

En tant qu'entraîneur(e), vous exercez une grande influence sur les athlètes que vous entraînez. D'une part, vous influez sur le développement de leurs habiletés et sur le plaisir qu'ils ou elles tireront du sport à longue échéance; d'autre part, vous jouez un rôle dans leur développement en tant qu'êtres humains. Il est donc important que vous ayez des ressources efficaces qui vous aident dans l'exercice de vos fonctions.

Dans le cadre d'un partenariat avec les organismes nationaux de sport, l'Association canadienne des entraîneurs a compilé les conseils suivants en entraînement.

Organisation d'une partie



Une bonne préparation et une bonne organisation contribueront à faire en sorte que vos joueurs fassent de leur mieux et s'amuse. Voici quelques points que vous pouvez considérer avant, pendant et après les parties.

Avant la partie :

- Arrivez au terrain bien avant l'heure prévue pour la partie
- Assurez-vous d'avoir la trousse de premiers soins et tout l'équipement requis
- Vérifiez l'état du terrain pour vous assurer qu'il est conforme aux normes de sécurité
- Placez les buts et préparez le terrain
- Assurez-vous que les bénévoles tels que les arbitres, les marqueurs, etc., soient à leur poste et connaissent les règlements locaux et leurs responsabilités
- Assurez-vous que les joueurs exécutent des exercices d'échauffement avant la partie
- Préparez votre alignement et votre ordre des frappeurs, et donnez-en une copie à l'entraîneur de l'autre équipe
- Tenez une courte réunion avec vos joueurs. Soyez optimiste et insistez seulement sur quelques points

Pendant la partie :

- Soyez enthousiaste et créez une atmosphère plaisante et positive sur le banc
- Planifiez des remplacements pour que tous les jeunes aient une chance égale de jouer
- Donnez le bon exemple dans vos relations avec les arbitres et les membres de l'autre équipe
- Inscrivez le pointage ou désignez quelqu'un pour le faire

Après la partie :

- Assurez-vous que vos joueurs ainsi que vos adjoints serrent la main des arbitres et des membres de l'autre équipe
- Encouragez vos joueurs et donnez-leur des conseils constructifs
- Trouvez quelque chose de positif à dire à chacun de vos joueurs individuellement, avant qu'ils ne quittent le terrain
- Révisez l'horaire de vos prochaines activités avec les joueurs

Posez-vous les questions suivantes :

- Mes joueurs ont-ils eu du plaisir?
- Ont-ils eu une chance égale de jouer?
- Avons-nous tous vécu une expérience positive?

En suivant ces quelques conseils, votre expérience en entraînement se révélera des plus enrichissantes et amusantes.

