

Apprentissage des QUILLES

CONTENU

Introduction	2
Une explication du programme de l'apprentissage des quilles	
Sujets traités: Objectif de l'apprentissage des quilles, L'enseignement de l'apprentissage des quilles est facile; pourquoi apprendre à jouer aux quilles; comment fonctionne le programme; achèvement du programme; le jeu de quilles des jeunes; votre centre de quilles local; adapter le programme pour votre classe; conçu pour votre curriculum; reconnaissance du sport par le gouvernement du Canada.	
CHAPITRE 1 -Introduction dans la classe	6
Renseignements sur le contexte que vous pouvez révéler en classe en tant qu'introduction pour les élèves, avant la première visite	
Sujets traités: Se préparer à aller jouer aux quilles; sécurité d'abord; les étirements de base pour le jeu de quilles; terminologie; valeurs des quilles et comment obtenir un bon pointage; préparation de formulaires d'équipes et de listes d'équipes.	
CHAPITRE 2- Éléments de base appris durant la visite au centre de quilles	11
Sujets traités: Réchauffement approprié; sécurité d'abord; lancer avec les deux mains; lancer avec une main; approche à trois pas; conseils.	
CHAPITRE 3 - Thèmes avancés	20
Sujets traités: Perfectionnement des habiletés et adaptations; types de lancers de la boule; dynamiques de jeu en ligue et en tournoi.	
CHAPITRE 4 - Marquer le pointage dans le jeu de 5 quilles	25
Pour les cours avancés qui voudraient utiliser le programme pour soutenir le cours de mathématique	
CHAPITRE 5 - Histoire du jeu de quilles et du jeu de 5 quilles	28
Pour les cours avancés qui voudraient utiliser le programme pour soutenir l'histoire canadienne.	
CHAPITRE 6 - Ressources pour les enseignants	30
Remerciements	32

Apprentissage des QUILLES

INTRODUCTION

L' **OBJECTIF** du programme d'**apprentissage des quilles** est de présenter un sport à la jeunesse à travers le Canada, qui peut être pratiqué tout au long de leur vie. Le jeu de quilles collabore au développement d'une grande coordination de l'oeil et de la main, incite les jeunes à pratiquer une vie active et offre un exercice modéré. Une participation au jeu de quilles apprend aux jeunes les valeurs du jeu en équipe et de l'esprit sportif. Et encore plus important, le jeu de quilles est **PLAISANT** et peut être pratiqué par tous peu importe l'âge, le sexe ou la force d'un individu.

Chaque élève participant au programme d'apprentissage des quilles recevra une carte d'accomplissement à la fin du programme qui vous propose 5 parties gratuites de quilles durant l'été, ainsi qu'un rabais de 5.00\$ sur les coûts d'inscription aux Jeunes Quilleurs du Canada.

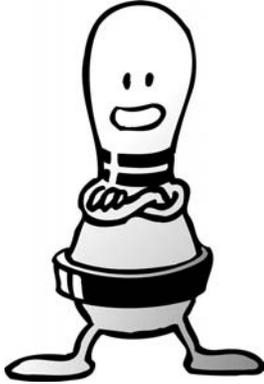
Le succès dans la plupart des sports favorise les élèves les plus grands, les plus rapides et les plus forts. Bien que ces qualités physiques jouent un rôle dans n'importe quel sport, les attributs qui font un bon quilleur sont la coordination, l'équilibre, la concentration et la discipline mentale. Le jeu de quilles est facile à apprendre mais difficile à maîtriser, alors ce sera un défi pour tous les élèves. Il donne l'opportunité à tous de connaître un succès personnel et il comporte un système de handicap facile à comprendre qui procure un éventail de niveaux de jeu correspondant aux différents niveaux d'habiletés des participants.

ENSEIGNER L'APPRENTISSAGE DES QUILLES EST FACILE

Le démarrage ce programme dans votre école est aussi facile que de prendre le téléphone. Votre centre de quilles local est spécialisé en réservations de groupe et peut assumer complètement ou en partie, les visites de vos classes. Un entraînement certifié est disponible sans frais additionnels.

Une certain portion du programme peut être réalisée en classe ou dans le gymnase de votre école (voir chapitre1). Plusieurs ressources sont accessibles dans ce livret afin de rendre l'apprentissage des quilles, une partie clé en main de votre curriculum de classe et plusieurs autres ressources sont disponibles en ligne.

Finalement, vous n'avez pas besoin d'être un quilleur pour offrir ce cours à vos élèves. Un DVD, approuvé par l'Association des Entraîneurs du Canada, est inclus avec ce guide pour illustrer visuellement la technique approprié du jeu de quilles de façon simple, rapide et efficace. Dans approximativement 7 minutes, il démontrera à vos enfants tout ce qu'ils doivent savoir pour commencer à **AVOIR DU PLAISIR**.



POURQUOI APPRENDRE À JOUER AUX QUILLES?

- Rencontre les attentes prescrites par le curriculum dans la majorité des provinces, enseignant et soutenant les...

HABILETÉS FONDAMENTALES DE MOUVEMENT:

Équilibre, habiletés motrices, stabilité, locomotion, manipulation, glissement, etc.

