



**Programme
national de
certification des
entraîneurs**



Gestion d'un programme de parachutisme

Document de référence

Coaching
Association
of Canada



Association
canadienne
des entraîneurs



Programme
national de
certification des
entraîneurs



PARTENAIRES POUR L'ÉDUCATION ET LA FORMATION DES ENTRAÎNEURS

Le Programme national de certification des entraîneurs est un programme auquel collaborent le gouvernement du Canada, les gouvernements provinciaux et territoriaux, les organismes nationaux, provinciaux et territoriaux de sport et l'Association canadienne des entraîneurs.



Alberta



BRITISH
COLUMBIA



Les programmes de cet organisme sont subventionnés en partie par Sport Canada.



Patrimoine
canadien
Sport Canada

Canadian
Heritage

REMERCIEMENTS

Chef de projet

John McCarthy

Traduit de l'anglais par Lucie Plamondon

Note : Le genre masculin a été utilisé sans discrimination dans le seul but d'alléger le texte.

TABLE DES MATIÈRES

Objectif du document.....	5
1. Portfolio de l'entraîneur	1
2. Liste de vérification de l'entraîneur pour l'évaluation	3
Preuve de réussite – Gérer les aspects administratifs et la logistique.....	3
Résoudre les conflits	4
Faire la promotion d'un parachutisme sans dopage.....	4
3. Évaluation de la performance – Évaluation des intervenants	6
4. Liens sur l'entraînement et répertoire des partenaires.....	9
5. Associations des entraîneurs	Error! Bookmark not defined.
6. Description du module multisport Compétition - Développement	12
Diriger un sport sans dopage.....	12
Gestion des conflits	12
Efficacité en entraînement et en leadership	12
Psychologie de la performance	13
Développement des qualités athlétiques	13
Prévention et récupération.....	13
7. Budget d'entraînement annuel – dépenses (exemple)	14
8. Équipe de soutien intégré	15
9. Considérations relatives au choix du site d'entraînement.....	16
10. Voyages	17
Logistique des voyages	17
Sélection, achat et entretien de l'équipement de parachutisme	18
Sélection, achat et entretien de l'équipement technique	18
Collaboration avec des officiels	18
Commandites et collectes de fonds :	19
11. Outil de communication (exemple pour le programme de précision).....	20
12. Dépistage des talents	22

13.	Progression du parachutiste ou de l'équipe (exemple)	24
14.	Progression du parachutiste ou de l'équipe	26
15.	Fiche de progrès de l'athlète (exemple).....	27
16.	Fiche de progrès de l'athlète	29
17.	Formule de demande de licence sportive annuelle de la FAI.....	30
18.	Entente entre l'athlète et l'entraîneur (exemple).....	31
19.	Lectures recommandées	40

Collecte, utilisation et communication des renseignements personnels

L'Association canadienne des entraîneurs (ACE) en collaboration avec ses partenaires du Programme national de certification des entraîneurs (PNCE), ne collectent, n'utilisent et ne communiquent que les renseignements personnels nécessaires à la prestation de services ou d'information aux gens, à la gestion de dossiers de formation des entraîneurs du PNCE, aux recherches et pour autres fins telles qu'indiquées dans la politique sur la protection des renseignements personnels de l'ACE.

L'ACE ne fait ni le commerce, ni la vente, ni l'échange des renseignements personnels obtenus contre rétribution. La collecte, l'utilisation et la communication de renseignements personnels par l'ACE se fait conformément à sa politique sur la protection des renseignements personnels disponible au www.coach.ca.

Objectif du document

Ce document de référence fournit un complément d'information qui vous guidera tout au long de l'atelier sur la gestion d'un programme de parachutisme. Il a été élaboré afin d'approfondir vos connaissances et votre niveau de compréhension sur les principaux sujets liés à l'entraînement qui se rapportent à la planification de la performance. Nous vous recommandons de consulter ce guide régulièrement, même après avoir terminé votre formation.

Ce document vous aidera, en tant que futur entraîneur de niveau compétitif pour l'ACPS, à gérer un programme de façon efficace pour vos athlètes à chacun des stades du Développement à long terme de l'athlète (DLTA) et de l'ACPS, soit **apprendre à compétitionner, s'entraîner à la compétition et voler pour gagner**.

1. PORTFOLIO DE L'ENTRAÎNEUR

Nom : _____ N° ACPS _____ N° ACE

Adresse : _____

Courriel : _____ Téléphone : ()

Certifications :

Instructeur : type ____ depuis : _____

Entraîneur 1 ____ depuis : _____

Entraîneur 2 ____ depuis : _____

Modules multisports du PNCE réussis :

	j	mo	an
PLANIFICATION D'UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT 1	Date : _____	/ _____	/ _____
ÉLABORATION D'UN PROGRAMME SPORTIF DE BASE	Date : _____	/ _____	/ _____
PRISE DE DÉCISIONS ÉTHIQUES	Date : _____	/ _____	/ _____
PLANIFICATION D'UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT 2	Date : _____	/ _____	/ _____
PLANIFICATION DE LA PERFORMANCE	Date : _____	/ _____	/ _____
ANALYSE TECHNIQUE/TACTIQUE	Date : _____	/ _____	/ _____
GESTION DES ASPECTS ADMINISTRATIFS	Date : _____	/ _____	/ _____
DÉVELOPPEMENT DES CAPACITÉS ATHLÉTIQUES	Date : _____	/ _____	/ _____
EFFICACITÉ EN ENTRAÎNEMENT ET EN LEADERSHIP	Date : _____	/ _____	/ _____
GESTION DES CONFLICTS	Date : _____	/ _____	/ _____
DIRIGER UN SPORT SANS DOPAGE	Date : _____	/ _____	/ _____
PSYCHOLOGIE DE LA PERFORMANCE	Date : _____	/ _____	/ _____
PRÉVENTION ET RÉCUPÉRATION	Date : _____	/ _____	/ _____

Cours d'entraîneur de performance suivi _____ / _____ / _____

Lieu : _____

Entraîneur de performance ____ depuis : _____ / _____ / _____

Évaluation d'entraîneur avancé : _____ / _____ / _____

Lieu _____

Entraîneur avancé ____ depuis : _____ / _____ / _____

Entraîneur de haut niveau ____ depuis : _____ / _____ / _____

2. LISTE DE VÉRIFICATION DE L'ENTRAÎNEUR POUR L'ÉVALUATION

Preuve de réussite – Gérer les aspects administratifs et la logistique

Norme du PNCE

- ❑ L'entraîneur présente de la documentation donnant un aperçu de la philosophie, des objectifs, des exigences financières et du calendrier des compétitions et des séances d'entraînement.
 - Conception d'un modèle
- ❑ L'entraîneur fournit la preuve d'une communication constante avec les parachutistes ou les autres intervenants clés.
 - Suivi par courriel, notes d'entraîneurs, etc.
- ❑ L'entraîneur identifie les attentes relatives au comportement des participants et à leur engagement et décrit les conséquences qui s'y rattachent.
 - Entente individuelle/d'équipe
- ❑ L'entraîneur s'occupe de la logistique des compétitions ou des camps d'entraînement à l'extérieur (par exemple, organisation du voyage, réservation des installations, nourriture, etc.).
 - Liste de vérification
- ❑ L'entraîneur collabore avec les bénévoles et les administrateurs du programme afin de préparer les budgets et les autres aspects liés aux finances du programme ou des projets.
- ❑ L'entraîneur gère les ressources financières de manière efficace et responsable.
- ❑ L'entraîneur utilise des modèles déterminés à l'avance pour produire des comptes rendus de projet qui sont complets, clairs et objectifs.
- ❑ L'entraîneur peut formuler des recommandations judicieuses, le cas échéant, dans le cadre du suivi d'un projet.

