



FORMATION « CARTE DE COACH »

Document de référence

6^{ème} Edition - 2019

Version 19.1

Association Belge Francophone de Taekwondo - ASBL

✉ Rue Beeckman, 53 – B-1180 Uccle

☎ 02/347 34 77 📠 02/347 75 31 📧 secretariat@abft.be

Adeps
FÉDÉRATION
WALLONIE-BRUXELLES

ABFT
Association Belge Francophone de
-Taekwondo-

BT

TABLE DES MATIERES

Ce syllabus a été rédigé par Eric Maréchal et Abdelhak Chbib (Président de la commission d'Arbitrage et arbitre mondial).

Les matières reprises dans ce syllabus sont des notes personnelles, des traductions du règlement de compétition de la World Taekwondo Fédération (WT), des documents internes à l'association Belge Francophone de Taekwondo (ABFT) et des documents de l'Association Canadienne des Entraîneurs (ACE). A chaque utilisation, lorsque c'est nécessaire, les sources seront citées.

C'est la 6^{ème} édition de ce syllabus. Suite aux différents échanges dans les ateliers interactifs, les remarques des candidats et à l'évolution des matières développées ici, ce syllabus est mis à jour régulièrement.

INTRODUCTION	3
LISTE DES LOGOS	4
LES COMPETENCES DU COACH	5
LES PRINCIPES D'ACTION QUI CARACTERISENT UN COACH DE HAUT NIVEAU	8
LES METHODES DE LEADERSHIP	9
LE COACH ET L'ARBITRAGE	13
4. Les compétiteurs	13
5. Les catégories de poids	16
6. La classification et la méthode de compétition	19
7. La durée du combat	21
9. La pesée	22
10. La procédure de combat	25
11. Les techniques et cibles autorisées	28
12. Les points valides	29
13. Marquage et publication	30
14. Les actes prohibés et les pénalités	33
15. Points en or et décision de supériorité	38
16. Les décisions	40
17. Knock down	42
18. La procédure en cas de knock down	42
19. Les procédures pour suspendre le combat	45
21. Visionnage instantané de la vidéo	47
PORTER RECLAMATION EN COMPETITION	51
CHARTRE DES BONS COMPORTEMENTS SPORTIFS EN COMPETITION	52
TRANSMETTRE UN MESSAGE CLAIR	53
GLOBAL ATHLETE LICENCE	56
LA CARTE DE COACH ABFT	57
LISTE DES ABREVIATIONS	58

INTRODUCTION

Le projet de carte de coach est né en 2013. Il fait suite à des débats au sein des réunions de travail entre les commissions à visée sportive. Avant cela, il avait souvent été envisagé par des moniteurs de club et des dirigeants de l'ABFT.

En 2013, il revient sur la table lors d'un débat entre les Présidents de commission à visée sportive et le directeur technique qui portait sur la mise en place d'une nouvelle politique sportive pour l'ABFT. Le projet de carte de coach répondait à un réel besoin dans le chef des moniteurs de club.

En effet, certains moniteurs avaient déjà fait la demande d'une formation sur le coaching en compétition. De plus, le règlement d'arbitrage a considérablement et fréquemment changé ces dernières années suite entre autres à l'instauration du plastron électronique qui révolutionne la pratique du taekwondo.

Bien sûr, il ne faut pas se le cacher, en 2013, il y a eu certains incidents en compétition de taekwondo, comme dans d'autres sports d'ailleurs, qui ont retenu la plus grande attention du Conseil d'Administration de l'ABFT, des présidents de commissions et du directeur Technique. Il fallait lutter contre les incivilités, le racisme et la violence. Le projet de carte de coach fait donc partie de toute une série de projets qui aident à restaurer un esprit de fair-play dans les compétitions de taekwondo. Ces projets sont :

- Une Charte du bon comportement en compétition. Tous les moniteurs de club ont pu donner leur avis. Elle a été diffusée par mail, affichée sur notre site, remise lors des compétitions et enseignée dans la formation ADEPS.
- Une augmentation du nombre d'heures de formation pour les arbitres (passé de 8 à 12h00 de formation) qui permet de mieux les former dans des ateliers interactifs.
- Le passage au plastron électronique qui facilite la compréhension de l'attribution des points pour les différents acteurs.
- Un cahier unique de compétition qui uniformise quelque peu l'organisation des compétitions et rappelle les règles élémentaires. En effet, une compétition commençant à l'heure génère moins d'énerverment.

