

PARCOURS DE L'ENTRAÎNEUR DE PERFORMANCE DE RCA

Prérequis

1. Créer un compte et s'inscrire auprès de RCA à titre d'entraîneur (membership.rowingcanada.org)
2. S'inscrire sur « Le Casier » (lecasier.coach.ca)
3. Obtenir/Vérifier la carte de conducteur d'embarcation de plaisance (CCEP)
4. Formation et/ou certification préalable du PNCE
5. Lettre de recommandation d'un entraîneur senior
6. 3 ans à titre d'entraîneur d'athlètes Apprendre à faire de la compétition/ S'entraîner à la compétition

MODULES ET ATELIERS

1

Modules multisports du PNCE

1. * Prise de décisions éthiques
2. * Gestion des conflits
3. * Diriger un sport sans dopage
4. Psychologie de la performance
5. Développement des qualités athlétiques
6. Prévention et récupération
7. Efficacité en entraînement et en leadership

* Possibilité de ne pas suivre le module et de tenter de faire l'évaluation en ligne

Il est recommandé de terminer les modules multisports avant de suivre l'atelier d'entraîneur de performance de RCA

Atelier de l'entraîneur de performance de RCA dans le cadre de la Conférence de RCA

1. **Module d'apprentissage en ligne**
« Principes fondamentaux de l'aviron » de RCA
2. **Analyse de la performance**
(biomécanique, réglages, technique, technologie)
3. **Gestion d'un programme sportif**
(sélection, évaluation du potentiel compétitif)
4. **Soutien aux athlètes en entraînement**
(planification d'une séance d'entraînement)
5. **Élaboration d'un programme sportif**
(Plan d'entraînement annuel, sélection, soutien de

VOUS ÊTES EN FORMATION

Téléverser les éléments suivants dans votre portfolio dans la Base de données de formation des entraîneurs ou les transmettre par courriel à RCA à coacheducation@rowingcanada.org

1. Exercices à faire après l'atelier de l'entraîneur de performance, y compris votre 2 plan d'entraînement annuel et le document de sélection (obligation de satisfaire aux attentes pour obtenir le statut « formé »)

2

CRÉATION DU PORTFOLIO



VOUS ÊTES FORMÉ

ÉVALUATION 1

Effectuer l'évaluation en ligne sur lecasier.coach.ca (obligatoire)

Une seule évaluation pour la PDE est requise

1. Prise de décisions éthiques
2. Gestion des conflits
3. Diriger un sport sans dopage

ÉVALUATION 2

1. Soumettre vos exercices à faire après l'atelier, y compris votre plan d'entraînement annuel et le document de sélection, à l'évaluateur
2. Observation directe
 - Entraînement (deux séances sur l'eau)
 - Sélection
 - Compétition

ÉTAPES DE L'ÉVALUATION

3



VOUS ÊTES CERTIFIÉ

Une fois les évaluations réussies, vous êtes certifié dans

MAINTIEN DU STATUT D'ENTRAÎNEUR

Afin de maintenir leur certification, les entraîneurs doivent obtenir des points de perfectionnement