Supérieure à la norme

- ❑ L'entraîneur supervise 2 ou 3 autres entraîneurs (adjoints) à l'aide des lignes directrices et des procédures.
- ❑ L'entraîneur évalue le rendement des autres entraîneurs (adjoints) de manière efficace et objective, par rapport aux lignes directrices et aux pratiques établies.
- ❑ L'entraîneur délègue des activités à d'autres entraîneurs (adjoints) de façon appropriée et reconnaît leurs idées et leur contribution au programme.

Résoudre les conflits

Norme du PNCE

- ❑ L'entraîneur définit les sources communes de conflits dans le parachutisme et détermine quels sont les groupes ou les personnes qui sont les plus susceptibles de se trouver dans une situation de conflit.
- ❑ L'entraîneur applique le processus de prise de décisions éthiques pour résoudre les conflits qui découlent de situations présentant des implications d'ordre éthique.

Réf. PNCE : *Prise de décisions éthiques*

- ❑ L'entraîneur prend des mesures proactives pour prévenir et résoudre les conflits qui découlent de renseignements erronés, d'un manque de communication ou de malentendus.
- ❑ L'entraîneur contrôle les distractions internes et externes et favorise l'adoption d'une attitude positive.
- ❑ L'entraîneur utilise des techniques et des stratégies efficaces pour résoudre les conflits qui comportent une implication personnelle, tout en maintenant des relations positives avec les athlètes, les participants, les officiels et les autres entraîneurs.

Supérieure à la norme

- ❑ L'entraîneur permet aux parachutistes de résoudre les conflits entre eux-mêmes en favorisant le recours à des techniques de résolution de conflits.
- ❑ L'entraîneur élabore des stratégies proactives pour aborder des situations où les parachutistes ne répondent pas aux attentes (performance, comportement ou attentes) et traite ces situations d'une manière affirmée et propice à la résolution de conflits.
- ❑ L'entraîneur collabore avec d'autres entraîneurs (adjoints) pour les aider à élaborer des stratégies pour résoudre les conflits rencontrés pendant l'entraînement.

Faire la promotion d'un parachutisme sans dopage

Norme du PNCE

- ❑ L'entraîneur aide les athlètes à reconnaître les substances interdites selon le Centre canadien pour l'éthique dans le sport en fournissant l'accès à des documents de référence pertinents ou en faisant appel à des spécialistes du sport.
- ❑ L'entraîneur informe les athlètes des protocoles de contrôle de dopage en vigueur lors des compétitions d'envergure (peut se faire en collaboration avec un spécialiste des sciences du sport).
- ❑ L'entraîneur définit et renforce les conséquences de l'utilisation de substances interdites.
- ❑ L'entraîneur offre aux athlètes des occasions d'apprendre à propos de l'utilisation des suppléments alimentaires.
- ❑ L'entraîneur contrôle l'utilisation de suppléments alimentaires et de médicaments par les athlètes (peut être indiqué dans le formulaire de renseignements médicaux).

- ❑ L'entraîneur favorise une philosophie reflétant l'esprit sportif et un sport sans dopage conformément au Centre canadien pour l'éthique dans le sport et à la législation provinciale et en donne l'exemple.

Supérieure à la norme

- ❑ L'entraîneur met en place un système de contrôle de l'utilisation de suppléments alimentaires et de médicaments par les athlètes et peut fournir une preuve à jour des suppléments ou médicaments actuellement utilisés par les athlètes.
- ❑ L'entraîneur démontre une compréhension approfondie des procédures et des protocoles de contrôle de dopage utilisés par les agents de contrôle de dopage.
- ❑ L'entraîneur travaille avec des gestionnaires, d'autres entraîneurs ou des spécialistes pour gérer des procédures de contrôle de dopage afin de réduire autant que possible les distractions pouvant nuire à la performance des athlètes en compétition.
- ❑ L'entraîneur soutient adéquatement les athlètes pendant les procédures de contrôle de dopage.

3. ÉVALUATION DE LA PERFORMANCE – ÉVALUATION DES INTERVENANTS

Ce formulaire permet de donner une rétroaction à l'entraîneur sur sa capacité à gérer un programme de parachutisme. Le formulaire peut être présenté comme une partie du portfolio et utilisé par un évaluateur formé et accrédité afin de valider le respect des critères auprès d'autres sources.

Veillez cocher la case indiquant qui présente cette évaluation.

PARTICIPANT

AUTRE ENTRAÎNEUR

ADMINISTRATEUR

Examinez chaque énoncé. Encerclez le chiffre correspondant à la fréquence à laquelle l'entraîneur répond à cette exigence.

DATE : _____

Mon entraîneur gère les aspects administratifs et la logistique en...	Jamais	Parfois	Souvent	Toujours
Me fournissant des renseignements récents à propos du programme via des lettres d'information, des courriels, le site web ou des annonces.	1	2	3	4
Communiquant sa philosophie du programme.	1	2	3	4
Indiquant clairement les coûts du programme.	1	2	3	4
S'assurant que les participants comprennent les règles spécifiques du sport et les conséquences qui s'y rattachent.	1	2	3	4
Collaborant avec les bénévoles du programme pour l'exécution du programme.	1	2	3	4
S'assurant d'éviter tous les coûts-surprise potentiels.	1	2	3	4
Me fournissant des rapports sur mes progrès dans ma discipline.	1	2	3	4

Formulant des recommandations judicieuses sur le développement du programme.	1	2	3	4
Supervisant d'autres entraîneurs (adjoints)	1	2	3	4

Mon entraîneur aide à résoudre les conflits dans mon sport en...	Jamais	Parfois	Souvent	Toujours
Expliquant clairement les attentes relatives au comportement et à l'engagement à l'égard du sport.	1	2	3	4
Favorisant la communication entre les intervenants.	1	2	3	4
Clarifiant la communication pour réviser les conceptions de renseignements erronés.	1	2	3	4
Favorisant les relations positives entre les intervenants.	1	2	3	4
Permettant aux individus de mieux comprendre les sources de conflits potentiels	1	2	3	4
Faisant constamment preuve de leadership et d'équité dans la façon d'aborder les conflits.	1	2	3	4

Mon entraîneur prend des mesures pour promouvoir un sport sans dopage en...	Jamais	Parfois	Souvent	Toujours
M'aidant à reconnaître les substances interdites.	1	2	3	4
M'informant à propos des protocoles de contrôle de dopage.	1	2	3	4
Renforçant les conséquences de l'utilisation de substances interdites.	1	2	3	4
M'aidant à comprendre l'utilisation appropriée des suppléments alimentaires.	1	2	3	4
Me demandant d'identifier les médicaments ou les suppléments que j'utilise actuellement.	1	2	3	4
Faisant la promotion de l'esprit d'équipe et d'un sport sans dopage.	1	2	3	4
Connaissant les procédures et les protocoles de contrôle de dopage utilisés par les agents de contrôle de dopage.	1	2	3	4
Me fournissant le soutien nécessaire pendant les procédures de contrôle de dopage lors des compétitions.	1	2	3	4

4. LIENS SUR L'ENTRAÎNEMENT ET RÉPERTOIRE DES PARTENAIRES

Partenaires

Annuaire des partenaires <http://www.coach.ca/annuaire-des-partenaires-s16628>

Organismes nationaux de sport www.coach.ca/eng/liens/nat_sport_orgs.cfm

Instituts nationaux de formation des entraîneurs <http://coach.ca/instituts-nationaux-de-formation-des-entra-neurs-p137482>

