

## **Entraînement au jeu des 5-quilles**

### ***Pourquoi un programme d'entraînement ?***

La formation des entraîneurs est extrêmement importante pour le développement du jeu des 5-quilles, afin d'assurer le développement et l'entraînement appropriés de nos athlètes à tous les niveaux.

### ***Qu'est-ce que le PNCE ?***

Le PNCE est le Programme national de certification des entraîneurs. Le PNCE est un programme de formation et de certification des entraîneurs qui aide les entraîneurs à développer leurs compétences en tant qu'entraîneur. Par l'entremise de Multi-Sport, un entraîneur peut participer à des ateliers qui peuvent être crédités comme formation dans la base de données de l'Association canadienne des entraîneurs (ACE).

### ***Comment puis-je m'impliquer ?***

Connectez-vous au site Web de l'Association canadienne des 5-quilles (AC5Q) à [www.c5pba.ca](http://www.c5pba.ca) et cliquez sur les liens, puis cliquez sur votre province ou territoire et cela vous amènera à votre association provinciale ou territoriale. Vous pouvez également consulter le site [www.google.ca](http://www.google.ca) et taper "5-quilles" et votre "Province".

### ***Quelles sont les étapes à suivre pour devenir entraîneur ?***

Aux 5-quilles, il y a deux filières qui ont été identifiées par l'AC5Q. Il s'agit du programme d'entraîneur communautaire et du programme d'entraîneur compétitif. Le programme d'entraîneur communautaire est conçu pour les parents, les grands-parents ou les personnes intéressées à enseigner les bases du jeu des 5-quilles.

Le programme d'entraîneur compétitif est un cours plus avancé conçu pour ceux qui aimeraient devenir entraîneur au niveau provincial ou national. Une personne doit compléter le programme d'entraîneur communautaire ou l'évaluation de la préparation en ligne avant de pouvoir suivre le programme d'entraîneur compétitif.

Le programme d'entraîneur de compétition est un cours plus avancé conçu pour les personnes qui souhaitent devenir entraîneur au niveau provincial ou national. Une personne doit suivre le programme d'entraîneur communautaire ou l'évaluation de la préparation en ligne avant de pouvoir suivre le programme d'entraîneur de compétition.

### ***Quels sont les délais et les coûts pour devenir entraîneur communautaire ?***

Le programme d'entraîneur communautaire est un cours non évalué. Cela signifie qu'une fois que vous aurez suivi le cours de 6 heures, vous obtiendrez le statut de "formé" en tant qu'entraîneur communautaire. Le coût de ce cours est de 100 \$ au maximum (varie selon la province). Ce cours se compose de 7 modules :

- Introduction
- Mise en situation
- Planifier une pratique
- Analyse de la performance
- La sécurité
- Entraînement à la pratique
- Prendre des décisions éthiques

### ***Qu'est-ce que l'évaluation de la préparation des entraîneurs de compétition ?***

Cette évaluation a été développée pour les entraîneurs qui estiment avoir suffisamment de connaissances pour passer directement à la formation d'entraîneur compétitif. Cette évaluation déterminera s'ils ont une compréhension suffisante du matériel de l'entraîneur communautaire et ils doivent obtenir une note de 75 % pour être considérés comme admissibles à passer directement à la formation d'entraîneur compétitif. Le coût est de 50 \$ et doit être soumis au bureau de l'AC5Q. Le bureau de l'AC5Q fournira alors le lien vers l'évaluation ainsi qu'un nom d'utilisateur et un mot de passe. Une fois l'évaluation soumise, elle sera examinée et un courriel informant l'entraîneur de la note obtenue lui sera envoyé. Si l'entraîneur n'obtient pas la note requise de 75 %, les frais ne sont pas remboursables et l'entraîneur devra suivre le programme d'entraîneur communautaire avant de pouvoir prétendre à la formation d'entraîneur de compétition.

### ***Quels sont les délais et les coûts pour devenir entraîneur de compétition ?***

Il s'agit d'un cours évalué et à la fin de ce cours de 19 heures, vous recevrez le statut de "formé". Après trois mois d'application pratique du matériel, vous pouvez vous inscrire au "processus d'évaluation". Le coût de ce cours est de 175 \$, ce qui inclut l'évaluation. Ce cours se compose des 7 modules suivants :

- Introduction
- Sécurité

- DLTA (Développement à long terme de l'athlète) et ACSV (Au Canada, le sport c'est pour la vie)
- Analyse de la performance
- Prendre des décisions éthiques (approche en 6 étapes)
- Fournir un soutien aux quilleurs à l'entraînement
- Soutenir l'expérience de compétition

### ***Quel est le processus d'évaluation ?***

Au cours de la période d'application pratique de 3 mois, un entraîneur devra sortir et travailler avec tous les types de quilleurs. Pendant cette période, l'entraîneur peut travailler sur son portefeuille. Le portefeuille se compose des éléments suivants

- Code d'éthique des entraîneurs signé
- Conception d'un plan d'entraînement pour un quilleur novice
- Concevoir un plan d'entraînement pour un quilleur expérimenté afin de raffiner une habileté
- Concevoir un plan d'action en cas d'urgence
- Remplir un formulaire d'auto-évaluation de l'entraîneur
- Remplir le formulaire d'évaluation de l'athlète / du parent
- Remplir le formulaire d'évaluation de l'administrateur ou du propriétaire
- Remplir le relevé de notes de l'entraîneur de l'ACE
- Remplir l'évaluation en ligne sur la prise de décisions éthiques
- Compléter la formation en ligne sur la sécurité dans le sport
- Compléter la formation en ligne Prendre une tête d'avance

Une fois que vous aurez rempli les exigences du portefeuille, vous communiquerez avec un évaluateur ou une évaluatrice pour fixer une date d'évaluation. Cette évaluation peut se faire virtuellement ou en personne. Vous disposerez d'un délai de trois ans à compter de la date de votre formation pour procéder à l'évaluation. Si vous demandez une évaluation après le délai de trois ans, vous devrez déboursier 40 dollars directement à l'évaluateur.

Pour en savoir plus, allez sur le site web de l'AC5Q [www.c5pba.ca](http://www.c5pba.ca) et cliquez sur "Technique" et "Certification des entraîneurs" et lisez tous nos documents.