

Programme national de certification des entraîneurs (P.N.C.E.)

L'emploi du masculin ne vise qu'à alléger le présent texte

1) Qu'est-ce que le P.N.C.E.?

Le P.N.C.E. est un programme de formation et de certification en entraînement offert dans plus de 60 sports au Canada. Il a été créé afin de répondre aux besoins d'un grand éventail d'entraîneurs - de l'initiation au sport jusqu'à la haute performance.

Depuis la création du P.N.C.E., plus d'un million d'entraîneurs ont pris part à ces activités, ce qui les a aidés à acquérir les habiletés, les compétences et l'attitude requises dans l'exercice de leurs fonctions.

Le P.N.C.E. prépare les entraîneurs à :

- mieux répondre aux besoins de tous les participants des sports;
- faire vivre aux participants une expérience positive ;
- donner aux participants des possibilités de réaliser leur plein potentiel dans le cadre de leur pratique sportive;
- donner aux entraîneurs des outils pour travailler dans un environnement sécuritaire et tout en respectant le code d'éthique du P.N.C.E.

2) Un programme en transition

Le P.N.C.E. traverse actuellement une période de transition où il passe d'une approche axée sur les **connaissances** à une approche axée sur les **compétences**, avec laquelle un entraîneur peut obtenir une certification pour entraîner un type précis de participants dans un contexte particulier d'entraînement.

3) Le P.N.C.E. avant 2004

Le P.N.C.E. offrait avant 2004 un programme qui était basé sur des stages et des connaissances qui comportaient cinq niveaux de certification.

L'entraînement des athlètes en développement

Les niveaux 1 à 3 étaient destinés aux personnes qui exerçaient les fonctions d'entraîneurs dans le cadre de programmes sportifs des milieux communautaire, scolaire et de club.

L'entraînement des athlètes de haute performance

Les niveaux 4 et 5 toujours applicables à ce jour, sont les plus élevés de la formation en entraînement. Ils sont destinés aux entraîneurs qui souhaitent faire carrière en entraînement et qui travaillent auprès d'athlètes de haut niveau. Le programme les prépare à jouer le rôle de chefs de file dans le sport aux échelles nationale et internationale. Les niveaux 4 et 5 comportent 20 modules, soit 12 au niveau 4 et les 8 autres au niveau 5.

Pour ces niveaux, le programme est établi et dirigé par chacun des organismes nationaux de sport (ONS). La formation est dispensée via l'Institut national de formation des entraîneurs (INFE) (514) 872-1999 et l'ONS via votre fédération sportive (514) 252-3000. Vous pouvez également visiter le site Internet de l'INFE www.multisport.qc.ca, ou contacter l'INFE par courriel : cnmm.infe@multisport.qc.ca.

4) Le nouveau P.N.C.E.

La conception du nouveau P.N.C.E. tient compte des différents types d'entraîneurs («secteurs d'entraînement», appelés «profils») qui existent dans le système sportif canadien et des milieux spécifiques («contextes d'entraînement») dans lesquels ces personnes travaillent. Il revient à chaque fédération nationale de déterminer quels profils et quels contextes s'appliquent à son système de développement des entraîneurs. L'importance des capacités que les entraîneurs possèdent dans un contexte donné, détermine l'étendue de la formation requise.

La structure du nouveau P.N.C.E. et l'implication de Sports Québec

| PROFILS | CONTEXTES | PARTIES |
|---|--|------------------|
| Sport communautaire <i>(offert par certaines fédérations sportives)</i> | <ul style="list-style-type: none">• Initiation• Participation continue | |
| Compétition <i>(offert par Sports Québec et l'INFE)</i> | <ul style="list-style-type: none">• Introduction• Développement | A & B |
| | <ul style="list-style-type: none">• Haute Performance <i>(par l'INFE)</i> | |
| | <ul style="list-style-type: none">• Débutant | |

| | | |
|---|---|--|
| Instruction <i>(offert par de votre fédération)</i> | <ul style="list-style-type: none"> • Intermédiaire • Avancé | |
|---|---|--|

Comment les entraîneurs obtiennent-ils une accréditation et/ou certification?

Le nouveau P.N.C.E. établit une distinction entre la «**formation**» et la «**certification**» en entraînement.

Les entraîneurs qui souhaitent une **formation** pour acquérir ou perfectionner les habiletés, les connaissances et l'attitude jugées importantes pour l'exercice de leur profession dans un contexte particulier en participant à des ateliers de formation multisport et à des formations spécifiques à leur sport.