Provincial/Territorial Coaching Representatives www.coach.ca/eng/links/ptcc.cfm

Sport Canada www.pch.gc.ca/sportcanada/

Organismes multisports www.coach.ca/eng/links/multi_sport_orgs.cfm

Associations des entraîneurs www.coach.ca/eng/links/coachassoc.cfm

Canadian Sport Centres www.coach.ca/eng/links/cdnsportcentres.cfm

Organisations internationales d'entraîneurs

International Council for Coach Education (en anglais) www.icce.ws/

Australian Sports Commission (en anglais) www.ausport.gov.au

Sports Coach UK (en anglais) www.sportscoachuk.org/

Programmes menant à un diplôme en entraînement

Douglas College www.douglas.bc.ca/calhtml/programs/ppper.htm

York University (en anglais) www.kinesiology.yorku.ca/certificate_program/coaching/index.htm

Instituts nationaux de formation des entraîneurs <http://coach.ca/instituts-nationaux-de-formation-des-entra-neurs-p137482>

Université Laval www.ulaval.ca/sg/PR/C1/1.394.01.html

5. Associations des entraîneurs

Entraîneurs du Canada

www.coachesofcanada.com

Entraîneurs du Canada
103 – 3 Concorde Gate
Toronto, Ontario, M3C 3N7

416-426-7023
Télécopieur : 416-426-7331

info@coachesofcanada.com

Coaches Association of British Columbia

www.coaches.bc.ca

Coaches Association of British Columbia
3820, Cessna Drive, Suite 200
Richmond, British Columbia V7B 0A2

604-333-3600, poste 3
1-800-335-3120
Télécopieur : 604-333-3450
info@coaches.bc.ca ou

Coaches Association of Saskatchewan

www.saskcoach.ca

Coaches Association of Saskatchewan
1870, rue Lorne
Regina, Saskatchewan S4P 2L7

306-780-9313
Télécopieur : 306-781-6021

Coaches Association of Prince Edward Island

www.sportpei.pe.ca/affiliate/Coaches.htm

Coaches Association of Prince Edward Island
C.P. 302
Charlottetown, Île-du-Prince-Édouard C1A 7K7

902-569-0583 ou
1-800-247-6712
Télécopieur : 902-368-4548

Coaching Manitoba

www.coachingmanitoba.ca

Coaching Manitoba
Sport Manitoba
200, Main Street
Winnipeg, Manitoba R3C 4M2

204-925-5904
Télécopieur : 204-925-5916

Entraîneurs du Canada, section Manitoba

a/s Université de Winnipeg
515, Avenue Portage
Winnipeg, Manitoba R3B 2E9

204-786-9248
Télécopieur : 204-783-7866

Coaches Association of Ontario

www.coachesontario.ca

Coaches Association of Ontario
108 – 3, Concorde Gate
Toronto, Ontario M3C 3N7

416-426-7086
Télécopieur : 416-426-7254

6. DESCRIPTION DU MODULE MULTISPORT COMPÉTITION - DÉVELOPPEMENT

Le contexte Compétition – Développement met l'accent sur la formation des entraîneurs qui travaillent avec des athlètes aux stades **s'entraîner à s'entraîner** ou **s'entraîner à la compétition** du développement à long terme de l'athlète.

Diriger un sport sans dopage

Le module **Diriger un sport sans dopage** est axé sur la capacité de l'entraîneur à appliquer le *Modèle de prise de décisions éthiques* du PNCE à des situations sportives présentant des implications d'ordre éthique associées au sport sans dopage. Il s'agit d'une habileté essentielle car les athlètes qui évoluent dans ce contexte participent à des compétitions nationales ou à des jeux nationaux multisports, et commencent parfois à prendre part à des compétitions internationales dans le cadre desquelles ils sont susceptibles de subir des contrôles de dopage. L'application du processus de prise de décisions permet de comprendre à quel point il est important que l'entraîneur connaisse les conséquences de l'utilisation de substances interdites dans le sport. Les entraîneurs identifient des stratégies d'information pouvant être utilisées pour renseigner leurs athlètes sur les protocoles de contrôle de dopage en vigueur lors des compétitions d'envergure et leur faire assumer une plus grande part de responsabilité en ce qui a trait aux valeurs et aux actions mises de l'avant dans le sport.

Gestion des conflits

Lorsque les entraîneurs ont terminé le module **Gestion des conflits**, ils sont en mesure d'identifier les sources communes de conflits dans le sport et de repérer les individus et les groupes qui sont susceptibles d'être impliqués dans une situation de conflit. Ils acquièrent des habiletés qui leur permettront de prendre des mesures pour prévenir et résoudre les conflits découlant de renseignements erronés, de malentendus ou d'un manque de communication. Ils acquièrent également des habiletés qui les aideront à écouter et à parler en leur propre nom lors d'une situation de conflit afin de maintenir une relation positive avec les athlètes, les parents, les officiels et les autres entraîneurs. Lorsque l'entraîneur incarne lui-même de tels comportements, les athlètes voient leur développement affectif stimulé et sont en meilleure position pour faire face aux conflits pouvant survenir lors de compétitions nationales ou internationales.

Efficacité en entraînement et en leadership

Le module **Efficacité en entraînement et en leadership** amène les entraîneurs à appliquer des techniques d'intervention qui enrichissent l'apprentissage dans le but d'améliorer la performance des athlètes et de favoriser le développement du groupe et des habiletés. Les entraîneurs apprennent comment promouvoir une image positive du sport et être un exemple de cette image pour les athlètes et les personnes qui soutiennent leur performance. Le module propose un processus que les entraîneurs peuvent employer pour transmettre des explications

et des messages clairs lorsqu'ils communiquent avec les athlètes et les personnes qui soutiennent leur performance. Les entraîneurs apprennent en outre à reconnaître les occasions d'interagir avec tous les athlètes et de recourir aux rétroactions dans le but d'améliorer et de corriger la performance et les comportements.

Psychologie de la performance

Le module **Psychologie de la performance** vise à développer la capacité des entraîneurs à guider les athlètes lors de l'acquisition d'habiletés avancées en matière de préparation mentale et de concentration. Il leur fournit des outils pour aider les athlètes à apprendre comment gérer les distractions et procéder à des visualisations qui l'aideront à se préparer sur les plans technique et tactique en vue de l'entraînement et des compétitions. Les entraîneurs apprennent des principes et des idées liés à la concentration sur la performance qui peuvent être mis à profit pour établir des objectifs appropriés en ce qui concerne les résultats, la performance et les processus des athlètes ou des équipes. Le module aborde en outre des habiletés relatives à la critique qui peuvent être utilisées par les entraîneurs et les athlètes afin de faciliter l'évaluation de la performance lors de l'entraînement et des compétitions.

Développement des qualités athlétiques

Lorsque les entraîneurs ont terminé le module **Développement des qualités athlétiques**, ils sont en mesure de mettre en œuvre des protocoles et des méthodes d'entraînement généraux et propres à leur sport qui favorisent le développement ou le maintien de qualités athlétiques essentielles dans leur sport. Les entraîneurs appliquent des principes et des variables donnés à des méthodes d'entraînement qui contribuent à améliorer les capacités des athlètes dans les domaines de l'endurance, de la force et de la vitesse, et aussi du conditionnement physique propre au sport. Une fois le module terminé, les entraîneurs seront aussi capables de choisir et d'adapter des protocoles et des méthodes portant sur les tests et l'entraînement pour des athlètes qui s'entraînent entre 6 à 9 fois et 9 à 12 fois par semaine en fonction d'une périodisation simple à triple.

