «Tu laisse tomber le coude droit, ne laisse tomber pas le coude droit ».




OBJECTIF: SOUTENIR L'EXPÉRIENCE COMPÉTITIVE

FORMÉ – Natation 201

ÉVALUÉ – Portfolio d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2) & évaluation compétition d'entraîneur groupe d'âge

NOTE: Portfolio: Activité préparer un nageur pour la compétition

Critère: État de préparation pour la compétition

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	<p>Répond à «au-dessus de la norme» et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Fait la promotion des philosophies d'esprit d'équipe et de sport sans drogue tel qu'identifiées par le Centre canadien pour l'éthique dans le sport ou par la législation d'organisme national de sport/ d'organisme provincial de sport.<input type="checkbox"/> Instaure des stratégies alternatives ou fait des ajustements à la préparation de l'équipe ou du nageur selon l'environnement de compétition ou autres facteurs. (exemple, blessure du nageur).<input type="checkbox"/> Présente un plan d'urgence pour traiter de facteurs imprévus ou ambigus qui peuvent affecter la compétition. Les plans d'urgence réduisent ou minimisent les distractions aux nageurs ou offrent des alternatives pour garantir une performance optimale de la part des nageurs.
Au-dessus de la norme	<p>Répond à «norme pour la certification » et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Planifie et communique les rôles et responsabilités des adjoints et autres intervenants (Par exemple, les autres entraîneurs, les parents, les gérants, etc.).<input type="checkbox"/> S'assure que les stratégies et tactiques sont conformes au stade de développement des nageurs et aux objectifs saisonniers.<input type="checkbox"/> Développe une stratégie pour déterminer, surveiller et évaluer les objectifs de compétition.
Norme PNCE pour la certification 	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> S'assure que l'équipement qui est nécessaire est prêt, disponible et en bonne condition. Par exemple, l'entraîneur peut être capable de démontrer aux nageurs le nouveau <<block de départ à cale>> à la séance d'entraînement avant de la compétition.<input type="checkbox"/> Vérifie les procédures et éléments spécifiques au sport (installations, règlements) afin de permettre un environnement de compétition sécuritaire et positif. Par exemple, notifié d'échauffements divisés.<input type="checkbox"/> Clarifie les règles de compétition avant la tenue de la compétition (admissibilité, modification des règles de la course) et communique les informations nécessaires aux nageurs et autres intervenants. Par exemple, si les nageurs étrangers sont exclus des finales ou autres informations similaires donnant vos nageurs de plus de motivation.<input type="checkbox"/> Communique le plan ou l'horaire de compétition pour le nageur ou pour l'équipe qui identifie les attentes pour le nageur avant, pendant et après la compétition.<ul style="list-style-type: none">o Le plan de compétition peut inclure que l'entraîneur aide le nageur à inspecter l'environnement de compétition en plus de souligner les facteurs importants pour une performance optimale; présente un plan incluant des stratégies spécifiques qui développent les forces des nageurs; ou présente un plan qui définit les lieux et les heures des compétitions et autres éléments logistiques et/ou les stratégies et tactiques importantes.<input type="checkbox"/> Identifie les objectifs de performance et/ou les objectifs secondaires pour la compétition.<ul style="list-style-type: none">o Les objectifs de performance peuvent identifier des résultats spécifiques pour la performance. Les objectifs secondaires identifient les étapes pour atteindre ces résultats spécifiques. Par exemple, «Nous voulons nager vite durant les préliminaires pour cette compétition» ou «Allez à une certaine vitesse contrôlée pour le 100m au milieu de la course pour cette compétition de la saison».<input type="checkbox"/> S'assure que les nageurs effectuent un échauffement physique approprié à l'événement. <u>Note:</u> dans l'eau et hors de l'eau.<input type="checkbox"/> Développe un plan de compétition qui définit des stratégies et tactiques de base pour atteindre la performance désirée lors de la compétition. Par exemple, chaque nageur a une stratégie et les tactiques pour chaque course.<input type="checkbox"/> S'assure que les tactiques et stratégies générales sont conformes aux règlements SNC. Par exemple, l'entraîneur s'assure que la transition sous l'eau est vérifiée comme étant légale lors de la préparation de la compétition.
Sous la norme	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> L'entraîneur n'est pas préparé et a de la difficulté à organiser les nageurs pour la compétition.<input type="checkbox"/> Les nageurs ne sont pas au courant du plan de l'équipe, les règles ou de l'horaire de compétition.<input type="checkbox"/> La préparation avant la compétition est faite rapidement et de façon pressée et l'équipement n'est pas prêt et disponible.




