



LISTE DE VÉRIFICATION POUR L'ENTRAÎNEMENT

1. Du temps a été alloué pour planifier la pratique
2. La pratique a un but / thème défini
 - Quel est le but / thème? _____
 - Quels sont les sous-thèmes? _____
3. Le but et le thème ont été communiqués aux joueurs et aux entraîneurs
4. Il y a quelque chose de prévu pour quand les joueurs arrivent
5. Jeux d'entraînement basés
6. La pratique suscite la compétition
7. La pratique est individualisée pour les étapes d'apprentissage appropriées
8. La pratique a intégré une stratégie inclusive pour tous les participants
9. Les 5C sont activés. Comment? *Suggérer au moins 1 par pratique.
 - Compétence:
 - Physique: _____
 - Technique / tactique: _____
 - Confiance: opportunités de développer la force mentale, la résilience, la confiance en soi et l'estime de soi positive
 - Caractère : respect pour le sport, responsabilité éthique/morale, leadership, intégrité, sens du jeu, focus, établir des buts
 - Connexion : esprit d'équipe, connexion sociale, gérer les difficultés/échecs ensemble, avoir du plaisir, faire ce qui est bien
 - Culture : chants d'équipe, renforcer la vision d'équipe/de la saison, la mission, et surtout les valeurs
10. Les ressources spécifiques au sport ont été obtenues pour soutenir le plan d'aujourd'hui. D'où?

11. Les entraîneurs-assistants sont conscients du but / thème et de leurs rôles dans la livraison



Liste de vérification du sport de qualité après l'entraînement

1. Du temps a été alloué pour le débriefing de la pratique
2. Est-ce que les participants ont eu du plaisir? Comment le savez-vous? _____

3. Est-ce que le but / thème a été compris / adopté par les participants? *Journaux d'athlète?
4. Est-ce que la pratique répond aux besoins du groupe et aux besoins individuels de développement?
5. Est-ce que la pratique a découlé de ce sur quoi vous avez récemment travaillé?
6. Les succès / lacunes à la pratique ont été communiqués aux joueurs
7. Les thèmes des 5C ont été traités / renforcés
 - Compétence
 - Physique
 - Technique / tactique
 - Confiance
 - Caractère
 - Connexion
 - Culture
8. La rétroaction de la pratique a été communiquée aux athlètes et aux parents
9. Les individus / le groupe ont été mis à l'épreuve de façon appropriée et inclusive.
10. Les listes de vérification d'avant et d'après la pratique ont été complétées