Prévention et récupération

Le module **Prévention et récupération** permet aux entraîneurs de reconnaître les blessures fréquentes dans leur sport et d'élaborer des stratégies de prévention et de récupération appropriées afin que leurs athlètes puissent continuer à s'entraîner et à participer à des compétitions sans subir de blessures. Les entraîneurs apprennent comment optimiser l'entraînement et la récupération en fournissant des renseignements pertinents sur l'hydratation, la nutrition et le sommeil, qui sont des facteurs clés pour prévenir les blessures. Dans le cadre de ce module, les entraîneurs acquièrent aussi la capacité de choisir des habiletés et des exercices qui aident les athlètes à exécuter correctement les habiletés et à effectuer des échauffements et des retours au calme adéquats. Les entraîneurs apprennent à créer des évaluations fonctionnelles afin de déterminer si les athlètes sont prêts à revenir au jeu, et ils sont amenés à faire appel à des techniques de récupération et de régénération visant à maintenir ou à retrouver une performance optimale lors de l'entraînement et des compétitions.

7. BUDGET D'ENTRAÎNEMENT ANNUEL – DÉPENSES (EXEMPLE)

Sauts d'entraînement	630 x 35,00 \$ /saut	22 050,00 \$
Soufflerie	6 h x 850,00 \$/h	5 100,00 \$
Équipement	achat et entretien (approx.)	1 000,00 \$
Hébergement pendant l'entraînement	120 jours x 10,00 \$/jour	1 200,00 \$
Hébergement pendant les compétitions... ..	17 jours x 80,00 \$/jour	1 360,00 \$
Repas	140 jours x 20,00 \$/jour	2 800,00 \$
Licence sportive et adhésions		140,00 \$
Uniforme		75,00 \$
Frais d'inscription		
1 ^{re} épreuve		475,00 \$
2 ^e épreuve		520,00 \$
Provinciaux		250,00 \$
Nationaux		750,00 \$
Coupe d'Europe (inclut l'hébergement)		1 750,00 \$
Voyage		
par voiture		635,00 \$
par avion		1 640,00 \$
passeport et visas		115,00 \$
billet de train		25,00 \$
Divers		300,00 \$
TOTAL		40 185,00 \$
Entraînement		\$INCONNU

Revenus prévus

Formation et entraînement (payé en sauts)	3 200,00 \$
Commandites	400,00 \$
Pliages (payés en sauts)	2 000,00 \$
Emploi à temps partiel	7 500,00 \$

8. ÉQUIPE DE SOUTIEN INTÉGRÉ

Voici une liste non exhaustive des personnes que vous pourriez mobiliser pour accroître l'efficacité du programme.

Spécialistes pouvant contribuer au développement du programme et à la performance du parachutiste :

- Anciens membres d'équipe pouvant servir de conseillers ou de mentors pour les athlètes
- Spécialiste de la nutrition
- Spécialiste de la médecine sportive
- Psychologue du sport
- Massothérapeute
- Physiothérapeute
- Gréeurs et spécialistes de l'équipement technique (pilotage de voile, formations sous voile, précision à l'atterrissage)
- Entraîneur de haut niveau
- Conseiller/coordonnateur de l'entraînement de l'organisme national de sport (ONS)
- Entraîneurs adjoints

Autres personnes pouvant contribuer au programme :

- Évaluateurs qualifiés et juges
- Plieurs
- Cameraman
- Collecteurs de fonds
- Commanditaires
- Agent de voyages
- Chef de centre s'il accorde une attention particulière aux athlètes qui s'entraînent (par exemple, sauts à prix préférentiel, matériel spécialisé pour l'entraînement, etc.)
- Membres de la famille qui aident directement à la coordination du programme
- Autres

9. CONSIDÉRATIONS RELATIVES AU CHOIX DU SITE

D'ENTRAÎNEMENT

- ❑ Proximité du domicile
- ❑ Proximité d'une soufflerie
- ❑ Type et nombre d'avions
- ❑ Simulateur
- ❑ Conditions météorologiques locales à ce moment de l'année
- ❑ Hébergement
- ❑ Coût des sauts
- ❑ Disponibilité de l'équipement
- ❑ Topographie de l'aire d'atterrissage
- ❑ Services offerts par le centre
- ❑ Distractions
- ❑ Trafic aérien
- ❑ Restrictions imposées par le centre
- ❑ Bassin d'atterrissage en survitesse (*swoop*)
- ❑ Matelas d'atterrissage de précision
- ❑ Bandes élastiques d'entraînement
- ❑ Vidéo sol-air
- ❑ Salle d'équipe
- ❑ Aire pour les planches à roulettes
- ❑ Plieurs

- Identifiez les éléments supplémentaires propres à votre discipline .

- Ajoutez-les à votre liste de vérification

10. VOYAGES

Logistique des voyages

Pour les déplacements locaux de courte durée, la logistique peut être simple. Mais pour les séjours prolongés à l'extérieur dans le cadre de camps d'entraînement ou de compétitions, il est important de prévoir les besoins du parachutiste et de ceux qui voyagent avec lui.

Voyages intérieurs ou à l'international

- ❑ Considérations relatives aux dates du voyage – temps nécessaire pour l'inspection du site, perte ou retard des bagages, décalage horaire, voyage individuel ou en équipe, durée du transport (fatigue associée), sauts d'entraînement sur place, acclimatement, visites touristiques, prix du billet (jours de fin de semaine ou de semaine, économie ou commodité).
- ❑ Déterminez qui sera en charge de réserver le voyage et de quelle façon – agents de voyage ou réservation en privé.
- ❑ Déterminez qui sera en charge d'élaborer le budget des frais de voyage et de contrôler les finances pendant le voyage et au cours de la compétition.
- ❑ Constitution du groupe – entraîneur, parachutistes, équipe de soutien, autres
- ❑ Visite touristique – avant ou après, individuellement ou en équipe, utile pour faire une préparation psychologique, décompresser, faire de l'affûtage, se remettre d'un décalage horaire, accroître l'esprit d'équipe, etc.
- ❑ Modes de transport – avantages et inconvénients des voyages en voiture, en train et par avion
- ❑ Restrictions imposées par le transporteur aérien – bagages excédentaires, DDA, parachute avec les bagages à main, nombre de correspondances, frais d'aéroport
- ❑ Expédition d'équipement non personnel; par exemple, équipement vidéo, ordinateurs, planches à roulettes, pièces de rechange, outils de gréage, etc.
- ❑ Transport de l'aéroport au site
- ❑ Repas pendant le voyage
- ❑ Transport local – fourni? Ou location d'un véhicule
- ❑ Hébergement – inclus dans les frais d'inscription ou en plus, coût des jours supplémentaires avant et après l'épreuve, proximité du site de compétition, restaurants, buanderie, épicerie, pharmacie, etc.
- ❑ Visas et passeports pour une compétition internationale – vérifier la date d'échéance des passeports et les renouveler au besoin
- ❑ Soins médicaux – assurance, vaccinations, médicaments sur ordonnance
- ❑ Disponibilité et coût des sauts d'entraînement sur place
- ❑ Frais d'inscription – éléments inclus et exclus – sauts de reprise, hébergement, repas, transports locaux, gréage

- ❑ Devise locale (voyages internationaux), échange des devises – quand et à quel taux? La devise peut-elle être changée de nouveau en quittant le pays hôte?
- ❑ Documents de parachutisme – licence sportive, brevets ou certifications nécessaires, carnets de sauts
- ❑ Manuels de gréage pour les voilures et les conteneurs des athlètes
- ❑ Installations du site de la compétition – gréage, salle d'équipe ou tente, nourriture, douches, hébergement sur place, accès aux vidéos
- ❑ Barrières linguistiques
- ❑ Accessibilité aux modes de communication – téléphone, internet
- ❑ Coutumes locales – choses à faire et à éviter
- ❑ Contacts – numéros de téléphone ou courriel du centre de parachutisme, numéro de téléphone de la compagnie aérienne, de l'hébergement, de la compagnie de location d'automobiles, du consulat, de l'agent de voyage, etc.
- ❑ Contacts avec les médias avant et après la compétition

Sélection, achat et entretien de l'équipement de parachutisme

Généralement, c'est le parachutiste qui s'occupe d'acheter son équipement, qu'il le paie lui-même ou bien qu'un commanditaire lui ait offert. Dans une situation où l'entraîneur administre une école professionnelle possédant de l'équipement spécialisé propre à la discipline et conçu pour l'entraînement, le parachutiste peut quand même choisir d'utiliser son propre équipement.

