

ECI Analyser la Technique d'Athlètes du Stade

2019

Attente ECI-avancé: analyser la technique d'athlètes du stade SS		
Critère: détecter les erreurs techniques des athlètes du stade S'entraîner à s'entraîner		
Amélioration requise	Satisfait à la norme	Dépasse la norme
<ul style="list-style-type: none"> ❑ Balaye peu fréquemment du regard l'environnement d'entraînement et prête peu d'attention à l'exécution des habiletés. ❑ Identifie les facteurs liés à l'effort et à la motivation qui contribuent à une mauvaise performance au lieu d'identifier les principaux facteurs techniques et tactiques. ❑ N'utilise pas la liste de vérification de progression technique 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Observe l'exécution des habiletés à partir d'un ou de plusieurs points adéquats, selon ce qui convient au ski de fond. ❑ Identifie ou choisit des facteurs qui ont une incidence directe sur la performance ❑ Explique quel lien existe entre une erreur et l'exécution de l'habileté dans son ensemble. ❑ Utilise une liste de vérification de progression technique approuvée par Nordiq Canada dans le but d'analyser les phases de base du mouvement. ❑ Identifie toute erreur et la corrige conformément à la liste de vérification de progression technique approuvée par Nordiq Canada. ❑ Identifie les causes possibles d'une erreur liée aux habiletés cognitives, affectives, motrices. ❑ Aide les athlètes à réaliser avec plus de facilité lorsqu'ils commettent des erreurs liées aux habiletés en posant des questions pertinentes. 	<p>En plus de satisfaire à la norme de base :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Présente des données spécifiques (p. ex., analyse notationnelle, analyse biomécanique, etc.) pour appuyer l'analyse de la performance. ❑ Analyse une variété de facteurs pouvant contribuer à une amélioration de la performance : p. ex., qualité athlétiques, facteurs environnementaux, stratégies de récupération et de régénération, stratégies mentales, etc. ❑ Analyse une variété de facteurs pouvant

<p>approuvée par le sport.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Communique comment et pourquoi une erreur critique a une incidence sur la performance. ❑ Utilise une variété de stratégies d'observation [p. ex., choix de la position, vidéo, autres entraîneurs, etc.] pour identifier les aspects les plus importants de la performance. 	<p>contribuer à une amélioration de la performance : p. ex., qualité athlétiques, facteurs environnementaux, stratégies de récupération et de régénération, stratégies mentales, etc.</p>
--------------------------------	--	---

Attente ECI-avancé: analyser la technique d'athlètes du stade SS		
Critère: corriger les erreurs technique des athlètes du stade S'entraîner à s'entraîner		
Amélioration requise	Satisfait à la norme	Dépasse la norme
<ul style="list-style-type: none"> ❑ Propose des corrections qui identifient des facteurs extérieurs vagues plutôt que des facteurs spécifiques contribuant à améliorer la performance : «Concentrez-vous plus.»; «Travaillez plus fort.» ❑ Corrige les athlètes en relevant ce qu'ils ont fait plutôt que d'identifier des stratégies spécifiques visant à améliorer la performance : 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Identifie une correction spécifique en se fondant sur l'observation des phases du mouvement et en suivant la liste de vérification du développement et de la progression des habiletés. ❑ S'assure que les corrections relatives aux habiletés ou à la performance sont prescriptives : c.-à-d. qu'elles mettent l'accent sur la façon de s'améliorer et non uniquement sur ce qui doit être amélioré. ❑ Explique le lien entre la correction et l'amélioration de la performance. ❑ Explique pourquoi la correction contribue à améliorer la performance. ❑ Aide les athlètes à réaliser avec plus de facilité lorsqu'ils commettent des erreurs liées aux habiletés en posant des questions pertinentes. ❑ Propose une activité ou un exercice appropriés qui aident l'athlète à corriger sa performance. ❑ S'assure que chaque athlète s'engage dans la tâche ou l'activité en utilisant adéquatement ses qualités motrices. ❑ Demande l'autorisation des participants avant d'avoir un contact physique avec ceux-ci dans le but de corriger une erreur liée aux habiletés. ❑ Détermine si le niveau de difficulté de la tâche correspond aux capacités des athlètes. 	<p>En plus de satisfaire à la norme de base :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Fait participer les athlètes au processus de réflexion critique. Cela nécessite souvent des questions ouvertes : «Qu'avez-vous fait?»; «Que devriez-vous faire?»; «Qu'allez-vous faire pour obtenir de meilleurs résultats?»; «Selon vous, qu'est-ce qui vous aiderait à maximiser vos options lorsque

<p>«Vous avez échappé le ballon. La prochaine fois, attrapez-le.»; «Votre bras droit s’abaisse. Ne baissez pas le bras.»; «Nous devons passer le ballon au joueur qui est à découvert. Assurez-vous de le passer au joueur qui est à découvert.»</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ Identifie des corrections qui dirigent l’attention des athlètes vers des signes intérieurs et extérieurs. <i>*La concentration interne consiste à diriger son attention vers les effets anticipés d’une bonne exécution biomécanique d’une phase du mouvement en particulier. La concentration externe consiste à diriger son attention vers les effets observables d’une bonne exécution biomécanique d’une phase du mouvement en particulier.</i> □ Aide les athlètes à mieux comprendre les corrections de base en posant des questions fermées : «Si vous adoptez cette position, aurez-vous davantage d’options d’attaque?»; «Est-ce que cette position de bras vous permettra d’appliquer une plus grande force et d’exécuter le mouvement plus efficacement?»; «À la fin du mouvement, est-ce que votre bras est tendu ou fléchi?» 	<p>vous recevez le ballon?»; «Comment pourriez-vous produire plus de force lorsque vous lâchez la balle/le ballon?»;</p> <ul style="list-style-type: none"> □ Indique pourquoi la correction aura une incidence positive sur la performance et identifie à chaque fois comment améliorer la performance.
--	--	---