OBJECTIF: SOUTENIR L'EXPÉRIENCE COMPÉTITIVE

FORMÉ – Natation 201

ÉVALUÉ – évaluation compétition d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2)

NOTE :

Critère: Faire des interventions efficaces pendant et après la compétition

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	Répond à «au-dessus de la norme» et: <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Évalue le plan de stratégie après la compétition et identifie les aspects du plan qui ont réussis et ceux qui nécessitent de l'amélioration pour la prochaine course ou de compétition.<input type="checkbox"/> Offre des interventions qui encouragent les nageurs à accepter et à s'approprier les décisions prises en compétition lorsque nécessaire.
Au-dessus de la norme	Répond à «norme pour la certification » et: <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Présente une évaluation de performance après la compétition et fournit un lien aux objectifs pour la prochaine séance d'entraînement ou compétition.<input type="checkbox"/> Aide les nageurs, pendant ou après les compétitions, à réfléchir et choisir des stratégies gagnantes pour les performances futures.<input type="checkbox"/> Sport individuel: effectuer les changements nécessaires à l'équipement avant l'événement afin de s'ajuster aux facteurs environnementaux. Par exemple, les nageurs savent ce style de nage conviennent le mieux a chaque événement : les hommes – <<jammer vs. brève>>
Norme PNCE pour la certification 	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Offre des commentaires positifs aux nageurs qui identifient ce qu'un nageur doit faire et comment il doit le faire afin d'obtenir une meilleure performance. Par exemple, l'entraîneur fournit une analyse référence des données de course telles que la fréquence de cycle de bras, le nombre de coups de bras et la vitesse des départs et virages afin d'améliorer la performance lors de la prochaine compétition.<input type="checkbox"/> Réfléchit et instaure des interventions pour améliorer la confiance pendant et après la compétition. Par exemple, l'entraîneur identifie et renforce les aspects positifs de la course en utilisant les données de la course.<input type="checkbox"/> Utilise des interventions qui offrent des informations stratégiques (spécifiques à l'événement), gère les nageurs (plan de récupération), effectue les ajustements à l'équipement (lunettes, etc.) et instaure des stratégies mentales (contrôle).<ul style="list-style-type: none">○ S'assure que les nageurs se concentrent sur la tâche à faire et non sur le résultat ou le tableau des résultats.<input type="checkbox"/> Évalue les interventions (ou les décisions de ne pas intervenir) ainsi que le moment où elles ont été faites pendant la compétition et détermine quelles interventions peuvent être répétées et lesquelles doivent être modifiées lors de la prochaine compétition. Par exemple, l'entraîneur est intervenu de façon négative suite à une mauvaise performance et cela a donné lieu à un résultat négatif pour l'événement suivant. L'entraîneur devrait réfléchir afin de déterminer si la stratégie d'intervention a été efficace ou si le fait d'avoir été patient aurait pu fournir de meilleurs résultats à ce moment précis de la séance.
Sous la norme	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Critique la performance des nageurs pendant la compétition ou entre les événements de compétition.<input type="checkbox"/> Ignore les nageurs après la performance ou attaque la performance des nageurs.<ul style="list-style-type: none">○ «Tu sais comment mieux faire».○ «Tu étais très bon à l'entraînement et là tu ne fais rien».<input type="checkbox"/> Fait des interventions qui ont tendance à être vagues et imprécises:<ul style="list-style-type: none">○ «Bon travail, continue»○ «Tu as fais un bon travail aujourd'hui».




