

CYCLISME/VELO DE MONTAGNE



Les normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation pour Cyclisme – Secondaire - Interscholaire

<https://securite.ophea.net/seconaire/interscholaire/cyclisme>

Suveillance - Compétences de l'entraîneur :

L'entraîneur en chef doit démontrer à la direction de l'école une connaissance du sport, des habiletés et des stratégies nécessaires.

Tous les entraîneurs doivent connaître et respecter, s'il y a lieu, les critères indiqués dans [Fonctions de l'entraîneur](#).

Au moins l'un des entraîneurs de cyclisme doit posséder **l'une des** compétences suivantes :

- **Entraîneur de sport communautaire du PNCE - Prêt à rouler! L'initiation au cyclisme communautaire**
- **Entraîneur de sport communautaire du PNCE - Prêt à rouler! Habiletés cyclistes de base**
- **Entraîneur de compétition du PNCE - Prêt pour la course! Les bases de l'entraînement**
- **Entraîneur de compétition du PNCE - Prêt pour la course! Habiletés et tactiques**
- **Entraîneur de compétition du PNCE - Prêt pour la course! S'entraîner à faire de la compétition**
- Ancienne certification de niveau 1 ou 2 en cyclisme du PNCE
- Certification de personne-ressource en cyclisme du PNCE
- Avoir participé, au cours des trois dernières années, à un cours pratique ou à un atelier offert par un instructeur compétent en la matière (p. ex. enseignement progressif des habiletés appropriées), durant lequel le thème de la sécurité a été abordé, tel qu'indiqué dans les normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation.
- Avoir été entraîneur de cyclisme au cours des 3 dernières années avec les connaissances appropriées du sport en question (p. ex. enseignement progressif des habiletés) et des pratiques sécuritaires actuelles décrites dans les normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation.

Comment accéder aux cours du PNCE pour le cyclisme/vélo de montagne :

Entraîneur de sport communautaire du PNCE - Prêt à rouler! L'initiation au cyclisme communautaire Inscrivez-vous ici : http://www.cyclismecanada.ca/apercu-du-pnce/ Coût : ~ 100 – 175 \$ Point de contact : Michael Suraci michael.suraci@ontariocycling.org	Cet atelier en classe d'une journée est conçu pour les parents, les bénévoles, les professeurs, les professeures et les personnes qui travaillent occasionnellement avec des jeunes ou des adultes qui s'initient au cyclisme. Il porte sur les principes de base de l'entraînement, notamment la prise de décisions éthiques, la planification et l'organisation d'une séance d'entraînement, la sécurité des cyclistes et la gestion des risques, ainsi que l'entraînement des cyclistes ayant un handicap qui s'initient au sport.
Entraîneur de sport communautaire du PNCE - Prêt à rouler! Habiletés cyclistes de base Inscrivez-vous ici : http://www.cyclismecanada.ca/apercu-du-pnce/ Coût : ~ 100 – 175 \$ Point de contact : Michael Suraci michael.suraci@ontariocycling.org	Cet atelier de huit heures permet aux entraîneurs et aux entraîneuses de se familiariser avec l'enseignement des habiletés de base du cyclisme. Les sujets abordés comprennent l'analyse des habiletés, l'observation et les rétroactions axées sur la correction de la performance – des compétences que se doivent de posséder les entraîneurs et les entraîneuses qui œuvrent avec des débutants, des débutantes ou des cyclistes expérimentés qui veulent s'améliorer.
Entraîneur de compétition du PNCE - Prêt pour la course! Les bases de l'entraînement, Habiletés et tactiques, S'entraîner à faire de la compétition Inscrivez-vous ici : http://www.cyclismecanada.ca/apercu-du-pnce/ Coût : ~ 100 – 175 \$ Point de contact : Michael Suraci michael.suraci@ontariocycling.org	Les bases : Si vous voulez travailler avec des cyclistes de compétition de niveau communautaire ou club, cet atelier est pour vous. Dans le cadre de cette formation en classe de quatorze heures qui s'adresse aux entraîneurs et aux entraîneuses qui œuvrent auprès d'athlètes de 12 ans et plus évoluant dans la plupart des disciplines du cyclisme, vous explorerez les structures d'entraînement, les programmes de compétition et le développement des habiletés. Habiletés et tactiques : Cet atelier pratique de huit heures porte sur l'analyse de la performance des athlètes et sur l'enseignement des habiletés et des tactiques de course. Il s'agit d'une formation avancée qui s'attarde aux habiletés propres aux différentes disciplines (cyclisme sur route, vélo de montagne, cyclisme sur piste et BMX) qui doivent être maîtrisées pour obtenir du succès en compétition. La compétition : Grâce à cet atelier en classe de quatorze heures, vous acquerez des outils qui vous aideront à soutenir vos athlètes pendant qu'ils et elles se préparent à prendre part à des compétitions de cyclisme. Vous vous pencherez notamment sur les techniques d'entraînement, la planification de la saison, la préparation mentale, et bien d'autres aspects de l'entraînement.

Possibilités de financement

- Des subventions sont disponibles pour couvrir une partie des coûts des cours du PNCE par le programme Coach Bursary.
<https://www.coachesontario.ca/programs-resources/funding-for-coaches/> ou cep@coachesontario.ca (en anglais)

Liens utiles : Vous avez besoin plus d'informations? Envoyez un courriel à guidelines@coachesontario.ca (en anglais) pour vous aider à naviguer à travers les qualifications d'entraîneur du PNCE, ainsi que pour trouver des moyens supplémentaires pour répondre aux qualifications d'entraîneur (p. ex. dirigez-vous à l'option d'évaluation, etc.).

- Ontario Cycling <http://www.ontariocycling.org/oca-coaching/coaching-overview/> (en anglais)
- Cycling Canada <http://www.cyclismecanada.ca/>
- Coaches Association of Ontario <https://www.coachesontario.ca/> (en anglais)
- OFSAA <http://www.ofsaa.on.ca/> (en anglais)
- L'Association canadienne des entraîneurs <http://coach.ca/?language=fr>
- Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation <http://safety.ophea.net/fr>