Compétition-Développement PORTFOLIO nº 2 – Tir à la carabine

Nom de la tâche / Travaux du MMS	Document où se trouve la tâche	Page	Description de la tâche	Complété OUI / NON	Date
Plan d'action d'urgence dans les compétitions	Outil nº 2 d'évaluation du portfolio de l'entraîneur de tir à la carabine	2	Partie 1b 9 tâches		
Plan annuel		3	Partie 3a tâches 1 à 10		
	Microcycles	4	Partie 3b tâches 1 à 8		
	Phase finale (affûtage)	4	Partie 3c tâches 1 à 5		
Gestion d'un programme de sport	5 des 7 éléments sont exigés aux fins de la certification	5	Éléments 1 à 7		
Plan de développement des habiletés de leadership de l'entraîneur	5 des 7 éléments sont exigés aux fins de la certification	5	Partie 5a éléments 1 à 6		
Préparation psychologique	1 preuve dans chaque élément	6	Partie 5b Établissement d'objectifs 1 à 3; Critique de la performance 1-2		

Réussite du MMS requise pour passer à l'atelier 2			Ces tâches doivent être achevées au moment de la présentation du **deuxième portfolio**		
Gestion de conflit	Tâches durant l'atelier du MMS		Évaluation en ligne		
Diriger un sport sans dopage	Tâches durant l'atelier du MMS		Évaluation en ligne		
Psychologie de la performance	Tâches durant l'atelier du MMS		Remis à l'évaluateur de la FTC		

Réussite du MMS requise pour passer à l'évaluation			Ces tâches ne doivent pas nécessairement être achevées au moment de la présentation du portfolio		
Planification de la performance	Tâches durant l'atelier du MMS		Remis à l'évaluateur de la FTC		
Planification avancée d'une séance d'entraînement	Tâches durant l'atelier du MMS		Remis à l'évaluateur de la FTC		
Efficacité en entraînement et en leadership	Tâches durant l'atelier du MMS		Remis à l'évaluateur de la FTC		
Prévention et récupération	Tâches durant l'atelier du MMS		Remis à l'évaluateur de la FTC		
Développement des qualités athlétiques	Tâches durant l'atelier du MMS		Remis à l'évaluateur de la FTC		
Gestion d'un programme de sport	Tâches durant l'atelier du MMS		Remis à l'évaluateur de la FTC		

ÉVALUATION DU PORTFOLIO Nº 2

Nom de l'entraîneur :	**Prénom :**	**Nº du PNCE :**	

Remarque à l'intention de l'évaluateur : Reporter les totaux sur la page de résumé pour l'évaluation générale finale

Partie 1b **Plan d'action d'urgence POUR LES COMPÉTITIONS**

	L'entraîneur est capable de . . .	**Liste de contrôle**	**Remarques**
1	Indiquer l'emplacement des téléphones (fixes ou cellulaires).		
2	Déterminer la liste des numéros de téléphone d'urgence.		
3	Indiquer l'emplacement des fiches médicales de chaque athlète, s'il y a lieu.		
4	Indiquer l'emplacement d'une trousse de premiers soins complète.		
5	Identifier la personne responsable des appels et la personne responsable du contrôle.		
6	Identifier les secouristes (le cas échéant).		
7	Déterminer la voie d'évacuation.		
8	Fournir l'itinéraire pour accéder au lieu de l'activité.		
9	Fournir le protocole régissant la mise en sécurité des armes à feu en cas d'urgence (s'il y a lieu dans cette discipline).		
	<u>Tous</u> les éléments sont exigés aux fins de la certification		**Complet Incomplet (encerclez)**