OBJECTIF: SOUTENIR L'EXPÉRIENCE COMPÉTITIVE

FORMÉ – Habilités mentales de base et natation 201

ÉVALUÉ – Portfolio d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2) & évaluation compétition d'entraîneur groupe d'âge *

NOTE: Portfolio: Préparer un plan mental

Critère: Aider les nageurs à être prêts mentalement pour les compétitions

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	Répond à «au-dessus de la norme» et: <input type="checkbox"/> Les stratégies développées par l'entraîneur sont favorisées par le SNC en tant que modèles pour les nouveaux entraîneurs.
Au-dessus de la norme	Répond à «norme pour la certification » et: <input type="checkbox"/> Réagit de façon adéquate aux situations imprévues et instaure des mesures afin de minimiser les distractions pouvant déranger les nageurs.
Norme PNCE pour la certification 	<input type="checkbox"/> Travaille avec les nageurs afin d'identifier des objectifs de performance appropriés. Par exemple, fournit stratégie et tactique, plan de temps de passage et les mots clés qui déclenchent les tactiques. <input type="checkbox"/> Présente une stratégie d'avant-compétition qui aide les nageurs à atteindre l'état mental nécessaire à la performance en gérant le niveau de concentration. Par exemple, une période de temps est fixée afin d'établir des séances de pré-concentration. <input type="checkbox"/> Présente une stratégie d'avant-compétition qui aide les nageurs à atteindre l'état mental nécessaire à la performance en gérant l'anxiété négative. Par exemple, l'entraîneur indique au nageur de revisiter le processus (étapes) utilisé tout au long de la saison pour gérer l'anxiété (tel qu'enseigné dans le matériel de référence de base en Théorie B et publié dans le PES). <input type="checkbox"/> Présente une stratégie d'avant-compétition qui aide les nageurs à atteindre l'état mental nécessaire à la performance en gérant les distractions. Par exemple, l'entraîneur trouve un local/endroit tranquille afin que les nageurs pratiquent leur routine et leurs habiletés de contrôle intentionnelles et émotionnelles préférées.
Sous la norme	<input type="checkbox"/> N'instaure pas de stratégies d'entraînement mental pour gérer la concentration. <input type="checkbox"/> N'instaure pas de stratégies d'entraînement mental pour gérer l'anxiété. <input type="checkbox"/> N'instaure pas de stratégies d'entraînement mental pour gérer les distractions. <input type="checkbox"/> N'établit pas d'objectifs de performance.




OBJECTIF: SOUTENIR L'EXPÉRIENCE COMPÉTITIVE

FORMÉ – Natation 201

ÉVALUÉ – Portfolio d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2) & évaluation compétition d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2) *

NOTE: Portfolio: Nutrition de la compétition

Critère: Fournir des conseils nutritionnels

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	Répond à «au-dessus de la norme» et: <input type="checkbox"/> Informe les nageurs à propos de l'usage et l'abus de suppléments nutritionnels.
Au-dessus de la norme	Répond à «norme pour la certification » et: <input type="checkbox"/> Offre des conseils aux nageurs ou aux parents pour l'hydratation et la nutrition après les compétitions.
Norme PNCE pour la certification 	<input type="checkbox"/> Offre des conseils aux nageurs ou aux parents en ce qui concerne la nutrition avant et pendant les compétitions. Par exemple, l'entraîneur organise des séances nageurs/parents qui portent sur les «bons aliments de compétition» – <i>avant et pendant la compétition</i> . <input type="checkbox"/> Prend les mesures appropriées pour s'assurer que les nageurs demeurent hydratés durant la compétition. Par exemple, l'entraîneur a appris aux nageurs à se réhydrater et à identifier les signes de déshydratation qui se trouvent à: canadiansportforlife.ca – Récupération et régénération par Angela Calder.
Sous la norme	<input type="checkbox"/> Ne fournit pas de conseils aux nageurs ou aux parents en ce qui concerne la nutrition avant et pendant les compétitions. <input type="checkbox"/> Ne prend pas les mesures appropriées pour s'assurer que les nageurs demeurent hydratés durant la compétition.




