



Basketball Québec
Dossier d'expérience
Niveau 2 pratique

Voici le dossier complet et à jour de mon expérience pratique comme entraîneur¹.

Date du début du cours pratique : _____

Date de la fin du cours pratique : _____

Nom du club ou de l'école : _____

Adresse du club ou de l'école : _____

Nom d'un responsable du club ou de l'école : _____

Signature d'un responsable du club ou de l'école : _____
Titre : _____

Description du programme

Nom : _____

Âge des athlètes : _____

Hommes _____ Femmes _____

Autres renseignements : _____

Participation des entraîneurs

Durée de la saison : _____

Nombre de séances d'entraînement par semaine : _____

Durée d'une séance d'entraînement : _____

Nombre de matchs : _____

Autres renseignements : _____

J'affirme avoir été l'entraîneur de l'équipe mentionnée ci-haut pendant une saison entière.

Signature de l'entraîneur

Date

IMPORTANT : Une fois le dossier d'expérience dûment complété (10 pages) par l'évaluateur et vous, veuillez S.V.P envoyer le tout à :
Fédération de basketball du Québec
4545 av. Pierre-de Coubertin, C.P.1000, Succ.M
Montréal, QC, H1V 3R2

¹ Le masculin est utilisé afin d'alléger le contenu dans ce présent document.



Basketball niveau 2 pratique Formulaire d'évaluation

Entraîneur

Nom _____ N° de CE _____
Adresse _____ Club/Équipe _____
Ville _____ Groupe d'âge _____
Code Postal _____ Date de la séance :
Date de naissance _____ ♦ d'entraînement évaluée _____
Numéro de téléphone : _____ ♦ du match évalué _____

Évaluateur

Nom _____ N° de CE _____
Adresse _____ Club/Équipe _____
Ville _____ Groupe d'âge _____
Code Postal _____

J'atteste que j'ai procédé à l'évaluation ci-jointe aux dates indiquées.

Signature de l'évaluateur Date

Formulaire d'évaluation d'entraînement Niveau 2 pratique

Répondez aux questions suivantes et ajoutez les commentaires qui vous semblent utiles.

Encerchez la réponse la plus appropriée.

A) Planification des séances d'entraînement

1. L'entraîneur prépare ses séances d'entraînement :

- a) par écrit
- b) en les élaborant dans sa tête
- c) spontanément.

→ Les questions suivantes s'adressent aux entraîneurs qui préparent leurs séances d'entraînement par écrit. Pour ceux qui procèdent autrement, passez à la question 6.



2. Les objectifs des séances d'entraînement de l'entraîneur sont :

- a) spécifiques
- b) généraux ou inexistantes.

3. L'entraîneur choisit des méthodes d'organisation qui permettent à chaque joueur de pratiquer les techniques à maintes reprises :

- a) dans presque tous les exercices
- b) une fois sur deux environ
- c) dans quelques exercices.

4. L'entraîneur utilise une progression qui accorde aux joueurs de bonnes chances de maîtriser les diverses manœuvres :

- a) dans presque tous les exercices
- b) une fois sur deux environ
- c) dans quelques exercices.

5. Avant chaque exercice, l'entraîneur détermine le niveau de performance que les joueurs doivent atteindre :

- a) dans presque tous les exercices
- b) une fois sur deux environ
- c) quelquefois ou rarement.

6. L'entraîneur précise la durée de l'exercice ou le nombre approximatif de mouvements répétés que les joueurs doivent exécuter :

- a) dans presque tous les exercices
- b) une fois sur deux environ
- c) quelquefois ou rarement.

