

FORMATION PNCE – COMPÉTITION ET DÉVELOPPEMENT

Comment devenir entraîneur certifié ?

Programme national de certification des entraîneurs (PNCE) – Spécifique au handball

1. Modules multisports PNCE (en ligne) par Sport-Québec :

Les modules suivants doivent être suivis et validés à travers le Casier <https://lecasier.coach.ca> de l'ACE. Chaque individu est responsable de s'inscrire et de suivre les cours. Dès sa réussite, le cours sera indiqué comme réussi dans votre casier.

Module	Durée estimée
C1 – Efficacité en entraînement et leadership	8 h 45 min
C2 – Diriger un sport sans dopage	45-60 min
C3 – Développer des qualités athlétiques	7 h
C4 – Gestion de conflit	4 h 30 min
C5 – Psychologie de la performance	7 h
C6 – Prévention et récupération	7 h 30 min
C7 – Planification de la performance – niveau avancé (pré-requis : avoir réussi C3 et C-6)	13 h
C8 – Planification avancée séance d'entraînement	4 h 45 min
C9 – Gestion d'un programme sportif	4 h

Le calendrier de ces formations est accessible ici :

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1Wj4AHCxY_6FdXECJ23qJHQmlHUFOyyM7/edit?usp=sharing&ouid=107436762650700533970&rtpof=true&sd=true

2. Partie technique – Handball

Pour obtenir la certification « Compétition et développement », les étapes suivantes doivent être complétées :

- Créez un dossier virtuel (portfolio) dans lequel vous pourrez déposer tous les documents exigés, lequel vous pourrez ensuite partager à l'aide d'un lien avec le formateur.

2.1 Participation à la formation technique

Participer à la formation « Compétition et développement – Handball » organisée conjointement par la Fédération canadienne de handball olympique (FCHO) et la Fédération québécoise de handball olympique (FQHO).

2.2 Remise du plan annuel d'entraînement d'un athlète ou d'une équipe :

-Exigence et contenu vu dans le cours PNCE en ligne : *planification de la performance C7*

2.3 Remise de trois plans de séance

-Rédiger trois plans de séance d'entraînement, un plan dans chacune des 3 phases : phase générale, phase spécifique, phase de compétition.

-Exigence et contenu vu dans le cours PNCE : *planification avancée séance d'entraînement C8*

-Un des plans doit être celui de la séance présentée au formateur (2.4)

2.4 Animation d'une séance d'entraînement supervisée

-Exigence et contenu vu dans le cours PNCE : *planification avancée séance d'entraînement C8*

La séance doit être observée par un formateur ou filmée, puis suivie d'un débriefing avec le formateur.

2.5 Observation pendant une compétition

-L'entraîneur est observé pendant un match lors d'une compétition par l'évaluateur

2.6 Rapport de compétition et rapport de progrès des athlètes

--Exigence et contenu vu dans le cours PNCE en ligne : *gestion du programme sportif C9*

3. Maintien de la certification

Une fois la certification obtenue, l'entraîneur doit accumuler 30 points PNCE tous les 5 ans pour la maintenir active.

Des points peuvent être obtenus de plusieurs façons :

- Suivre une formation du PNCE
- Entraîner une équipe pendant une saison
- Participer à des séminaires ou formations en ligne
- Effectuer des formations autodirigées

Les points doivent être saisis manuellement dans votre Casier de l'ACE.

Version 2 : Document produit par Nathalie Brochu – 8 juin 2025 Entériné par Gérard Lauzière, responsable du PNCE à l'ACÉ

Autres références:- PNCE sur Sports Québec: <https://www.sportsquebec.com/modules-de-formation/>-

Mon casier PNCE: <https://lecasier.coach.ca/>