Ceux qui veulent obtenir une **certification** seront tenus de démontrer à leur fédération sportive leur capacité de répondre aux exigences identifiées pour leur contexte d'entraînement dans des domaines tels que la conception d'un programme, la planification d'une séance d'entraînement, l'analyse de la performance, la gestion d'un programme, la prise de décision éthique, le soutien à apporter aux participants en situation d'entraînement, et l'appui à donner aux participants en situation de compétition.

Pendant la transition

Au Québec, les éléments du nouveau P.N.C.E. sont en place et un certain nombre de fédérations offrent déjà des ateliers et d'autres possibilités d'apprentissage dans le cadre de l'approche axée sur les compétences. Pendant cette période de transition, un entraîneur pourrait suivre une formation et obtenir une certification dans le cadre de l'ancien P.N.C.E. à cinq niveaux ou dans le **nouveau programme axé sur les compétences, selon la progression de son sport dans la transition.**

- les ateliers s'adressant aux entraîneurs en « Sport communautaire » seront offerts uniquement par les fédérations sportives qui offrent ce profil et leur durée variera entre 6 et 10 heures.
- les entraîneurs des contextes « Compétition - Introduction » pourront suivre une formation « multisport » en lien avec certains des résultats attendus (objectifs) du nouveau P.N.C.E. Ces activités de formation seront regroupées en modules, dont la prestation sera échelonnée sur deux fins de semaine (« Compétition - Introduction - Parties A et B »).

Pour savoir si votre fédération sportive a choisi d'intégrer certains des modules «multisports» qui sont offerts dans le cadre des ateliers « Compétition - Introduction - Parties A et B », veuillez communiquer avec celle-ci au (514) 252-3000.

En 2009, l'ancienne formation théorique niveau 3 est maintenant remplacée par les ateliers multisports du Compétition - Développement. Pour de plus amples informations sur le nouveau programme du P.N.C.E., veuillez consulter le site de l'Association canadienne des entraîneurs www.coach.ca ou notre site www.sportsquebec.com

5) Options de prestation du programme

L'entraîneur peut suivre la formation

« multisports » selon les options suivantes :

- en suivant un atelier multisport présenté à travers la province par un des mandataires régionaux de Sports Québec (voir la programmation par région);
- en suivant un atelier multisport offert aux entraîneurs d'un sport qui en a fait la demande;
- en suivant les ateliers multisports jumelés à un atelier spécifique à votre sport (formation intégrée).
- en suivant le programme d'études à domicile (voir les modalités sous la rubrique Programmes d'études à domicile).

6) Description des ateliers « multisports »

a. Compétition - Introduction - Partie A

Condition obligatoire d'admission : Avoir 16 ans lors de l'atelier.

Modules présentés :

- introduction au programme;
- prise de décision éthique*;
- élaboration d'une séance d'entraînement;
- Nutrition.

Horaire prévu : Approximativement 14 heures

Samedi : 8 h 30 à 17 h

Dimanche : 8 h 30 à 16 h

Frais d'inscription : 80\$

Conditions d'obtention d'accréditation :

1. présence et participation active pendant toute la durée de l'atelier;
2. compléter le cahier de l'entraîneur selon les exigences prescrites.

b. Compétition - Introduction - Partie B

Condition obligatoire d'admission : Avoir 16 ans lors de l'atelier.

Modules présentés :

- élaboration d'un programme sportif de base;
- enseignement et apprentissage;
- habiletés mentales de base.

Horaire prévu : Approximativement 15 heures

Samedi et dimanche : 8 h 30 à 17 h

Frais d'inscription : 90\$

Conditions d'obtention d'accréditation :

- 1) présence et participation active pendant toute la durée de l'atelier;
- 2) compléter le cahier de l'entraîneur selon les exigences prescrites.

c. Module Prise de décision éthique (seulement)

Condition obligatoire d'admission : Avoir 16 ans lors de l'atelier.

Horaire prévu : Approximativement 3 heures 30

Dimanche : 8 h 30 à 12 h et 13 h à 15 h 15

Frais d'inscription : 45\$

Conditions d'obtention d'accréditation :

1. présence et participation active pendant toute la durée du module;
2. compléter le cahier de l'entraîneur selon les exigences prescrites.

d. Compétition - Développement

L'atelier « multisports » Compétition - Développement est la dernière étape pour les entraîneurs d'athlètes en développement; on y traite des aspects psychologique et physiologique de la planification annuelle de l'entraînement sportif. Cet atelier remplace le niveau 3 qui était offert jusqu'en décembre 2008.

Condition obligatoire d'admission :

Détenir l'accréditation des niveaux 1 et 2 de l'ancien programme ou la mention « formé » du nouveau programme «Compétition - Introduction Parties A et B». Vous devez, en plus, obtenir la mention « évalué » du module Prise de décision éthique.

