

## Revue de la littérature sur les programmes de formation des entraîneurs sportifs : Une perspective internationale

---

### Résultats

Participer à un programme de formation des entraîneurs (PFE) sportifs peut avoir une incidence sur la philosophie et la pratique de l'entraîneur, de même que sur ses athlètes.

La philosophie d'entraînement, est la combinaison du savoir, des habiletés, des attitudes et des intentions de l'entraîneur par rapport à son contexte de travail. Cette philosophie peut soit être renforcée (l'entraîneur reconnaît les forces de ses pratiques actuelles), soit redéfinie afin d'évoluer (l'entraîneur apprend à concilier ses valeurs d'entraînement, les besoins de ses athlètes et le contexte). L'entraîneur peut enrichir ses connaissances dans des domaines comme les stratégies interpersonnelles (ex. : développement d'une relation entraîneur-athlète et enseignement de compétences de vie), les stratégies propres au sport, la prévention des risques et les bienfaits d'un mode de vie sain et actif, et gagner par conséquent en confiance et en autoefficacité.

Concrètement, les changements de philosophie s'incarnent dans une modification de la pratique (ex. : l'entraîneur intègre les modèles/stratégies du PFE). En fait, une telle modification est plus probable si le contenu du PFE tient compte du contexte ou si l'entraîneur a le droit d'intégrer certaines stratégies à ses pratiques existantes. Par ailleurs, on note que si aucun soutien n'est offert après le PFE (mentorat, rétroaction, etc.), les entraîneurs sont moins portés à changer leurs comportements ou à adopter certains éléments du programme. Parmi les facteurs qui nuisent à la modification de la pratique figurent les obstacles infrastructurels, comme un manque de ressources environnementales nécessaires à la mise en œuvre des programmes, et les contraintes de temps (programmes très chargés, entraîneurs trop occupés, etc.).

Enfin, en modifiant sa pratique, l'entraîneur peut avoir une plus grande incidence sur l'athlète. Selon le contenu du PFE et la mesure dans laquelle l'entraîneur sait l'appliquer, l'athlète améliorera sa maîtrise des compétences de vie. Il affichera en outre des comportements plus prosociaux, et ses besoins psychologiques fondamentaux seront mieux satisfaits.

Rapport original rédigé par: Shaikh, M., dos Santos, Y.Y.S., Rodrigue, F., Ciampolini, V., Culver, D.M, Larissa R. Galatti, L. R., Seguin, C., Vinicius Z. Brasil, V. Z., Nash, C., Milistetd, M., He, C., & Fournier, K. (2020).

Résumé rédigé par: Majidullah Shaikh & Diane M. Culver (2020) - School of Human Kinetics, University of Ottawa

---