



Entraîneur de la performance de RCA 2019 (Compétition – Développement du PNCE)

Présenté dans le cadre de la conférence nationale de RCA

DÉBUT DE LA PÉRIODE D'INSCRIPTION : 22 octobre 2018 (maximum de 20 entraîneurs)

FINS DE LA PÉRIODE D'INSCRIPTION : 15 novembre 2018

Les entraîneurs seront acceptés selon les exigences stipulées ci-dessous et une possible consultation avec l'entraîneur en chef, l'association provinciale et le comité de formation et de perfectionnement des entraîneurs de RCA.

Les entraîneurs doivent avoir :

1. suivi une formation antérieure du PNCE (comme Apprendre à ramer, Entraîneur de RCA ou les Niveaux 1, 2, 3);
2. une recommandation (bref courriel) de l'entraîneur en chef du club, du président du club ou de l'entraîneur provincial indiquant notamment l'expérience du candidat comme entraîneur et le niveau des athlètes qu'il entraîne actuellement;
3. au moins 3 ans d'expérience comme entraîneur auprès d'athlètes des phases Apprendre à faire de la compétition et S'entraîner pour la compétition.

La priorité est accordée aux entraîneurs qui ont :

1. terminé ou sont en voie de terminer les modules multisports en contexte compétition-développement du PNCE (**Effacité en entraînement et en leadership, Gestion des conflits, Diriger un sport sans dopage, Psychologie de la performance, Développement des qualités athlétiques, Prévention et récupération, Prise de décisions éthiques**) offerts par chaque [représentant provincial de la formation des entraîneurs](#).

LIEU ET DATES : [Hôtel Arts](#), Calgary (Alberta)

Jeudi 24 janvier 2019 (8 h) au samedi 26 janvier 2019 (16 h)

FRAIS D'INSCRIPTION : 510 \$ par entraîneur (couvre le matériel de cours, les frais de formation du formateur, les repas de la conférence). Les participants sont responsables de leur transport et de leur hébergement.

CONTENU DU COURS

Voici les sujets abordés dans le cadre du cours :

- **Le soutien des athlètes en entraînement** (catégories d'intensité, plan d'action d'urgence)
- **L'analyse de la performance** (détection des lacunes, biomécanique, technique, réglage)
- **Le soutien à l'expérience de compétition** (évaluation de l'état de préparation pour la compétition)
- **La planification d'un entraînement** (révision du plan d'action d'urgence)
- **L'élaboration d'un programme sportif** (création d'un plan d'entraînement annuel, utilisation d'outils technologiques)



- **La gestion d'un programme sportif** (gestion d'une équipe, sélection)

MATÉRIEL ET EXERCICE À FAIRE AVANT L'ATELIER : Les participants auront un exercice à soumettre avant l'atelier.

Pour toute question à propos de l'atelier d'entraîneur de la performance ou pour vous inscrire à l'atelier, veuillez communiquer avec Colleen Miller à colleenmiller@rowingcanada.org.