



National  
Coaching  
Certification  
Program

Programme  
national de  
certification des  
entraîneurs



Canadian Cycling Association  
Association cycliste canadienne

## Sport : Cyclisme

Discipline : Tous les sports cyclistes

Contexte : Sport communautaire - Initiation

Groupe d'âge des participant(e)s : 6 ans et plus

Estimation du nombre de participant(e)s : variée

Échelle d'âges des entraîneur(e)s : variée

Date de l'approbation conditionnelle : avril 2007

Date officielle du lancement (dans les deux langues officielles) : novembre 2009

### **Résultats attendus des entraîneur(e)s formé(e)s et évalué(e)s :**

Résultat attendu	Formé(e)s	Évalué(e)s
Prise de décisions éthiques	F	E
Planification d'une séance d'entraînement	F	E
Soutien aux athlètes en entraînement	F	E
Analyse de la performance	F	E
Élaboration d'un programme sportif		
Soutien relatif à l'expérience compétitive	F	E
Gestion de programme sportif	F	E
Résultats attendus selon les sports		

Quels modules multisports les entraîneur(e)s auront-ils accès avec le système de prestation provincial ou territorial?

Aucun - Tous les modules sont complètement intégrés dans les ateliers de l'ACC

### **Description de la formation :**

Allons rouler! L'Initiation au cyclisme communautaire constitue l'outil de base du Programme National de Certification des Entraîneurs (PNCE), pour les entraîneurs qui auront à travailler principalement avec des cyclistes de niveau débutant ou pré-compétition au niveau régional. Ces participants seront vraisemblablement des enfants situés entre le niveau S'amuser grâce au sport et les premières étapes de S'entraîner à s'entraîner du stade de développement à long terme de l'athlète (DLTA). Le programme est simple, basé sur un certain nombre de séances pédagogiques préétablies et à adapter aux différents niveaux d'habileté des participants. L'objectif du programme est que les participants développent les habiletés de bases qui sont essentielles à la pratique du vélo de montagne, du BMX, et du cyclisme sur route, dans un environnement contrôlé, tel qu'un terrain vague ou un stationnement.

Le programme ICC est divisé en deux parties – La séance ICC « Allons rouler! » d'une durée de 5 heures, et la séance ICC « Habiletés de base » d'une durée de 8 heures. La première séance fournit des informations sur l'entraînement éthique, les participants et leurs besoins, la planification d'une séance d'entraînement de base, l'équipement du cycliste et d'autres informations pour les entraîneurs de cyclistes débutants. La deuxième séance est l'occasion de s'exercer à enseigner "à vélo" des habiletés technique et d'en faire l'analyse, de pratiquer vos méthodes d'enseignements à l'aide de séances pédagogiques préétablies.

## **Description de l'évaluation :**

L'objectif est d'effectuer une évaluation de base au niveau du programme Entraîneur communautaire. Les entraîneurs qui terminent avec succès les deux ateliers obtiendront le statut « formés » et « évalués ».

Les entraîneurs sont évalués par des personnes-ressources / évaluateurs (trices) sur les points suivants au cours des ateliers: Plan d'action d'urgence (PAU); sécurité des installations / équipements, l'enseignement / encadrement d'une séance pratique, méthodes d'enseignements / méthodes pour diriger une séance d'entraînement et leur compréhension des concepts clés du programme d'initiation au cyclisme communautaire.

## **Formation des personnes-ressources et des évaluateurs(trices) :**

L'association cycliste canadienne a formé des personnes-ressources / évaluateur(trice) à travers le pays. Le programme de formation pour devenir une personne-ressource / évaluateur(trice) est d'une durée de 18 heures, incluant les ateliers du programme d'initiation au cyclisme communautaire et la formation pour devenir une personne-ressources

## **Coordonnées de la personne à contacter à l'ONS**

Mathieu Boucher  
Directeur du développement  
[Mathieu.boucher@canadian-cycling.com](mailto:Mathieu.boucher@canadian-cycling.com)  
(613) 248-1353 ext : 2607



Coaching  
Association  
of Canada

Association  
canadienne  
des entraîneurs

## **Les trois caractéristiques les plus novatrices de votre programme :**

1. La session « à vélo » sur les habiletés de base, qui est aussi utilisée dans le programme d'introduction à la compétition.
2. L'intégration du nouveau programme du PNCE axé sur les compétences, l'intégration des principes du DLTA de l'ACC ainsi qu'une introduction sur le travail avec des athlètes ayant un handicap (AWAD)
3. L'introduction d'une transition vers la compétition pour les cyclistes débutants via le programme « Allons rouler! »