Modules présentés, horaire et coûts d'inscription :

Pour obtenir l'accréditation multisport du contexte Compétition – Développement, la formule privilégiée d'inscription est de deux modules par fin de semaine de 2 jours et demi sur 3 fins de semaine tels que présentés ci-contre :

Horaire et coût d'inscription des modules

Compétition - Développement

| | | | | | |
|--|--|----------------|--|-------------------------------------|----------------|
| C-1 | Efficacité en entraînement et en leadership | 100 \$ | C-2 | Diriger un sport sans dopage | 30 \$ |
| | Vendredi | 19 h à 21 h 45 | | Dimanche | 12 h 30 à 17 h |
| | Samedi | 9 h à 17 h | | | |
| | Dimanche | 9 h à 11 h 30 | TOTAL (pour les modules C-1 et C-2) | | 130 \$ |
| C-3 | Développement des habiletés athlétiques* | 80 \$ | C-4 | Gestion des conflits | 50 \$ |
| | Vendredi | 19 h à 21 h 25 | | Dimanche | 9 h à 16 h |
| | Samedi | 9 h à 17 h | TOTAL (pour les modules C-3 et C-4) | | 130 \$ |
| C-5 | Psychologie de la performance | 65 \$ | C-6 | Prévention et récupération | 65 \$ |
| | Vendredi | 19 h à 22 h | | Samedi | 14 h à 17 h |
| | Samedi | 9 h à 14 h | | Dimanche | 9 h à 15 h |
| | | | TOTAL (pour les modules C-5 et C-6) | | 130 \$ |
| TOTAL (pour les 6 modules - 49 hrs) | | | | | 390 \$ |

Condition d'obtention d'accréditation :

1. présence et participation active pendant toute la durée des ateliers;

2. compléter le cahier de l'entraîneur (durant la formation) selon les exigences prescrites;

3. * compléter le travail préparatoire du module *Développement des qualités athlétiques*.

Pour en savoir plus

Pour de plus amples informations sur les ateliers multisports, vous pouvez communiquer avec l'Unité régionale loisir et sport de votre région (voir la liste dans la programmation), ou avec Sports Québec au (514) 252-3114 poste 3722.

7) Programme d'études à domicile

Cette formule pédagogique vise à rendre plus accessible la formation multiport. Cette option, utilisée dans des circonstances particulières, permet à une personne de satisfaire aux exigences en travaillant à domicile, supervisée et conseillée par une personne-ressource. Pour vous inscrire, veuillez communiquer avec Sports Québec au (514) 252-3114 poste 3722 ou via notre site à : www.sportsquebec.com

| Formation multisport | Coût d'inscription (incluant les manuels) | Durée maximale allouée pour compléter la formation |
|---------------------------------------|---|--|
| Compétition - Introduction - Partie A | 130\$ | 10 semaines |
| Compétition - Introduction- Partie B | 180\$ | 10 semaines |

Note : Le document de référence en format papier et le cahier d'exercices en format électronique seront fournis. Ce dernier pourra être complété sur format papier ou électroniquement.

8) Reconnaissance d'accréditation(s)

L'entraîneur qui souhaite obtenir une reconnaissance d'accréditation(s) doit détenir un diplôme (baccalauréat ou maîtrise) en éducation physique¹ comportant une spécialisation en entraînement sportif ayant débuté depuis septembre 2004.

Pour obtenir la reconnaissance

Le candidat doit faire parvenir à Sports Québec le formulaire de demande de reconnaissance d'accréditation(s) en incluant un chèque (à l'ordre de Sports Québec) au montant indiqué sur le formulaire, en fournissant une copie de son (ses) diplôme(s) et des autres documents pertinents. Un exemplaire du formulaire « Demande de reconnaissance d'accréditation(s) » est disponible sur notre site : www.sportsquebec.com ou en communiquant à Sports Québec au numéro (514) 252-3114 poste 3722.

*** Note**

¹ Dans le présent texte, « éducation physique » désigne également les domaines connexes tels que : kinanthropologie, kinésiologie, sciences de l'activité physique et sciences du sport.

9) Coordination du programme au Québec

Sports Québec coordonne l'ensemble du Programme national de certification des entraîneurs au Québec, diffuse et coordonne les ateliers multisports, suivant une entente avec le Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport. Les principaux partenaires intervenant dans la gestion et la diffusion du programme sont les suivants :

- les fédérations sportives qui diffusent et coordonnent les ateliers spécifiques à leur disciplines sportives dans toutes les régions ;
- les mandataires régionaux (URLS) qui planifient et organisent les ateliers multisports du P.N.C.E. selon les directives de Sports Québec. Ces organismes sont nommés organisateurs d'atelier aux fins de ce dépliant.

Information pour inscription : site internet : www.sportsquebec.com