OBJECTIF: CONCEVOIR UN PROGRAMME DE SPORT

FORMÉ – Concevoir un programme de sport et natation 201

ÉVALUÉ – Portfolio d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2)

NOTE: Portfolio: Concevoir un plan de la saison

Critère: Définir la structure du programme selon les opportunités d'entraînement et les compétitions disponibles

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	Répond à «au-dessus de la norme» et: <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Identifie l'importance des compétitions afin de promouvoir le développement à long terme du nageur.<input type="checkbox"/> Identifie des opportunités de récupération et d'apprentissage/développement du nageur qui sont suffisantes entre les compétitions importantes.
Au-dessus de la norme	Répond à «norme pour la certification » et: <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Indique au plan du programme l'importance des facteurs et des composantes d'entraînement pour chaque période. (Par exemple, ligne épaisse, couleur, pourcentage).
Norme PNCE pour la certification 	Sur le calendrier saisonnier du plan d'entraînement saison (PEA): <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Identifie les objectifs principaux du programme.<input type="checkbox"/> Identifie les informations de base des nageurs (âge, niveau de développement du nageur, différences reliées au développement et à la croissance). Par exemple, les niveaux pour le contexte de groupe d'âge peuvent inclure S'entraîner à s'entraîner et Vie actif, l'entraîneur peut également montrer son tableau de suivi de croissance pour chaque nageur.<input type="checkbox"/> Identifie le calendrier de compétitions et le nombre de compétitions durant le programme. Par exemple, l'entraîneur indique l'importance de chaque compétition en utilisant Élevé, Médium ou Faible.<input type="checkbox"/> Identifie la durée de chaque période du programme (préparation, compétition et transition).<input type="checkbox"/> Identifie le nombre, la durée et la fréquence des séances d'entraînement pour chaque période du programme (préparation, compétition, transition). Par exemple, 16 micros pour la Phase de préparation générale (PPG), 8 micros pour la Phase de préparation spécifique (PPS), plus 2 micros pour la Phase de compétition 1 (PC1) et 1 micro pour la Phase de transition.
Sous la norme	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Présente seulement les informations de base du nageur et les éléments logistiques de saison (compétitions et séances d'entraînement).<input type="checkbox"/> Ne présente pas de calendrier indiquant le plan du programme.




OBJECTIF: CONCEVOIR UN PROGRAMME DE SPORT

FORMÉ – Concevoir un programme de sport & Natation 201

ÉVALUÉ – Portfolio d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2)

NOTE: Portfolio: Concevoir un plan de la saison

Critère: Identifier les mesures du programme pour promouvoir le développement du nageur