Quoi qu'il en soit, la sélection du parachute, du système de conteneur, de la combinaison de saut, du dispositif de déclenchement automatique, du casque et de l'altimètre devrait se faire en considérant la sécurité en premier lieu, puis son utilité pour la discipline.

L'entretien du harnais, du conteneur et du parachute de secours doit être effectué par un gréeur qualifié qui détient la certification appropriée pour le type de travaux d'entretien requis.

Tout comme la liste de vérification pour les voyages, assurez-vous que les manuels techniques se rapportant à l'équipement sont disponibles et que toutes les consignes de navigabilité sont respectées.

Sélection, achat et entretien de l'équipement technique

La sélection et l'entretien de l'équipement nécessaire pour filmer en chute libre revient au caméraman. L'entraîneur choisit les autres articles techniques (ordinateurs, etc.). Pour des raisons de confidentialité, l'entraîneur peut exiger un accès unique à l'équipement et le cas échéant, c'est lui qui voit à son entretien

Collaboration avec des officiels

Lorsque l'on a recours aux services d'un officiel (juge) en cours d'entraînement, il peut être bénéfique pour les parachutistes que l'officiel indique ses attentes et les outils utilisés pour évaluer la performance de parachutisme. Une évaluation régulière du pointage en entraînement est un outil précieux pour simuler la compétition. Le juge n'agit pas à titre d'entraîneur, mais plutôt d'observateur impartial.

Note : L'entraîneur doit s'assurer que les interactions entre les officiels et les compétiteurs se réduisent au cadre social avant et après la compétition. L'entente entre l'entraîneur et l'athlète doit stipuler qu'en cours de compétition, toute interaction nécessaire avec les officiels et toute rencontre avec le personnel doit se faire par l'entremise de l'entraîneur ou son représentant désigné en ce qui concerne le pointage, les procédures d'établissement du pointage, le déroulement de la compétition, l'interprétation des règles, les protestations, etc.

Commandites et collectes de fonds :

Considérations relatives aux commandites :

- ❑ Déterminez qui est chargé d'obtenir des commandites.
- ❑ Élaborez un budget et un programme qui seront présentés aux commanditaires potentiels avec une description de leur rôle dans le cadre de l'équipe de soutien intégré.
- ❑ Montrez les avantages potentiels de la commandite aux commanditaires éventuels, par exemple, l'exposition aux médias, la participation de la communauté, le caractère unique de l'occasion, etc.
- ❑ S'assurer de l'absence de conflit entre les commanditaires potentiels, les idéaux de l'athlète, les objectifs des organismes provincial et national de sport, ainsi que l'intention et la philosophie du programme.
- ❑ Il faut prendre en considération les exigences et les restrictions de la commandite, de même que les obligations envers le commanditaire, comme les apparitions publiques. Porter des vêtements arborant le logo du commanditaire pendant les cérémonies de remise de prix et ne pas s'associer à des brasseries sont des exemples d'exigences et de restrictions.
- ❑ Le commanditaire potentiel doit être informé que l'entraînement du parachutiste et la compétition seront toujours considérés comme étant plus importants que les désirs du commanditaire. Tout contrat conclu entre un commanditaire et des parachutistes, l'entraîneur et l'équipe de soutien intégré doit mentionner ce fait.

Considérations relatives aux collectes de fonds :

- ❑ Les collectes de fonds peuvent représenter une tâche à plein temps. Il y a rarement une seule personne responsable des collectes de fonds. Comme pour la commandite, déterminez qui effectuera la collecte de fonds et quelles seront les attentes à cet égard de la part des parachutistes.

Relations avec les médias :

- ❑ La personne chargée des relations avec les médias doit consulter l'entraîneur et les parachutistes avant de divulguer toute information.
- ❑ Éduquez les parachutistes par rapport aux relations avec les médias – informations pouvant être divulguées ou non, la bonne conduite à adopter pendant une entrevue (professionnalisme). Toujours présumer que quelqu'un observe. Tout ce qui est dit pendant une entrevue peut se retrouver public. Les commentaires doivent être de nature positive.
- ❑ Contactez les médias. N'attendez pas qu'ils entrent en contact avec vous.

- ❑ Soyez sélectif quant au type de médias à contacter. Demandez à parler aux journalistes sportifs, si possible, plutôt qu'aux journalistes généralistes.
- ❑ Rédigez une biographie des parachutistes et tenez-la à jour. Dans un communiqué de presse, la biographie doit respecter l'entente de confidentialité de l'athlète.
- ❑ Obtenez les coordonnées des médias locaux des parachutistes.
- ❑ Éduquez les médias avec de la documentation, les règles des compétitions, une entrevue avant la compétition, une invitation à rencontrer l'équipe, etc. Mettez des vidéos à leur disposition.
- ❑ Veillez à ce que l'information soit juste et pertinente. Demandez à voir l'article ou la séquence d'actualités avant sa diffusion pour en assurer l'exactitude.

11. OUTIL DE COMMUNICATION (EXEMPLE DU PROGRAMME DE PRÉCISION)

(courriel, affiche, magazine, etc.)

Philosophie de l'école de précision Jean Untel

Ancien membre de l'équipe nationale de parachutisme Aéroflot, j'ai remporté des médailles dans le cadre de nombreux prestigieux concours européens avant de déménager au Canada. Je veux vous aider à gagner.

Chaque parachutiste a des habiletés, des capacités et des désirs. Avec l'aide de son entraîneur, chaque individu peut parfaire ses compétences, réaliser son plein potentiel et aller au bout de ses rêves.

J'ai conçu un programme à l'intention de parachutistes motivés à développer leurs habiletés physiques, techniques, tactiques et psychologiques. L'entraînement se fait de manière juste et équitable, conformément aux préceptes de Sport Canada, du PNCE, de l'ACE et du programme de DLTA de l'ACPS.

Objectifs spécifiques de la discipline

Équipement : Développement d'une connaissance profonde de la conception et des caractéristiques de vol du parachute de précision. Sélection, pliage, entretien et ajustements mineurs de la voile et des parties constituantes.

Météorologie et topographie (pour la précision à l'atterrissage) : Déterminer les effets des vents (en altitude et au sol, la direction et la force), l'ascendance thermique, la température, l'humidité, l'altitude-densité, les obstacles, les dimensions de l'aire d'atterrissage et les éléments physiques (pavé, gazon, bassin d'eau, etc.).

Repérage : Individuel et en équipe

Trajectoire de vol jusqu'à la finale : Individuelle et en équipe; arriver au bon endroit au bon moment, espacement dans la formation, évitement des collisions, sécurité, utilisation des élévateurs avant pour effectuer une spirale et contrôle d'une voile freinée au maximum.

