



Compétition - Développement du PNCE — FAQ

Entraîneur : Que dois-je faire pour obtenir ma certification Compétition — Développement :

1. S'inscrire au cours

a. Séances en classe :

Séance 1 : Orientation (janvier, 2 heures)

- Présentation du programme
- Introduction au portfolio
- Introduction aux sujets avancés
- Exigences des modules multisports

Séance 2 : Environnement d'entraînement (mars, 2 heures)

- Mise en place d'un environnement d'entraînement optimal pour le cyclisme
- Vérification de l'état d'avancement du portfolio
- Présentations des étudiants — application des sujets avancés
- Mise au point sur les modules multisports

Séance 3 : Environnement de compétition (avril, 2 heures)

- Mise en place d'un environnement de compétition optimal pour le cyclisme
- Vérification de l'état d'avancement du portfolio
- Processus d'évaluation des entraîneurs du PNCE — Prochaines étapes
- Mise au point sur les modules multisports
- Récapitulation

Entraîneur : Quels sont les sujets avancés ?

Module connexe	Sujet	Document sur Dropbox ?	Enregistrement du webinaire disponible ?
Efficacité en entraînement et en leadership	Développer la responsabilité de l'athlète	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Planification de la performance	Analyse de la performance de l'athlète	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
"	Ajustement de vélo avancé	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Planification avancée d'une séance d'entraînement	Gestion de la charge d'entraînement et de la récupération	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
"	Développer des compétences tactiques (par discipline)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gestion d'un programme sportif	Élaborer le plan d'une équipe pour une saison	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Environnement d'entraînement	Planification d'un projet de camp ou d'entraînement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
"	Maintenir un environnement d'équipe positif	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Développement des qualités athlétiques	Entraînement pratique de la force et de la puissance	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
"	Contrôler l'entraînement en utilisant la puissance	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prévention et récupération	Approche spécifique aux femmes (par exemple, DERS)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
"	Mesurer la fatigue et la récupération	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
"	Retour au sport sécuritaire après une maladie ou une blessure	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Psychologie de la performance	Santé mentale de l'athlète de cyclisme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
"	Pleine conscience pour les athlètes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Projet de compétition	Gestion d'un projet de compétition	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
"	Gestion d'un projet de cyclisme sur piste	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
"	Règles applicables aux projets internationaux (règles de l'UCI)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Les étudiants sélectionnent cinq des sujets énumérés ci-dessus. Ils devront ensuite rédiger un document d'une page sur la manière dont l'entraîneur peut appliquer les informations de ce sujet à son environnement d'entraînement ou de compétition. Ce document doit être soumis avec le portfolio.

Combien de temps faut-il pour compléter le cours ?

- Vous pouvez compléter la partie de Cyclisme Canada du cours Compétition — Développement du PNCE en une seule année. Les modules multisports du PNCE peuvent prendre plus de temps en fonction de la période à laquelle chaque cours est offert. Votre portfolio doit aussi être complété et évalué avant d'obtenir votre certification du niveau Compétition — Développement du PNCE.

Quels modules multisports dois-je suivre ?

- Diriger un sport sans dopage
- Efficacité en entraînement et en leadership
- Planification de la performance
- Planification avancée d'une séance d'entraînement
- Gestion d'un programme sportif
- Développement des qualités athlétiques
- Gestion des conflits
- Prévention et récupération
- Psychologie de la performance

Vous pouvez suivre ces modules dans l'ordre que vous voulez, mais ils sont tous nécessaires pour obtenir la certification complète du niveau Compétition — Développement.

J'ai suivi le cours dans l'ancien système, mais je dois encore terminer mon portfolio et mon évaluation. Que dois-je faire ?

1. Complétez le nouveau modèle de portfolio qui inclut les sujets avancés (choisissez-en cinq et soumettez un document d'une page pour chaque sujet en indiquant comment vous les intégrerez dans votre environnement d'entraînement ou de compétition. Une fois terminé, votre portfolio doit être évalué.)
2. Complétez les modules multisports, comme stipulé ci-dessus.
3. Faites-vous évaluer dans le cadre d'un camp d'entraînement ou d'une compétition. Nous communiquerons avec vous afin de déterminer la meilleure façon de satisfaire à cette exigence.



J'ai entendu dire qu'il y avait des entraîneurs mentors dans ce programme. Comment cela fonctionne-t-il ?

Nous vous fournirons les coordonnées d'un(e) entraîneur(e) mentor(e) qui pourra vous offrir du soutien dans les domaines suivants :

1. Comment remplir le portfolio.
2. Conseils pratiques visant à aider l'entraîneur(e) à développer un meilleur environnement d'entraînement ou de compétition.
3. L'entraîneur(e) mentor(e) est disponible pour deux séances de 30 à 45 minutes entre la première et la troisième séance pour chaque année de la cohorte.
4. Votre entraîneur(e) mentor(e) vous sera attribué à la première séance.