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	Répond à «au-dessus de la norme» et: <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Identifie les mesures ou stratégies systémiques pour compenser les éléments critiques du programme qui démontre des différences importantes avec le modèle PNCE ou DLTA du SNC et qui sont répandues dans la natation.
Au-dessus de la norme	Répond à «norme pour la certification » et: <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Détermine si les tendances observées dans le programme sont généralisées dans la natation.
Norme PNCE pour la certification 	<p>Pour le plan d'entraînement saison:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Priorise/quantifie les habiletés/compétences natation de développement dans le plan du programme. <u>Note:</u> Liste des heures d'eau par leurs zones (I, II, III) et Élevé, Médium ou Faible pour à sec.<input type="checkbox"/> Comparez et évaluez le ratio des séances d'entraînement et des journées de compétition dans du programme SNC avec celui des normes SNC par rapport aux principes de développement à long terme du nageur (voir le DLTA du SNC).<ul style="list-style-type: none">○ Identifie s'il y a suffisamment d'opportunités de compétition et d'entraînement adéquat pour le potentiel de développement selon les directives SNC-DLTA de S'entraîner à s'entraîner.○ L'entraîneur offre un court résumé qui détermine si le programme saisonnier favorise un potentiel de développement adéquat.○ Par exemple, la gamme de séance d'entraînement = 85% à 88% et des jours de compétition = 12% à 15%.<input type="checkbox"/> Identifie les stratégies utilisées dans le programme pour améliorer un alignement avec les principes DLTA pour le développement des habiletés athlétiques.<ul style="list-style-type: none">○ Identifie les problématiques les plus importantes du programme saisonnier et offre des solutions réalistes qui répondent aux directives DLTA-SNC. Par exemple, à la fin de chaque saison (bassin SC et bassin LC), l'entraîneur réfléchit aux problématiques qui sont survenues et comment chacune de ces problématiques peut être réglée lors de la prochaine saison.
Sous la norme	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Ne calcule pas les ratios entraînement-compétition.<input type="checkbox"/> Ne compare pas les ratios entraînement-compétition aux normes de développement à long terme (DLTA) PNCE ou NSO.<input type="checkbox"/> N'offre pas de stratégie ou de solution pour aider à aligner les ratios entraînement-compétition aux normes de développement à long terme (DLTA) PNCE ou SNC.




OBJECTIF: CONCEVOIR UN PROGRAMME DE SPORT

FORMÉ – Natation 101 et natation 201

ÉVALUÉ – Portfolio d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2)

NOTE: Portfolio: d'activité planification d'une séance d'entraînement efficace

Critère: Développer des plans d'entraînement qui incorporent les priorités d'entraînement saisonnières

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	<p>Répond à «au-dessus de la norme» et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Présente un modèle de plan saisonnier qui priorise les facteurs d'entraînement clé, les composantes et les objectifs en plus de fournir une séquence appropriée de ces éléments pour chaque période du plan qui est adopté par le natation et suivi par les autres entraîneurs.
Au-dessus de la norme	<p>Répond à «norme pour la certification » et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Identifie les ajustements à faire au modèle SNC afin de mieux refléter le programme en question tout en demeurant conforme aux principes DLTA SNC ou PNCE, aux principes de développement et croissance, aux principes de développement des habiletés athlétique et aux différents niveaux de développement des habiletés.<ul style="list-style-type: none">○ Offre une justification des ajustements suggérés.<input type="checkbox"/> Développe et présente un plan d'entraînement saisonnier (PES) qui incorpore des composantes spécifiques au natation, des composantes physiques et des stratégies mentales spécifiques à l'élaboration du programme (Par exemple, visualisation, identification d'objectifs, etc.).
Norme PNCE pour la certification 	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Utilise les procédures et le modèle SNC pour identifier correctement les objectifs d'entraînement et les habiletés athlétiques (développement, maintenance, consolidation) devant être accentués lors de moments spécifiques au cours de la saison. Par exemple, ceci peut simplement suivre les quatre phases des périodes PEA. Phases de préparation générale (PPG) et spécifique (PPS) et de même que la Phase compétition 1 (PC1) et la Phase de transition (PT).<input type="checkbox"/> Considère les éléments logistiques du votre programme; utilise les procédures SNC pour déterminer comment diviser correctement le temps d'entraînement disponible dans une semaine donnée du programme pour chaque séance d'entraînement.<input type="checkbox"/> Détermine le nombre total de séances d'entraînement ainsi que leur durée et calcule le temps d'entraînement total pour le plan hebdomadaire.<input type="checkbox"/> Développe des plans d'entraînement et des objectifs hebdomadaires qui répondent aux éléments ci-dessus pour les PPG, PPS, PC et PT.<ul style="list-style-type: none">○ Par exemple, présente un plan d'une semaine pour chaque <u>phase</u> (PPG, PPS et CP) du programme saisonnier qui identifie correctement les priorités et les objectifs principaux pour les habiletés athlétiques pour les deux à sec et de l'eau.○ Par exemple, présente un plan d'entraînement pour les plans hebdomadaires de chaque phase qui identifie les types d'exercices appropriés pour les habiletés athlétiques et les conditions d'entraînement pour les facteurs techniques et tactiques à l'intérieur de chacun des plans hebdomadaires.
Sous la norme	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Ne priorise pas correctement les habiletés athlétiques durant une semaine de la période de préparation et de la période de compétition du plan saisonnier.<input type="checkbox"/> N'identifie pas les objectifs pour chacune des habiletés nageur durant une semaine de la période de préparation et de la période de compétition du plan saisonnier.<input type="checkbox"/> Ne conçoit pas d'objectifs hebdomadaires ou ne soumet pas de plan d'entraînement pour les objectifs hebdomadaires.




