

Partenariat entraîneur·e-s-parents-athlètes: notre alliance stratégique

Questions de réflexion sur mes philosophies de coaching

Partie 1 : Ma philosophie de coaching



Ma mission

Pourquoi est-ce que j'entraîne ? Quel est mon but ? Quelles sont les vraies raisons qui m'ont poussées à m'investir comme entraîneur·e ?

Ma vision

Quel impact durable est-ce que je souhaite laisser auprès de mon équipe et de chaque athlète ? Quelle contribution unique est-ce que je veux apporter à leur développement, au-delà de la performance sportive ?

Exemple : Mon aspiration ultime est de permettre aux athlètes de développer une mentalité de croissance pour les inciter à continuellement mettre les efforts nécessaires pour s'améliorer et apprendre de leurs expériences.

Mes valeurs fondamentales

Quels principes et quelles croyances guident ma façon de développer les athlètes et l'équipe en tant qu'entraîneur·e ?

Exemple : Miser sur le partage des responsabilités – les athlètes participent à la prise de décisions qui les concernent.

Partie 1 : Ma philosophie de coaching (suite)



Mes principes

Quelles convictions orientent mes décisions dans les moments difficiles ?

Exemples : J'ai la conviction que ...

- la victoire et la défaite font partie du processus d'apprentissage;
- le développement personnel est aussi important que la performance.

Mes standards

Quels types de comportements ou d'attitudes (en nommer 3-4) j'attends des athlètes, des adjoint·e·s, de moi-même ?* Quelles routines, règles ou pratiques reflètent mes priorités dans le coaching ?

Exemples :

- Toujours recadrer les situations de manière positive en nommant ce qui a bien été, ce qui doit être amélioré et ce que la situation nous a permis d'apprendre.
- Tous les entraînements incluent un moment de feedback individuel ou collectif.

Fondement de ma philosophie de coaching

Quelles histoires issues de mon expérience personnelle ont eu une influence sur ma philosophie de coaching ?

*Assurez-vous de choisir des standards de comportement qui se distinguent des conduites habituellement attendues selon les règlements d'une équipe, comme d'être présent·e à chaque entraînement ou d'être ponctuel·le.



Partie 2 : Ma philosophie de culture d'équipe



Voici quelques points qui pourraient être abordés à ce sujet :

- Quelle place est-ce que j'accorde aux relations avec mes athlètes ? Comment je les favorise ? Voici quelques exemples pour vous inspirer :
 - Créer des moments pour entrer en relation avec chaque athlète (p. ex. rencontre individuelle, être présent.e dans le vestiaire).
 - Souligner régulièrement les efforts et les améliorations de chacun.e.
 - Apprendre à connaître mes athlètes au-delà de leur expérience en sport.
- Quels sont les gestes, rituels ou traditions que j'utilise (ou souhaite instaurer) pour renforcer la cohésion d'équipe (p. ex. activités d'équipe, objectifs de groupe, limiter la création de gang, rituels d'équipe) ?
- Quelle est ma vision du leadership ou de la prise de responsabilité des athlètes dans l'équipe (p. ex. modèle traditionnel avec un.e capitaine, leadership partagé) ?



Pour votre information, des activités pour développer la cohésion d'équipe sont disponibles sur le [site de Sport'Aide, dans l'approche Cohaesia.](#)



Partie 3 : Ma philosophie de participation



- Expliquez votre approche concernant la distribution des présences des athlètes aux compétitions (p. ex. accès aux disciplines ou aux épreuves, temps de jeu), en tenant compte de leur stade de développement. Par exemple :
 - Est-ce que les athlètes vont jouer à différentes positions, ou s'exercer pour différentes épreuves ou disciplines ?
 - Est-ce que les athlètes vont participer à toutes les compétitions prévues au calendrier, selon leur niveau ?
 - Est-ce que du temps de jeu peut être retranché en cas de comportements inadéquats ?
- Partagez en toute transparence comment vous prenez les décisions concernant le temps de jeu et la participation à des compétitions à différents moments pendant la saison (p. ex. début de saison, tournois). Assurez-vous que les parents comprennent la complexité et la réflexion intentionnelle derrière ces décisions.
- Expliquez comment vous communiquerez aux athlètes une réduction de leur temps de jeu ou leur non-participation à une compétition. Comment allez vous les soutenir lors de périodes plus difficiles (p. ex. rétroaction, opportunité pour discuter) ?