B) Direction des séances d'entraînement

1. Au début des séances d'entraînement, l'entraîneur expose les objectifs.

Oui _____

Non _____

2. L'entraîneur conçoit d'avance un plan d'entraînement auquel il adhère.

Oui _____

Non _____

3. L'entraîneur informe les joueurs de la durée de la séance d'entraînement et s'engage à cet engagement.

Oui _____

Non _____

4. L'entraîneur utilise adéquatement le temps de gymnase et équipements dans son choix d'exercices.

Jamais

1

2

Quelquefois

3

4

5

Toujours

6

7



→ Avant de répondre aux questions 5 à 8, souvenez-vous des explications qui ont été fournies pour chaque exercice pendant la séance. Encercler le chiffre qui correspond le mieux à ce qui s'est réellement passé.

5. L'entraîneur donne des directives organisationnelles et des explications :

	Jamais		Quelquefois			Toujours	
a) trop longues	1	2	3	4	5	6	7
b) adéquates	1	2	3	4	5	6	7
c) trop brèves	1	2	3	4	5	6	7

6. Les explications de l'entraîneur sont :

	Jamais		Quelquefois			Toujours	
a) plutôt confuses	1	2	3	4	5	6	7
b) claires	1	2	3	4	5	6	7
c) plutôt claires	1	2	3	4	5	6	7

7. Les démonstrations de l'entraîneur sont :

	Jamais		Quelquefois			Toujours	
a) bien exécutées	1	2	3	4	5	6	7
b) assez bien exécutées	1	2	3	4	5	6	7
c) médiocres	1	2	3	4	5	6	7

8. Lors d'une démonstration, l'entraîneur :

	Jamais		Quelquefois			Toujours	
a) insiste sur les points essentiels	1	2	3	4	5	6	7
b) oublie un point essentiel	1	2	3	4	5	6	7
c) oublie beaucoup de points essentiels	1	2	3	4	5	6	7

9. Pendant les exercices, l'entraîneur réagit au jeu des athlètes par des :

a) Critiques positives (C+)

L'entraîneur les félicite, les encourage et/ou leur indique qu'ils réussissent bien.

	Jamais		Quelquefois			Toujours	
	1	2	3	4	5	6	7

b) Critiques neutres (Cn)

L'entraîneur les corrige simplement.

	Jamais		Quelquefois			Toujours	
	1	2	3	4	5	6	7

c) Critiques négatives (C-)

L'entraîneur les corrige de façon intimidante, sur un ton qui exprime son mécontentement.

	Jamais		Quelquefois			Toujours	
	1	2	3	4	5	6	7

10. Après les critiques, l'entraîneur s'assure que le joueur respecte ses instructions (s'il y a lieu). Ainsi l'erreur est :

	Jamais		Quelquefois			Toujours	
a) complètement corrigée	1	2	3	4	5	6	7
b) corrigée en partie	1	2	3	4	5	6	7
c) toujours présente	1	2	3	4	5	6	7



11. Vérification de l'attention des joueurs

L'évaluateur peut vérifier si les joueurs écoutent en se servant du «balayage visuel» ou «VERPLAC» (VÉRification PLANifiée de l'ACTivité). Cette méthode consiste à balayer des yeux le groupe de joueurs durant 5 à 10 secondes pendant que l'entraîneur enseigne, afin de repérer ceux qui n'écoutent pas. Cette vérification se fait au moins une fois pendant l'explication de chaque exercice. On inscrit le nombre de joueurs attentifs sur le plan de séance puis sur le présent formulaire.

Nombre total de joueurs _____

Exercice n°	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Nombre de joueurs attentifs														

12. L'activité des joueurs (temps consacré à une tâche)

Les exercices sont plus efficaces si les joueurs prennent le temps de pratiquer les techniques de matchs, au lieu d'attendre en ligne ou de pratiquer sans rapport avec l'exercice. Pendant chaque exercice, utilisez la technique «VERPLAC» pour vérifier rapidement le nombre de joueurs qui s'entraînent et, parmi ceux-là, ceux qui s'entraînent mal. Notez le nombre de joueurs qui s'exercent efficacement sur le plan de séance puis sur le présent formulaire.

