



DÉBUT

Prérequis

Âge minimum : 16 ans

Recommandé pour les entraîneurs avec des patineurs des stades de développement Apprendre à s'entraîner et S'entraîner à s'entraîner

EN COURS DE FORMATION

Atelier

Deux fins de semaine (32 heures)

- Partie A
- Partie B

(en cours de formation à la fin de la partie A)

Modules

- Planification d'une séance d'entraînement
- La technique II
- L'équipement II
- La nutrition
- Tactiques et stratégies
- Habiletés mentales de base
- Analyse de la performance II
- La prise de décisions éthiques II
- Élaboration d'un programme sportif de base

FORMÉ(E)S

Portfolio

Compléter le portfolio requis inclus:

- Mon groupe d'entraînement
- La communication de votre programme
- Le plan d'action d'urgence (PAU)
- Un exemple du plan d'une séance d'entraînement.
- L'analyse d'un enregistrement vidéo.
- Le plan saisonnier

Évaluations

- Observation direct durant l'entraînement - Évaluation et bref
- Prise de décisions éthiques

CERTIFIÉ(E)S

