

DESCRIPTION DU COURS D'ENTRAÎNEUR DE CLUB (Anciennement niveau 2 technique)

Cette formation est conçue pour préparer les entraîneurs qui travaillent avec un groupe d'épreuves spécifiques dans un milieu de club, ou les entraîneurs qui travaillent dans le milieu scolaire et qui veulent acquérir une connaissance approfondie d'un groupe d'épreuves spécifiques. Les athlètes avec lesquels les entraîneurs travailleront à ce niveau sont âgés entre 15 à 17 ans. Les modules sont conçus pour répondre aux besoins d'entraîneurs qui travailleront avec des athlètes dans le domaine d'un groupe spécifique d'épreuves dans un contexte d'un club. Dans cette formation d'entraîneur de club, les participants choisiront un groupe d'épreuves dans lequel ils veulent se spécialiser : sprints/haies, lancers, sauts ou endurance. Depuis l'automne 2009, la course en fauteuil roulant est devenue un autre domaine de spécialisation offert.

La formation de l'entraîneur de club est composée d'activités générales et spécifiques au groupe d'épreuves choisies. Les ateliers se déroulent une fin de semaine du vendredi soir au dimanche après midi. Si un entraîneur désire obtenir plus d'une spécialisation, il peut le faire et participer aux sessions spécifiques (pratiques) une fois qu'il a terminé l'ensemble de la formation d'entraîneur de club.

Les modules/résultats attendus présentés dans cette formation sont : soutien aux athlètes en entraînement; conception d'un programme sportif; analyse de la performance et soutien aux athlètes en compétition. L'évaluation pour la certification est axée sur une série de résultats attendus, qui sont décrits à la section résultat attendus.

Les entraîneurs qui désirent se faire évaluer doivent communiquer avec la Fédération québécoise d'athlétisme afin d'organiser une évaluation.

Voici le contenu de la formation d'entraîneur de club :

- Développement à long terme de l'athlète;
- Préparation mentale;
- Nutrition;
- Module technique du groupe d'épreuves;
- Analyse de la performance;
- Force;
- Planification annuelle