ÉVALUATION DU PORTFOLIO

Partie 3a **PLAN ANNUEL**

	L'entraîneur est capable de . . .	**Liste de contrôle**	**Remarques**
1	Présenter un plan annuel indiquant les éléments suivants :		
2	Le plan doit être élaboré pour un athlète en particulier		
3	Nombre de semaines que compte le programme		
4	Charge d'entraînement		
5	Compétitions		
6	Priorités en matière d'entraînement		
7	Sommet(s) de performance		
8	Dates de l'examen préalable et du deuxième examen	physique	
8a	Effectués par un médecin de famille ou un autre professionnel	vision	
8b		médical	
8c	Effectués par un médecin de famille ou un autre professionnel	technique	
8d		essais sur le terrain	
8e	Simulation de tournoi, etc. État de préparation psychologique (voir la partie 5b)	mental	
9	Périodes de récupération		
10	Phases d'entraînement (préparation générale, préparation spécifique, compétition, transition/récupération) – les dates spécifiques doivent être indiquées		
	<u>Tous</u> les éléments sont exigés aux fins de la certification		**Complet / Incomplet (encerclez)**

Partie 3b **MICROCYCLES**

Guide de notation : 1 : Amélioration requise, **2 :** Satisfait aux normes, **3 :** Excède les normes

	L'entraîneur est capable de . . .	**Note/ critique**	**Remarques**
1	Fournir un microcycle pour chacune des phases d'entraînement (préparation spécifique et compétition).		
2	Déterminer où s'inscrivent les microcycles dans le plan annuel.		
3	Planifier des activités qui cadrent avec la phase déterminée du plan d'entraînement.		
4	Démontrer que les séances d'entraînement du microcycle qui sont prévues dans le plan tiennent compte des niveaux de fatigue prévus, de la récupération entre les séances d'exercices et les compétitions, et des objectifs du plan annuel.		
5	Démontrer que des pratiques de récupération et de régénération sont prévues dans le plan hebdomadaire.		
6	Démontrer que les activités d'entraînement sont adaptées à l'âge et à l'expérience d'entraînement de l'athlète (les lignes directrices en matière de DLTA de la FTC sont observées).		
7	Planifier un entraînement axé sur les éléments suivants (force-endurance, équilibre, aérobie, flexibilité, habiletés et temps de réaction, s'il y a lieu) pour assurer leur développement et leur maintien conformément à la discipline de tir.		
8	Développer progressivement les habiletés physiques, techniques et mentales qui conduiront à une exécution efficace en compétition.		
	Certification : Échelle de pointage totale de 16 à 24 points		

Partie 3c **PHASE DE PRÉPARATION FINALE (les deux semaines précédant la compétition la plus importante)** **AFFÛTAGE**

Guide de notation : 1 : Amélioration requise, **2 :** Satisfait aux normes, **3 :** Excède les normes

	L'entraîneur est capable de . . .	**Note/ Critique**	**Remarques**
1	Déterminer la compétition ou les compétitions principales de l'année dans le plan annuel.		
2	Déterminer les compétitions au cours desquelles la phase de préparation finale sera évaluée.		
3	Établir les microcycles pour les deux semaines précédant la compétition principale de l'année, dont une description de la compétition et des activités d'entraînement.		
4	Adapter les activités d'affûtage et d'atteinte de la performance optimale en suivant les principes suivants : ➢ Réduction du volume d'entraînement ➢ Maintien d'un volume suffisant d'entraînement de haute intensité ➢ Réduction de la fatigue résultant des séances d'entraînement ➢ Maintien de la fréquence des séances d'entraînement ➢ Activités en lien direct avec l'événement auquel participera l'athlète		
5	Établir une stratégie précise de gestion du sommeil, de la nutrition, de l'hydratation et de la préparation mentale au cours des deux semaines précédant la compétition identifiée		
	Certification : 10-15		