OBJECTIF: GÉRER UN PROGRAMME

FORMÉ – Natation 201

ÉVALUÉ – Portfolio d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2)

NOTE: Portfolio: Gérer un groupe/club - rôles et les responsabilités

Critère: Gérer les aspects administratifs du programme et superviser les éléments logistiques

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	<p>Répond à «au-dessus de la norme» et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Démontrer une habilité à travailler avec les collègues entraîneurs (adjoints) en utilisant des qualités de leadership optimales.<ul style="list-style-type: none">○ La définition de leadership pour ce contexte est définie comme étant l'habilité d'influencer les autres à accepter, de façon volontaire, les objectifs du leader pour permettre de meilleurs résultats futurs et pour permettre de travailler ensemble afin d'atteindre ces résultats.○ Un bon leadership comprend le travail collaboratif avec les autres, reconnaît les idées et l'apport des autres, reconnaît les efforts et l'atteinte d'objectifs, agit en tant que modèle à suivre, maintient une vision positive du futur, a une bonne capacité d'écoute, etc.
Au-dessus de la norme	<p>Répond à «norme pour la certification » et:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Délègue des activités aux collègues entraîneurs (adjoints) de façon appropriée et reconnaît leurs idées ainsi que leur apport au programme.<input type="checkbox"/> S'assure que des critères écrits sont disponibles pour la sélection.<input type="checkbox"/> S'assure que les critères et procédures de sélection sont disponibles aux les nageurs.<input type="checkbox"/> Travaille avec les bénévoles et les administrateurs afin de préparer les budgets et traiter des autres éléments financiers. Par exemple, l'entraîneur soumet ses besoins quant à l'équipement nécessaire pour la formation.
Norme PNCE pour la certification 	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Présente un outil de communication qui identifie la philosophie et les objectifs du programme.<ul style="list-style-type: none">○ Les outils de communication peuvent inclure une lettre aux nageurs ou parents, un courriel, un bulletin d'information, une chaîne téléphonique, etc....<input type="checkbox"/> Fournit un calendrier d'entraînement et de compétition.<input type="checkbox"/> Identifie les attentes reliées au comportement et à l'engagement et identifie les conséquences appropriées.<ul style="list-style-type: none">○ Les attentes peuvent être indiquées dans un code de comportement «à la maison et à l'extérieur» du club ou développées grâce à une stratégie mutuelle d'identification d'objectifs.<input type="checkbox"/> Facilite les éléments logistiques pour les compétitions à l'extérieur. (Par exemple, arrangements pour les déplacements, nourriture, supervision, etc.). L'entraîneur peut partager les plans de voyage en avance des groupes pour des raisons reliées au budget ou par rapport aux vacances des parents.
Sous la norme	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> N'utilise pas les outils de communication ou les autres formes d'informations pour indiquer la philosophie et les objectifs du programme.<input type="checkbox"/> Ne fournit pas un calendrier d'entraînement et de compétition.<input type="checkbox"/> N'identifie pas les attentes reliées au comportement ou à l'engagement et n'identifie pas les conséquences appropriées.