Approche finale : Individuelle et en équipe; espacement, concentration, choix de l'angle et corrections.

Angles et techniques de frappe : Les trois types de frappe, position du corps, position du pied et placement du talon.

Le programme comporte notamment des notions sur la dynamique d'équipe, l'atteinte de l'état de performance idéal, les règles et les tactiques, la logistique de l'entraînement et de la compétition et le suivi de la performance.

Niveau d'entrée pour le programme :

Membre de l'ACPS, brevet A, 50 sauts de précision, posséder une voilure de précision et être disposé à s'engager dans le cadre d'un programme qui dure toute l'année.

Contact : **École de parachutisme Jean Untel**
Piedgelé, Qué.
1-555-VOL-LENT

12. DÉPISTAGE DES TALENTS

(Entrée au programme)

Discipline : _____

Date _____

Nom : _____

Âge : _____ Sexe :

Adresse :

N° ACPS _____ Brevet _____ Certifications :

Téléphone :

Courriel :

Nombre d'années dans le sport : _____ Nombre de sauts à ce jour : _____

Nombre de sauts la dernière saison : _____

Heures de soufflerie : _____

Compétitions antérieures/classement :

Camps d'habiletés/d'entraînement :

Autres sports/activités :

Niveau de compétence	S'amuser envol	Apprendre à voler	Apprendre à compétitionner	S'entraîner pour la compétition	S'entraîner pour gagner	Vie active
Connaissance de la discipline						
Savoir-faire physique						
Compétences émotionnelles						
Aptitudes cognitives						

Habiletés mentales						
Compétences propres à la discipline						
Compétences tactiques						
Connaissance de l'équipement						
Sécurité						

Notes :

13. PROGRESSION DU PARACHUTISTE OU DE L'ÉQUIPE

(EXEMPLE)

Programme de précision à l'atterrissage

Nom : S. Falardeau Date : 28 avril 2013

Stade du programme : Méso 2 - avant l'épreuve n° 1

Point de référence : virages vers la finale sur la ligne à 200 pi

Résultats : À améliorer Répond aux attentes Surpasse les attentes

Notes : de plus en plus constant, jamais trop bas

Point de référence : évaluer les conditions

Résultats : À améliorer Répond aux attentes Surpasse les attentes

Notes : Difficulté à modifier l'approche en fonction des changements de conditions, n'utilise pas les signes Améliorer l'évaluation.

Point de référence : Position du corps

Résultats : À améliorer Répond aux attentes Surpasse les attentes

Notes : Semble beaucoup plus à l'aise avec le nouvel équipement

Point de référence : Position du corps au moment de la frappe

Résultats : À améliorer Répond aux attentes Surpasse les attentes

Notes : La tête descend et les genoux remontent, mais uniquement lorsque parfaitement en ligne droite. Contrôler la position du corps pour corriger la ligne de vol et l'angle.

Point de référence : Position du pied

Résultats : À améliorer Répond aux attentes Surpasse les attentes

Notes : Nette amélioration – amélioration efficace de la position du corps

14. PROGRESSION DU PARACHUTISTE OU DE L'ÉQUIPE

Nom : _____ Date : _____

Stade du programme : _____

Point de référence :

Résultats : À améliorer Répond aux attentes Surpasse les attentes

Notes : _____

Point de référence :

Résultats : À améliorer Répond aux attentes Surpasse les attentes

Notes : _____

Point de référence :

Résultats : À améliorer Répond aux attentes Surpasse les attentes

Notes : _____

Point de référence :

Résultats : À améliorer Répond aux attentes Surpasse les attentes

Notes : _____

Point de référence :

Résultats : À améliorer Répond aux attentes Surpasse les attentes

Notes : _____

15. FICHE DE PROGRÈS DE L'ATHLÈTE (EXEMPLE)

Date 24 février 2013

Entraîneur : S. Mercier

Discipline : Pilotage de voile

Athlète : W. Thibault

N° de semaine du programme : 15

Participation et résultats à des compétitions depuis la dernière fiche de progrès : [indiquer le type de compétition (p. ex., développement)]

Épreuve 1 (dév.) Compétition hivernale Sunshine South – Vitesse : 6^e, Zone : 14^e, Distance : 9^e

Participation à des camps d'habiletés/d'entraînement depuis la dernière fiche de progrès :
Séminaire sur l'équipement, séances d'exercices mentaux/physiques

Sauts depuis la dernière fiche de progrès : 73
dernière fiche de progrès : S/O

Heures de soufflerie depuis la

Niveau de compétence	0	1	2	3	4	5
Connaissances techniques de la discipline				X		
Savoir-faire physique		X				
Compétences émotionnelles			X			
Aptitudes cognitives			X			
Habiletés mentales				X		
Compétences propres à la discipline			X			
Compétences tactiques			X			
Connaissance de l'équipement					X	
Sécurité				X		

0 : régression

1 : stable

2 : légers progrès

3 : progrès moyens

4 : progrès supérieurs à la moyenne

5 : maîtrise

Tests utilisés pour déterminer les résultats : Compétition Sunshine – première compétition de développement de la saison

Observations et recommandations : Démontre des signes d'amélioration de la concentration – poursuivre l'entraînement cérébral.

Pas tout à fait à l'aise avec le point d'entrée avec la nouvelle voilure – accroître le nombre de sauts avec cette voile.

Amélioration nécessaire du mouvement du corps dans le harnais (fluidité) au moment de l'initiation – regarder vidéos et travailler le mouvement dans le harnais suspendu

16. FICHE DE PROGRÈS DE L'ATHLÈTE

Date : _____

Entraîneur : _____ Discipline : _____

Athlète : _____ N° de semaine du programme : _____

Participation et résultats à des compétitions depuis la dernière fiche de progrès : [indiquer le type de compétition (p. ex., développement)]

Participation à des camps d'habiletés/d'entraînement depuis la dernière fiche de progrès :

Sauts depuis la dernière fiche de progrès : _____

Heures de soufflerie depuis la dernière fiche de progrès : _____

Niveau de compétence	0	1	2	3	4	5
Connaissances techniques de la discipline						
Savoir-faire physique						
Compétences émotionnelles						
Aptitudes cognitives						
Habiletés mentales						
Compétences propres à la discipline						
Compétences tactiques						
Connaissance de l'équipement						
Sécurité						

0 : régression

1 : stable

2 : légers progrès

3 : progrès moyens

4 : progrès supérieurs à la moyenne

5 : maîtrise

Tests utilisés pour déterminer les résultats :

Observations et recommandations : _____

17. DEMANDE DE LICENCE SPORTIVE ANNUELLE DE LA FAI

F.A.I. ANNUAL SPORTING LICENSE APPLICATION
FORMULE DE DEMANDE DE LICENCE SPORTIVE
ANNUELLE DE LA F.A.I



TO AVOID DELAY, PLEASE PRINT CLEARLY/VEUILLEZ IMPRIMER CLAIREMENT S.V.P.