Nombre total de joueurs _____

Exercice n°	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Nombre de joueurs actifs														



C) Aspects complémentaires de l'entraînement

1. L'entraîneur a l'habitude d'effectuer une évaluation :

- a) après chaque séance d'entraînement ou chaque match
- b) une fois sur deux environ
- c) de temps à autre.

2. Généralement, l'entraîneur arrive à la séance d'entraînement :

- a) au moins 10 minutes avant
- b) moins de 10 minutes avant.

3. L'entraîneur vérifie l'état de l'équipement :

- a) avant la séance d'entraînement
- b) au début de la séance ou pendant.

4. L'entraîneur tient pour chaque joueur un dossier :

- a) comprenant des informations spécifiques
- b) contenant des informations générales
- c) l'entraîneur ne tient pas de dossier.

5. L'entraîneur se sert de matériel audio-visuel pour enseigner ou transmettre ses commentaires aux joueurs :

- a) régulièrement
- b) à l'occasion
- c) rarement
- d) c'est une chose impossible.

6. L'entraîneur évalue chaque joueur selon les critères suivants :

	Régulièrement	À l'occasion	Rarement
a) le niveau technique	_____	_____	_____
b) la forme physique	_____	_____	_____
c) le plaisir et la satisfaction	_____	_____	_____

7. L'entraîneur fait cette évaluation :

- a) seul
- b) avec les joueurs.

8. L'entraîneur fixe les règles de l'équipe :

- a) seul
- b) avec les joueurs
- c) la question ne s'applique pas.



Formulaire d'évaluation du match Niveau 2 pratique

A) La préparation du match

1. Avant le match, l'entraîneur pouvait discerner les forces et les faiblesses de :

- a) sa propre équipe Oui _____ Non _____
b) l'adversaire Oui _____ Non _____

2. Quel était le plan de match de l'entraîneur ?

Stratégie offensive :

Stratégie défensive :

B) La direction des joueurs pendant le match

1. Le plan de match de l'entraîneur a-t-il bien fonctionné tout au long du match ?

Si oui, pourquoi ?

S'il n'a pas bien fonctionné, pourquoi ?

2. Quels ajustements l'entraîneur a-t-il apportés à la mi-temps ?

3. Quels ajustements l'entraîneur a-t-il effectués pendant le match ?

4. Est-ce que tous les joueurs ont joué pendant le match ?

Oui _____ Non _____

Si tous n'ont pas joué, pourquoi ?



5. Les joueurs connaissaient-ils la stratégie de l'équipe et leur rôle individuel ?

Oui _____ Non _____

Si non, que faire pour corriger cette situation ?

6. Pendant le match, l'entraîneur a fait aux joueurs le genre de critiques suivantes :

	Jamais		Quelquefois			Toujours	
a) Critiques positives	1	2	3	4	5	6	7
b) Critiques neutres	1	2	3	4	5	6	7
c) Critiques négatives	1	2	3	4	5	6	7

7. Combien de fois les décisions de l'arbitre ont-elles dérangé l'entraîneur ?

8. Combien de fois les agissements de l'équipe adverse ont-ils dérangé l'entraîneur ?



C) Évaluation après le match

1. Quels changements l'entraîneur aurait-il pu apporter au plan du match ?

2. Commentez les phases suivantes du jeu de l'équipe :

a) L'attaque :

b) La défense :

c) La transition :

d) La récupération :



Les recommandations (à remplir par l'entraîneur évalué)

Relisez la présente évaluation et prenez soigneusement en considération les critiques. À la lumière de cette analyse et des discussions avec l'évaluateur, dressez une liste des comportements qui méritent d'être maintenus et de ceux qui devraient être modifiés.

Quels comportements aurais-je intérêt à maintenir ?

Quels comportements aurais-je intérêt à modifier ?

La Fédération de basketball du Québec vous remercie !

Bonne fin de saison !