OBJECTIF : GÉRER UN PROGRAMME

FORMÉ – Natation 201

ÉVALUÉ – Portfolio d'entraîneur groupe d'âge (niveau 2)

NOTE: Portfolio: suivi de performance du nageur

Critère: Communiquer les progrès du nageur tout au long du programme

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	Répond à «au-dessus de la norme» et: <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> SNC identifie les outils d'évaluation et de suivi de l'entraîneur comme les modèles meilleures pratique, pouvant être partagés avec d'autres entraîneurs.
Au-dessus de la norme	Répond à «norme pour la certification» et: <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Évalue et fait un suivi des indicateurs de performance vis-à-vis des objectifs du nageur ou de l'équipe (résultats de la condition physique, présences, journal d'entraînement, volume d'entraînement, etc.).<input type="checkbox"/> Présente un résumé planifiée d'évaluation ou d'entrevue au nageur ou aux parents pour discuter des progrès vis-à-vis des objectifs individuels.<input type="checkbox"/> Utilise des compétences et des stratégies de communication efficaces pour promouvoir les messages du programme.
Norme PNCE pour la certification 	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Présente une évaluation des facteurs pertinents de performance. Par exemple, outils de suivi utilisés pour les données physiques, techniques, tactiques et mentales conformément au PES publié par l'entraîneur.<input type="checkbox"/> Identifie des étapes d'amélioration et des niveaux de progression appropriés. Par exemple, interprétation de tous les tests d'un nageur après chaque période d'évaluation (peuvent inclure les clips vidéo).<input type="checkbox"/> S'assure de la confidentialité des informations et prend les mesures nécessaires pour maximiser le niveau de confidentialité. Par exemple, l'entraîneur a une stratégie pour accéder aux informations protégées du nageur nécessaires pour les tests et l'EPA (à la fois les sites d'entraînement et de la compétition).
Sous la norme	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Fournit une évaluation de performance qui est vague et imprécise.<input type="checkbox"/> Fournit une documentation limitée quant au progrès du nageur à l'intérieur du programme.<input type="checkbox"/> Fournit une évaluation du nageur qui est anecdotique ou subjective et qui n'identifie pas clairement les facteurs de performance clé ou les domaines nécessitant des améliorations.




OBJECTIF: PRISE DE DÉCISIONS ÉTHIQUES

FORMÉ – Classe de multisports – prise de décisions éthiques

ÉVALUÉ – Prise de décisions éthiques compétition-introduction évaluation en ligne

NOTE: <http://www.coach.ca/worshop-s14169>

Critère: Utiliser un processus de six étapes pour la prise de décisions éthiques

Niveau de réussite	Observation: exemples de standard essentiel de certification en natation
Très efficace	<input type="checkbox"/> Résultat de 100% pour l'évaluation en ligne pour la prise de décisions éthiques pour la compétition – contexte d'introduction
Au-dessus de la norme	<input type="checkbox"/> Résultat de 90% et plus pour l'évaluation en ligne pour la prise de décisions éthiques pour la compétition – contexte d'introduction
Norme PNCE pour la certification 	<input type="checkbox"/> Termine l'évaluation en ligne pour la prise de décisions éthiques pour la compétition – contexte d'introduction avec une note de passage de 75% en utilisant les étapes suivantes: <ul style="list-style-type: none">○ Établit les faits de la situation en question○ Détermine s'il s'agit d'une question éthique ou juridique○ Identifie les décisions possibles ainsi que les conséquences possibles pour la situation en question○ Identifie les avantages et les inconvénients de chaque décision○ Sélectionne la meilleure option○ Conçoit un plan d'action et un plan pour gérer les conséquences
Sous la norme	<input type="checkbox"/> Ne complète pas l'évaluation en ligne pour la prise de décisions éthiques pour la compétition – contexte d'introduction <input type="checkbox"/> Résultat en-dessous de la norme pour l'évaluation en ligne pour la prise de décisions éthiques pour la compétition – contexte d'introduction