NAME / NOM : _____ SEX / SEXE _____

CSPA MEMBERSHIP # _____ EXPIRY DATE: _____
DE MEMBRE DE L'ACPS: _____ DATE D'ÉCHÉANCE: _____

ADDRESS: _____

CITY / VILLE: _____ PROV: _____ PC: _____

MEMBER GROUP / GROUPE MEMBRE: _____

DATE OF BIRTH _____ PLACE OF BIRTH _____
DATE DE NAISSANCE: _____ LIEU DE NAISSANCE _____
(M / D / Y)

HEIGHT/ _____ WEIGHT / _____ COLOUR EYES / _____ COLOUR HAIR / _____
TAILLE: _____ POIDS _____ YEUX _____ CHEVEUX _____

Highest International Certificate of Proficiency level and number/
Niveau et numéro du certificat international de compétence supérieur: _____

I hereby certify that I have fulfilled the requirements outlined below and have been medically examined & considered fit to participate in parachuting, within the last 2 years. (a copy of a current medical must be on file with CSPA).
Je, soussigné, confirme par la présente avoir satisfait aux exigences décrites ci-dessous et avoir subi au cours des deux dernières années un examen médical attestant que je suis apte à pratiquer le parachutisme. (Copie d'un certificat médical valide doit être annexé à la présente ou se trouver dans les dossiers de l'A.C.P.S.

I pledge myself to become familiar with, submit to, and be bound by the National & Int'l FAI, ACC & CSPA rules & recommendations and the FAI Sporting Code and procedures governing sanctioned air meets and trials for official records.
Je m'engage à prendre connaissance et de me soumettre aux règlements et recommandations nationaux et internationaux de la FAI, de l'ACC et de l'A.C.P.S ainsi qu'au code sportif et procédures de la FAI gouvernant les rencontres et tribunaux sanctionnés pour les records officiels.

I, hereby apply for an FAI Annual Sporting License for the year _____ to validate my CSPA CoP.
Je demande par la présente, une licence sportive de la FAI pour l'année _____ afin de valider mon certificat de compétence de l'A.C.P.S.

A Sporting License is valid for the calendar year January 1st to December 31st.
Une licence sportive est valide pour l'année calendaire du premier janvier au 31 décembre

Fee: \$55.00 Applicant's signature: _____

Visa Mastercard # _____ - _____ - _____ - _____ Expiry Date: Mth _____ Yr _____

Name on Card: _____ PLEASE FAX TO: 613-445-2698

18. ENTENTE ENTRE L'ATHLÈTE ET L'ENTRAÎNEUR (EXEMPLE)

Entente avec l'athlète

CETTE ENTENTE faite en ce _____^e jour du mois de _____, 20_____

ENTRE :

Centre de parachutisme L'Excellence
1500, chemin du Ciel
Bonheur-Ville, Qué.
(ci-après dénommé « le centre »)

Et :

Résidant à

Téléphone : (_____) (_____)

Courriel

(ci-après dénommé « l'athlète »)

Coordonnées de l'athlète :

N° ACPS

Date d'échéance

Plus haut brevet obtenu

Certifications

Date de naissance

Lieu de naissance

Centre de parachutisme habituel

ATTENDU QUE :

- a) l'athlète désire bénéficier de services d'entraînement et d'entraînement à la compétition de la part du centre;
- b) le centre reconnaît le besoin de clarifier le genre de rapport entre le centre et l'athlète en établissant leurs droits et obligations respectifs.

Obligations du centre :

Le centre doit :

- a) évaluer les compétences de parachutisme de l'athlète dans la discipline choisie avant le début du programme;
- b) concevoir un programme d'entraînement périodisé et individuel pour l'athlète pour la période du _____ au _____;
- c) proposer un plan de performance conforme au niveau d'entrée au programme et aux objectifs de l'athlète;
- d) entraîner l'athlète tout au long du programme selon le plan de performance, à la phase d'entraînement, à la phase pré-compétitive, à la phase compétitive et à la phase de régénération et récupération;
- e) suivre la progression de l'athlète au cours du programme et fournir des évaluations périodiques à l'athlète et aux intervenants jugés appropriés par l'athlète et le centre;
- f) aider à l'organisation du voyage pour les compétitions;
- g) aider à la gestion financière;
- h) respecter la stricte confidentialité de tout sujet pertinent pour toutes les parties – dossier médical, évaluations de la performance, finances, infractions au Code de conduite, ententes avec les commanditaires et tout autre sujet jugé pertinent par le centre, le personnel du centre, les commanditaires, les athlètes ou les autres intervenants.

Obligations de l'athlète :

L'athlète doit :

- a) se conformer au plan de performance élaboré par le centre et ce, au meilleur de ses capacités.
- b) effectuer le paiement de tous les honoraires ou les coûts sur une base hebdomadaire ou dès que nécessaire (par exemple, les frais de voyage, les frais d'inscription, etc.);
- c) signaler toute raison expliquant une incapacité de suivre le programme au centre et à l'entraîneur et ce, dès que possible;
- d) respecter la stricte confidentialité de tout sujet pertinent pour toutes les parties – dossier médical, évaluations de la performance, finances, infractions au Code de conduite, ententes avec les commanditaires et tout autre sujet jugé pertinent par le centre, le personnel du centre, les commanditaires, les athlètes ou les autres intervenants.
- e) accepter de se conformer aux normes antidopage telles que stipulées dans le MIP 5 de l'ACPS, politique 5, qui adhère au Programme canadien antidopage (www.cces.ca) et conformément aux règles et procédures antidopage de la F.A.I. (FAI 3.11.2). Il incombe aux athlètes de connaître les politiques antidopage;
- f) se conduire de manière à atteindre la plus haute performance possible et éviter de poser des gestes délibérés qui comportent des risques importants pour sa capacité à performer;

- g) éviter tout geste ou comportement qui pourrait vraisemblablement déranger ou perturber sa participation à une compétition ou sa préparation en vue d'une compétition ou la participation et la préparation des autres athlètes;
- h) maintenir les normes les plus élevées d'intégrité, de conduite et d'esprit sportif.

Amendement

Cette entente ou toute partie de cette entente ne peut être annulée, modifiée ou amendée de quelque façon que ce soit sans l'autorisation écrite préalable de l'athlète, du centre ou de tout agent autorisé par le centre.

Manquement

Lorsque l'une des parties à la présente entente est d'avis que l'autre partie a omis de se conformer à ses obligations décrites par la présente entente, elle doit immédiatement :

- a) aviser l'autre partie par écrit de ce manquement;
- b) indiquer dans l'avis à la partie les mesures à prendre pour remédier à la situation;
- c) indiquer dans l'avis un délai raisonnable dans lequel ces mesures doivent être prises.

EN FOI DE QUOI, les parties aux présentes s'engagent à respecter la présente entente à compter de la date indiquée ci-dessus.

Signé en présence de :

Signature du témoin

Signature de l'athlète

Nom du témoin (en lettres moulées)

Nom de l'athlète (en lettres moulées)

Signature du responsable désigné par le centre

Nom du responsable (en lettres moulées)

Titre du responsable désigné par le centre

Voir aussi : Entente avec l'athlète MIP 4F de l'ACPS

Section 14 Annex A: Model Athlete/NSO Agreement

Model Athlete/NSO Agreement

AGREEMENT made this _____ day of _____, 200__

BETWEEN

_____, having its national office
at _____ (hereinafter referred to as "the NSO")

AND

_____, residing at
_____ (hereinafter referred to as "the Athlete").

WHEREAS the Athlete wishes to be an active competitor in NSO-sanctioned events with his or her rights and obligations clearly defined;

WHEREAS the NSO is recognized by _____ (the NSO's International Federation) and Sport Canada as the sole National Federation governing the sport of _____ in Canada;

WHEREAS the NSO and _____ recognize the need to clarify the relationship between the NSO and the Athlete by establishing their respective rights and obligations;

AND WHEREAS the Sport Canada Athlete Assistance Program (hereinafter referred to as "the AAP") requires these rights and obligations to be stated in a written agreement to be signed by the NSO and the Athlete who applies for assistance under the AAP;