ÉVALUATION DU PORTFOLIO

PARTIE 4 GESTION D'UN PROGRAMME DE SPORT

	L'entraîneur est capable de . . .	**Liste de contrôle**	**Remarques**
1	Fournir un outil de communication qui expose la philosophie et les résultats du programme.		
2	Démontrer la façon dont la vie privée de l'athlète est prise en considération et dont ses renseignements personnels ne sont communiqués qu'aux intervenants appropriés.		
3	Fournir un calendrier d'entraînement et de compétition aux athlètes, aux parents, aux entraîneurs adjoints et à d'autres intervenants (ESI).		
4	Déterminer les attentes quant au comportement et à l'engagement ainsi que les conséquences en cas d'inconduite.		
5	Présenter un plan concernant les aspects logistiques des compétitions à l'extérieur (dispositions de voyage, repas, accompagnateurs, etc.).		
6	Présenter un plan de rencontre périodique avec les athlètes (et d'autres intervenants – parents/officiels du club s'il y a lieu) pour examiner les progrès de l'athlète (en fonction des évaluations, des séances d'entraînement et des résultats obtenus aux compétitions).		
7	Présenter des preuves qu'une séance de critique ou un entretien a eu lieu avec l'athlète (et d'autres intervenants, dont les parents, s'il y a lieu) pour discuter des objectifs et des progrès vers leur réalisation.		
	5 des 7 éléments sont exigés aux fins de la certification		

Partie 5a PLAN DE DÉVELOPPEMENT DES HABILETÉS DE LEADERSHIP DE L'ENTRAÎNEUR

	Le plan de leadership. . .	**Liste de contrôle**	**Remarques**
1	Met en œuvre une stratégie de renforcement d'équipe.		
2	Aide les athlètes ou le groupe d'athlètes à acquérir les habiletés, les tactiques ou les stratégies.		
3	Aide les athlètes ou le groupe à atteindre leurs objectifs.		
4	Favorise la collaboration en établissant des relations de confiance.		
5	Dynamise le reste du groupe en stimulant l'autodétermination et en proposant des stratégies pour renforcer la confiance.		
6	Communique un message clair et concis que les athlètes et leurs supporteurs comprennent.		
	4 des 6 éléments sont exigés aux fins de la certification		

Suite

Partie 5b **PLAN DE PRÉPARATION PSYCHOLOGIQUE**

	ÉTABLISSEMENT D'OBJECTIFS		
1	Démontrer que des stratégies d'établissement d'objectifs et d'adaptation fondées sur la performance et les résultats sont intégrées dans le programme.		
2	Démontrer que l'athlète a participé à l'établissement des objectifs, et que ceux-ci ne viennent pas uniquement de l'entraîneur.		
3	Démontrer que les objectifs du plan ont été examinés tout au long de la saison.		
	Montrer que les objectifs sont spécifiques et mesurables.		
	CRITIQUE DE LA PERFORMANCE		
1	Démontrer la façon dont l'entraîneur entend critiquer efficacement la performance de l'athlète.		
2	Déterminer les questions clés que l'entraîneur poserait lors d'une séance critique.		
	Pour obtenir la certification : une preuve dans chaque élément et 10 éléments sur 13 au total		

Nom de l'entraîneur :	Prénom :	Nº du PNCE :	

SOMMAIRE DU POINTAGE

PARTIE		Éléments exigés aux fins de la certification	Résultat de l'entraîneur
1b	Plan d'action d'urgence POUR LES COMPÉTITIONS	Compléter tout	
3a	Plan annuel	Compléter tout	
3b	Microcycles	16-24	
3c	Phase de préparation finale – Affûtage	10-15	
4	Gestion d'un programme de sport	5	
5a	Plan de développement des habiletés de leadership de l'entraîneur	5	
5b	Plan de préparation psychologique	10	
	Plan de préparation psychologique – Établissement d'objectifs	4	
	Plan de préparation psychologique – Critique		

Recommandation				
		Une autre évaluation requise		Crédit en vue de la certification
Résumé de l'évaluateur			**Nº du PNCE :**	
Signé			Date	
Évaluateur				
	Nom		Prénom	