

Infrastructure et expertise

Modèle pour l'étude d'un entraînement efficace au moyen du DLTP/A



Kelly L. Lockwood et Greg Jackson
Éducation physique et kinésiologie; Gestion du sport
Université Brock

The Skating Lab | We've got training down to a science. **Brock University**

Éléments connus – Éléments inconnus

- **Participant/athlète**
 - Qu'est-ce que l'entraînement propre à un sport?
 - Quel est l'entraînement optimal pour le DLTP/A?
- **Système sportif**
 - Qu'est-ce qu'une infrastructure de sport efficace?
 - Comment peut-on intégrer une telle infrastructure dans le système sportif?

The Skating Lab | We've got training down to a science.

STADES DU DLTP/A	HOCKEY	Système Données qualitatives		Athlètes Données quantitatives
		Sondages	Entrevues	
ENFANT ACTIF	Apprendre à patiner (garçons et filles)	Parents	Intervenants sportifs	Analyse biomécanique pour évaluer l'acquisition des compétences
S'AMUSER GRÂCE AU SPORT	Ligue locale - Atome A (garçons et filles)	Parents	Entraîneurs Intervenants sportifs Députés/Agents	Analyse biomécanique pour évaluer l'acquisition des compétences Mesures physiologiques
APPRENDRE À S'ENTRAÎNER	Équipe Pee Wee (garçons et filles)	Parents	Entraîneurs Intervenants sportifs Députés/Agents	Analyse biomécanique pour évaluer l'acquisition des compétences Mesures physiologiques
S'ENTRAÎNER À S'ENTRAÎNER	Équipe Bantam (garçons et filles)	Parents	Entraîneurs Intervenants sportifs Députés/Agents	Analyse biomécanique pour évaluer l'acquisition des compétences Mesures physiologiques
S'ENTRAÎNER À LA COMPÉTITION	Junior (hommes) Équipe Midget, Intermédiaire (femmes)	Parents	Entraîneurs Intervenants sportifs Députés/Agents	Analyse biomécanique pour évaluer l'acquisition et le perfectionnement des compétences Mesures physiologiques Mesures de la performance propre au sport
S'ENTRAÎNER À GAGNER	Repêchage LHO, LAH et LNH (hommes) SE, NCAA, Junior (femmes)	Parents	Entraîneurs Intervenants sportifs Députés/Agents	Analyse biomécanique pour évaluer l'acquisition et le perfectionnement des compétences Mesures physiologiques Mesures de la performance propre au sport
VIE ACTIVE	Masters, Légendes (hommes) Masters, sportif/récréatif/senior (femmes)	Athlètes	Entraîneurs Intervenants sportifs Députés/Agents	Analyse biomécanique pour évaluer l'acquisition des compétences Mesures physiologiques

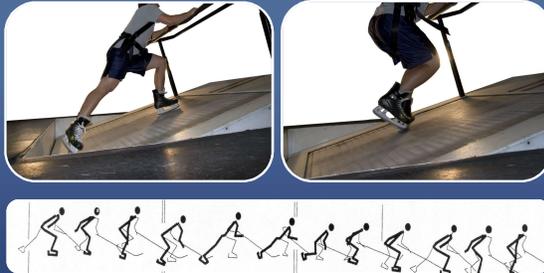
Aperçu du PIH



F - 1 x/sem. (12 sem.)
I - Adaptée à l'âge et à l'habileté
T - 60-75 min/séance
T - Entraînement propre au sport (tapis roulant de patinage et SAQ)

The Skating Lab | We've got training down to a science.

Entraînement – Tapis roulant de patinage



The Skating Lab | We've got training down to a science.

PIH : Données sur les athlètes

- Différences importantes – conditionnement
- Différences importantes – mécanique
- Transfert positif sur la performance



The Skating Lab | We've got training down to a science.

PIH : Données sur le système



- Compréhension du soutien de l'infrastructure
- Disponibilité du soutien de l'infrastructure en temps opportun
- Type de soutien de l'infrastructure
- Raison d'être du soutien de l'infrastructure

Répercussions sur les politiques

- Les infrastructures de recharge (p. ex. tapis roulant de patinage) sont un outil efficace pour l'enseignement, l'apprentissage et l'entraînement des fondements à tous les stades du développement.
- L'entraînement sur un tapis roulant de patinage comme option pour remplacer le temps de glace rare et dispendieux.
- La nécessité d'avoir des installations sportives et des instructeurs accrédités/certifiés.

Pour combler l'écart

RÉSULTATS
SCIENTIFIQUES

APPLICATIONS
PRATIQUES

PROCHAINES ÉTAPES

Prochaines étapes

- Le savoir-faire mécanique ou l'entraînement axé sur les mouvements mécaniques ont le potentiel d'améliorer considérablement la performance pendant tous les stades du développement.
RECOMMANDATION : Construire un modèle portant sur le savoir-faire mécanique qui s'applique à tous les stades du DLTP/A.
- La capacité de patiner a été définie comme la plus importante compétence à acquérir au hockey sur glace. Cependant, il n'y a pratiquement pas de transfert des résultats de recherche sur le patin au développement fondamental des compétences de patinage des participants/athlètes.
RECOMMANDATION : Concevoir des outils efficaces pour enseigner les fondements du mouvement (p. ex. la mécanique du patinage), pour entraîner les participants/athlètes et pour surveiller leurs progrès.
- Fournir un modèle aux organisations de sports connexes (p. ex. hockey féminin, ringuette, hockey sur luge, parties pour les personnes ayant des besoins spéciaux) pour inclure des infrastructures de recharge et une expertise.

Intervenants

- Fédération internationale de hockey
- Ligue nationale de hockey
- Hockey Canada
- Associations provinciales de hockey
- Liges locales de hockey mineur
- Ringuette Canada
- Associations provinciales de ringuette
- Liges locales de ringuette
- Association canadienne des entraîneurs
- Au Canada, le sport c'est pour la vie

Infrastructure et expertise

Modèle pour l'étude
d'un entraînement efficace au moyen du DLTP/A



Je tiens à remercier le CRSH-IRSC pour son appui financier, mon collègue Greg Jackson et les étudiants aux premier, deuxième et troisième cycles pour leur soutien et leur collaboration tout au long de la recherche.