AND WHEREAS the International Federation requires that the NSO certify the eligibility of the Athlete to compete as a member in good standing;

NOW THEREFORE the parties agree to the following:

NSO's Obligations

1. The NSO shall:

- a) organize, select and operate teams of athletes, coaches and other necessary support staff (a National Team) to represent Canada in the sport of _____ throughout the world;
- b) communicate with athletes both orally and in writing in the language of their choice (French or English);
- c) publish selection criteria for all national teams at least three (3) months before the selection for any particular team and at least eight (8) months before the selection

- of major games teams (e.g., Olympic, Commonwealth, Pan American, FISU) and World Championship Teams;
- d) conduct selection of members to all national teams in a manner that is in conformity with the generally accepted principles of natural justice and procedural fairness;
 - e) publish criteria for the selection of athletes to the AAP ten (10) months before the start of the AAP eligibility cycle for the particular sport;
 - f) nominate all athletes who meet AAP criteria;
 - g) organize programs and provide funding for the development and provision of coaching expertise, officials and event training centres in Canada in the sport of _____ in accordance with the budget of the NSO;
 - h) assist the Athlete in obtaining quality medical care and advice;
 - i) provide the Athlete selected to be a member of the National Team with the National Team uniform;
 - j) protect the eligibility of the Athlete by ensuring that a mechanism for the establishment of a trust fund for the Athlete exists that is in accordance with International Federation rules and advise the Athlete of the nature of all payments to and withdrawals from the trust fund;
 - k) regularly provide National Team program information (training and competition) to the Athlete in the form of mailed correspondence;
 - l) provide a formal review of the Athlete's annual training program;
 - m) provide funding for the Athlete for training camps and competitions in accordance with the budget of the NSO;
 - n) provide for a representative elected by the athletes to sit as a voting member of the relevant decision-making body of the NSO (for example, the Board of Directors or National Team Committee); and
 - o) provide an appeal procedure that is in conformity with the principles of natural justice and procedural fairness, which shall include access to an independent arbitration process with respect to any dispute the Athlete may have with the NSO, other than those related to the Athlete Assistance Program, and publish the details of this procedure in a prominent manner so that it is freely available to all athletes or any person requesting this information by or on behalf of the Athlete.

Athlete's Obligations

2. The Athlete shall:

- a) recognizing the responsibilities of the coaches in coaching-related decisions, follow the training and competitive program mutually agreed to by the following:
 - the NSO representative responsible for developing and monitoring National Team training and competitive programs (the National Coach or High Performance Director, for example);
 - the Athlete's personal coach; and
 - the Athlete;
- b) avoid living in an environment not conducive to high-performance achievements or taking any deliberate action that puts his or her ability to perform at risk or limits performance;
- c) provide the National Coach or his or her designate, by mail sent to the National Office, with an annual training chart and monthly updates of changes to the chart or any other appropriate information that the NSO may request;
- d) subject to paragraph 2(e), participate in all mandatory training camps and competitions as described in Appendix A of this Agreement (Appendix A is sport specific and is not included in this document);
- e) notify the NSO immediately in writing of any injury or other legitimate reason that will prevent the Athlete from participating in an upcoming event referred to in Appendix A of this Agreement (Appendix A is sport specific and is not included in this document) and ensure in the case of an injury that a certificate from a medical doctor setting out the specific nature of the injury is forwarded to the NSO within three weeks of the injury;
- f) dress in the National Team uniform and other official clothing, if applicable, while travelling or participating as part of the National Team;
- g) avoid any action or conduct that would reasonably be expected to significantly disrupt or interfere with a competition or the preparation of any Athlete for a competition;
- h) during or at National Team training camps and competitions, avoid alcoholic consumption to a level that would reasonably be expected to impair the Athlete's ability to speak, walk or drive, or cause the Athlete to behave in a disruptive manner;
- i) avoid the use of banned substances that contravene the rules of the International Olympic Committee (IOC), the rules of the International Federation and the Canadian Policy on Doping in Sport;
- j) submit, without prior warning, to unannounced doping-control tests in addition to other prior-notice tests and submit at other times to doping-control testing when requested by the NSO, Sport Canada, the Canadian Centre for Ethics in Sport (CCES) or other authorities designated to do so;
- k) avoid the possession of anabolic drugs and neither supply such drugs to others directly or indirectly nor encourage or condone their use by knowingly aiding in

any effort to avoid detection of the use of banned substances or banned performance-enhancing practices;

- l) participate, if asked by the NSO to do so, in any Doping Control/Education Program developed by the NSO in co-operation with Sport Canada and the CCES;
- m) avoid participating in any competitions where federal government sport policy has determined that such participation is not permitted;
- n) participate in sport-related, non-commercial promotional activities on behalf of the Government of Canada. The NSO usually makes such requests for participation and arranges the activities. Unless supplementary compensation is arranged, these activities do not normally involve more than two working days per athlete per year;
- o) adhere to and comply with the NSO's appeal procedure; and
- p) actively participate in all AAP evaluation activities. Athletes will co-operate fully in any evaluation of the AAP that may be conducted by the Minister or anyone authorized to act on the Minister's behalf and provide such data as the person conducting the evaluation considers necessary for the proper conduct of the evaluation.

3. Default of Agreement

- a) Where one of the parties to this agreement is of the opinion that the other party has failed to conform with its obligations under this agreement, it the following shall occur shall forthwith:
 - i) The one part shall notify the other party in writing of the particulars of the alleged default.
 - ii) If there exists a reasonable opportunity to correct the default and the default is not so fundamental as to amount to a repudiation of this agreement, the notifying party shall indicate in the notice the steps to be taken to remedy the default and a reasonable period of time to complete the remedial steps.
 - iii) The parties agree that the giving of the above referred-to notice by a party will not prevent that party from later asserting that the default was so fundamental as to amount to a repudiation of this agreement.
- b) If the party receiving the notice remedies the breach within the specified time, the dispute shall be considered resolved and neither party shall have any recourse against the other concerning the matter alleged to comprise the default. If the party receiving the notice fails to remedy the breach within the specified time and either party wishes recourse against the other concerning the matters alleged to comprise the default, that party shall use the dispute settlement mechanism of this agreement to resolve the differences between the parties.

Duration of Agreement

This AGREEMENT comes into force on the ____ day of _____, 200__, and terminates on the ____ day of _____, 200__.

Athlete Declaration

I hereby declare that in return for any financial assistance provided by the Sport Canada Athlete Assistance Program, I undertake to fulfil all commitments and responsibilities outlined in the booklet *Athlete Assistance Program Policies and Procedures* and my Athlete/NSO Agreement. I agree to refund any assistance provided to me, payable to the Receiver General of Canada, should my eligibility status change or my carded status be withdrawn, effective the withdrawal/change of status date.

(the NSO)

Witness Date NSO Representative

Witness Date Athlete

19. LECTURES RECOMMANDÉES

Paul Tomlinson et Dorothy Strachan, *Pouvoir et éthique en entraînement*, Programme National de certification des entraîneurs :

Guide des contrats d'emploi d'entraîneurs, Entraîneurs du Canada

Rose Mercier et Penny Werthner, Ph.D. *A Handbook on Performance Review Coaches*
<http://www.coach.ca/eng/products/documents/HANDBOOK-PERFREVIEW-ENG.pdf>

Politiques antidopage, sport sans dopage, substances interdites, contrôle de dopage :

<http://www.fai.org/antidoping/adrp>

<http://www.wada-ama.org> et http://www.wada-ama.org/Documents/World_Anti-Doping_Program/WADP-Prohibited-list/2014/WADA-prohibited-list-2014-FR.pdf

www.cces.ca