Enfin, de gros clubs participent aux compétitions. Ils ont besoin d'un nombre élevé de coaches pour encadrer leur équipe. Ce projet de carte de coach participe avec les head of coach de ces clubs à former leurs adjoints.

Ce projet de carte de coach a été présenté au Conseil d'Administration de l'ABFT fin 2013. Il a été voté dans son ensemble à la majorité. Depuis le 1^{er} janvier 2015, tous les coaches (francophones) de l'ABFT doivent posséder cette carte pour coacher en compétition ABFT.

L'European Taekwondo Union (ETU - WTE) a lancé en 2014 un projet de carte de coach international. Depuis le 1^{er} janvier 2015, tous les coaches européens qui veulent coacher sur les opens européens labélisés G par la WT et les tournois majeurs doivent être en possession d'une carte de coach. Avec son projet, l'ABFT est apparue comme une pionnière en la matière. En Septembre 2016, la VTB a lancé le même projet. Depuis janvier 2018, tous les coaches flamands possèdent cette carte de coach pour coacher. Cette carte est donc obligatoire dans toute la Belgique.

Cette formation est l'occasion de vous proposer dans des ateliers interactifs, en plus d'une mise à jour importante des règles de compétition, des outils pour le coaching, pour faire passer un message clair et avoir du leadership.

Les matières qui composent les compétences du coach sont tellement vastes qu'il n'est pas possible de les approfondir toutes. Nous espérons que cette formation répondra à vos besoins et vous servira dans votre passion.

LISTE DES LOGOS

Certains logos apparaissent dans ce syllabus. Ci-dessous vous trouverez leur définition.



Ce logo attire votre attention sur un élément important.



Ce logo attire votre attention sur un conseil ou une idée.



Ce logo attire votre attention sur une question et sa réponse.



Ce logo indique les comportements graves et inacceptables.

LES COMPETENCES DU COACH

Définition de compétence

Une **compétence** est une connaissance utilisable. Le coach a des compétences qu'il a acquises par l'expérience dans ce rôle de coach, dans d'autres disciplines (sports, métiers, ...) ou par l'apprentissage (échanges d'informations entre coaches, formations ADEPS, ...). Il utilise ses connaissances dans son rôle de coach.

Ses compétences se traduisent par

- un savoir : le coach connaît différentes matières. Il a un savoir (des connaissances) technique et théorique.
- un savoir-faire : le coach a des habilités. Il est capable de faire certaines tâches.
- un savoir-être : le coach a des qualités en tant que personne. Il va pouvoir réagir avec la bonne attitude à certaines situations dans l'entraînement et en compétition.

Dans le sport en général, le poste de coach est assimilé à celui d'entraîneur. En taekwondo, on fait la distinction entre coach et entraîneur. Ce sont deux fonctions différentes.

On entend par coach, la personne qui va coacher le compétiteur lors d'une compétition. Le coach est la personne qui est assise sur la chaise. Il va accompagner le compétiteur tout au long de la journée de compétition et lors du déplacement. L'entraîneur est celui qui va dispenser les entraînements. On l'appelle aussi le professeur de taekwondo, le moniteur, le Maître, ... Dans de nombreux clubs, le coach est aussi l'entraîneur. Mais bien souvent, quand beaucoup de compétiteurs d'un même club combattent le même jour, le coach principal doit se faire aider. Dans ce cas, la fonction de coach est bien distincte de celle d'entraîneur.

Les compétences du coach en taekwondo

Les compétences du coach sont multiples. Les compétences reprises ci-dessous sont fonction de certaines situations et moments. Elles sont donc ...