



## ENTRAINEUR

OPTION(S) :

- |  |   |   |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Poids             | <input type="checkbox"/> Longueur           | <input type="checkbox"/> Courses sur route              |
| <input type="checkbox"/> Disque            | <input type="checkbox"/> Triple saut        | <input type="checkbox"/> Trail et course en montagne    |
| <input type="checkbox"/> Marteau           | <input type="checkbox"/> Hauteur            | <input type="checkbox"/> Marche nordique de compétition |
| <input type="checkbox"/> Javelot           | <input type="checkbox"/> Perche             |   |
| <input type="checkbox"/> Marche athlétique | <input type="checkbox"/> Sprint haies court |   |
| <input type="checkbox"/> Demi-fond         | <input type="checkbox"/> Sprint haies long  | <input type="checkbox"/> Epreuves combinées             |

Un stagiaire ayant validé plusieurs modules de spécialité **d'une même famille**, dans son parcours de formation, pourra présenter l'examen pour ses différentes options (spécialités d'une même famille) en une seule fois

### REFERENTIEL D'EVALUATION

Nom du candidat : .....

N° de licence : .....

Signature candidat :

#### Epreuve unique (séance + dossier + entretien)

**Date et lieu de l'épreuve :**

**Groupe encadré :**

*Listes des compétences attendues pour cette qualification*

<b>Responsabilité et éthique</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>
Le candidat est capable de se situer au sein du monde fédéral		
Le candidat utilise son rôle d'encadrant pour transmettre des valeurs d'éducation, d'épanouissement, d'intégration (comme la loyauté, le courage, la combativité, le dépassement de soi, la rigueur, l'autonomie, le respect, la solidarité, la tolérance, l'esprit d'équipe)		
Le candidat est conscient de sa responsabilité en tant qu'encadrant		

<b>Animer et sécuriser</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>
Le candidat a préparé la séance (objectifs, exercices, adaptations, matériel...)		
Le candidat montre des éléments de maîtrise de la gestion du groupe et donne de l'entrain		
Le candidat communique de façon adaptée et efficace avec les athlètes (voix, placement, explications, démonstration, feed-back)		

Le candidat participe au bon déroulement de la séance et optimise ainsi le temps de pratique		
Le candidat met en place des situations, organise le passage des athlètes et apporte les consignes nécessaires et pertinentes. Le cas échéant, il adapte et individualise le travail (Parcours différenciés, respect des temps de travail/repos, charge de travail)		
Le candidat propose des situations et utilise le matériel sans mettre en danger l'intégrité physique des athlètes de façon inconsidérée		
Le candidat applique les règles de sécurité élémentaires (surveillance, matériel, organisation exercices, consignes)		
Le candidat est capable de faire un bilan critique de sa prestation d'encadrement de la séance		

<b>Gainage, placement et renforcement</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>
Le candidat transmet et applique les notions de placement du bassin et du dos dans les situations d'athlétisme et dans les exercices de renforcement		
Le candidat est capable de mettre en œuvre de façon appropriée des exercices basiques de renforcement musculaire		

<b>Principes de développement des qualités athlétiques</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>
Le candidat identifie le phénomène d'adaptation/d'entraînement et en connaît les grandes règles et principes		
Le candidat connaît le principe des filières d'approvisionnement en énergie de l'organisme et ses conséquences sur l'entraînement		

<b>Intervenir à partir des fondamentaux de l'athlétisme</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>
Le candidat est capable d'identifier les éléments fondamentaux de l'athlétisme en lien avec la famille de spécialité		
Le candidat est capable de mettre en œuvre des éducatifs ou des exercices (consignes, démonstration, explications, corrections) en lien avec les fondamentaux de la famille de spécialité		

<b>Intervenir dans les disciplines de la famille de spécialité</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>
Le candidat est capable de mettre en place des situations d'apprentissages et/ou de préparation adaptées dans les disciplines de la famille de spécialités présentée		
Le candidat est capable de repérer les principaux défauts et d'y remédier		
Le candidat est capable de démontrer ou à défaut d'expliquer pour transmettre les attendus d'une situation et plus largement pour délivrer un modèle de référence dans les disciplines de la famille de spécialité présentée		
Le candidat sait être exigeant et rigoureux dans les détails de la réalisation		
Le candidat connaît les bases réglementaires de compétition des disciplines de la famille de spécialités présentée		

<b>Relation entraîneur athlète</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>
Connait les procédés simples de la relation interpersonnelle et d'une approche mentale avec des athlètes		
Est capable de se positionner dans sa relation avec l'athlète		
Est capable de gérer sa relation avec les athlètes pour favoriser la performance		

<b>Préserver l'athlète</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>
Connait les règles élémentaires d'hygiène de vie alimentaire de l'athlète et principes diététiques		
Connait les principaux risques de blessures et leurs origines		
Est capable de composer l'entraînement en limitant les risques de blessure		
Est capable d'écouter et conseiller les athlètes par rapport à leur hygiène de vie		

<b>Développer les capacités physiques dans la famille de spécialité</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>
Connait les principes et paramètres du renforcement musculaire, principes de programmation, principes physiologiques de la production d'énergie		
Est capable de composer des séances de préparation physique en cohérence avec la spécialité		
Est capable d'adapter et d'individualiser l'entraînement, ses interventions		

<b>Règlementation dans la famille de spécialité</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>
EC de préparer les athlètes à la compétition grâce à sa connaissance des règlements de la famille de spécialité		

<b>Améliorer la performance dans la/les spécialité(s)</b>	<b>Oui</b>	<b>Non</b>
Connait les exigences techniques et physiques de la spécialité notamment en référence avec le haut-niveau		
EC de proposer un contenu d'entraînement en cohérence avec une planification de la saison		
EC d'individualiser un programme d'entraînement en vue de la réalisation d'un objectif adapté		
EC d'observer et analyser les situations, la pratique de ses athlètes		
EC de coacher un athlète avant, pendant et après la compétition et de lui permettre d'être plus autonome à l'entraînement et en compétition		
EC d'adopter une attitude respectueuse et conforme à l'éthique		
EC de travailler en équipe		
EC d'analyse critique		

La liste des compétences sert de repères aux évaluateurs pour l'entretien, l'évaluation et décider d'une proposition à la validation ou pas.

**Les deux compétences « sécurité » doivent obligatoirement être acquises pour l'obtention de la qualification.**

Suite à cet examen, les évaluateurs constatent que le candidat :

Est en capacité/n'est pas suffisamment en capacité

**D'organiser la saison et chaque séance pour favoriser les progrès techniques et physiques permettant l'encadrement d'athlètes de niveau national dans la/les spécialités de son/ses options**

et propose que le candidat soit :

Validé

OPTION :

Ajourné

OPTION :

Préciser les options validés ou ajournés si plusieurs options d'une même famille présentées sur le même examen

REMARQUES SUR L'ÉVALUATION (obligatoires en cas de non acquis) :

**Date :**

**Evaluateurs**

Nom et signature

Nom et signature

Avis et visa du responsable régional de la formation, domaine encadrement sportif :

Favorable

Défavorable

Date :

Nom et signature