Celles-ci aident les enfants à développer leurs **compétences physiques**

- Le programme peut être devenir un **lien au programme d'études** en éducation physique, en mathématique, en histoire canadienne, les arts
- Les élèves apprennent un **sport pour la vie** qui favorise un style de vie active
- Personne ne réchauffe le banc et le système d'handicap permet aux quilleurs de tous les niveaux d'habiletés de participer sur un pied d'égalité
- Aucun équipement requis
- Les enfants **AIMENT LE JEU DE QUILLES**

APPRENTISSAGE DES QUILLES - ÇA FONCTIONNE COMMENT

L'apprentissage des quilles est une opportunité de permettre à votre de classe des sorties et d'inclure un certain PLAISIR à votre programme d'éducation physique. Le programme peut être organisé soit en 3 visites ou en 5 visites, comme suit:

Portion en classe (commune aux deux types de visites)

Comment être prêt, la sécurité d'abord, les valeurs (points) des quilles et la base du marquage des pointages, regarder un vidéo (inclus avec ce guide) ayant trait au lancer d'une boule de quilles, terminologie fondamentale du jeu de quilles, détermination de vos équipes.

Du matériel est également disponible dans le chapitre des **ressources** au dos du livre afin de rendre la portion du programme en classe plus significative s'il y a lieu. Le contenu est accessible, approprié à une gamme d'âges; à partir de feuilles à colorier jusqu'à la recherche de mots pour évaluer la terminologie, un jeu de l'histoire canadienne et les principes fondamentaux de marquage des pointages.

programme à 3 visites

Visit 1 Révision des règlements de sécurité et enseignement d'une approche à 3 pas; approche et lancer suivi par une pratique des concepts ci-dessus et avoir du plaisir.

Visit 2 L'entraînement / enseignement continu et le temps de jouer aux quilles, durant que le ou les entraîneurs améliorent le lancer de l'élève.

Visit 3 Explication de l'entraîneur des divers formats de tournois suivi par un tournoi amical de conclusion

programme à 5 visites

Le programme à 5 visites couvre tous les sujets du programme à 3 visites, mais il permet à l'entraîneur d'approfondir les concepts.

Le temps ajouté permet également aux élèves de jouer aux quilles et donne une occasion aux entraîneurs d'aider les élèves qui pourraient nécessiter une aide dans leur jeu.

Le tournoi amical qui termine le programme est réalisé lors des 2 dernières visites, permettant plus de temps pour voir les résultats de leur apprentissage et d'apprécier pleinement le SPORT des quilles plutôt que le côté récréatif.

Chaque visite au centre de quilles dure une heure. Le coût du programme peut varier selon le centre de quilles, mais on peut s'attendre à des frais de 3 à 4\$ par élève par visite. Informez-vous auprès du propriétaire de votre centre de quilles local pour voir ce qu'il peut offrir à votre groupe.

ACHÈVEMENT du PROGRAMME

À la fin du programme d'apprentissage des quilles, chaque participant recevra une carte d'accomplissement sur laquelle le quilleur peut inscrire ses exploits de pointage, etc. Cette carte comprend également des coupons pour jouer **5 parties gratuites** durant l'été dans le centre de quilles participant (limite d'une partie gratuite par jour); ainsi qu'un coupon de rabais qui peut être remboursé durant le mois de septembre suivant sur le coût d'inscription avec le JQC (YBC).

LES QUILLES CHEZ LES JEUNES

L'apprentissage des quilles est directement lié au **DÉPART ACTIF** et aux **PRINCIPALES** étapes du plan de **Développement à Long Terme de l'Athlète (DLTA)**. D'autres étapes du plan DLTA sont accessibles par l'entremise des Jeunes Quilleurs du Canada (JQC), un programme national pour ceux qui désirent progresser dans leur participation dans ce sport. Le JQC propose des instructeurs expérimentés, dont plusieurs sont certifiés par l'Association Canadienne des 5 quilles et l'Association des Entraîneurs du Canada. Le JQC offre également plusieurs tournois, dont certains qui deviennent des championnats provinciaux et même nationaux.

VOTRE CENTRE DE QUILLES LOCAL

Des centres de quilles peuvent être trouvés dans presque toutes les localités à travers le Canada. Consultez la liste des centres de quilles près de chez vous en visitant le www.canadabowls.ca/learntobowl. Les centres de quilles ont vraiment changé depuis quelques années. Le nuage de fumée sur les allées n'existe plus, les centres de quilles d'aujourd'hui sont des centres familiaux de divertissements sans fumée. Contrairement à la plupart des sports, on peut profiter du jeu de quilles à n'importe quel moment de l'année et peu importe les prévisions de la météo. La plupart des centres proposent des systèmes de pointages électroniques et des pare-chocs pour que les plus jeunes quilleurs ne donnant pas d'accès aux dalots. Presque tous les centres offrent l'inscription aux ligues du JQC et des instructeurs expérimentés, dont plusieurs sont des entraîneurs certifiés par L'Association Canadienne des 5 quilles et l'Association des Entraîneurs du Canada.

ADAPTEZ LE PROGRAMME À VOS CLASSES

L'apprentissage des quilles peut être utilisé pour renforcer des habiletés en mathématiques, en enseignant aux élèves comme faire le marquage des pointages ou en utilisant le jeu de 5 quilles pour enseigner un peu d'histoire canadienne (les 5 quilles est une version du jeu de quilles créée au Canada et reconnu par Patrimoine Canada comme étant un sport du patrimoine).

Du matériel ressource pour ces ou autres sujets peut être trouvé dans le chapitre des ressources et aussi en ligne, s'il y a lieu.

CONÇU POUR VOTRE CURRICULUM

Le programme d'apprentissage des quilles a été conçu en tenant compte des attentes du programme d'études du Ministère de l'éducation. Du fait que les exigences des provinces peuvent différer, les attentes du curriculum de l'Ontario ont servi de lignes directrices et devraient être appropriées pour l'atteinte des objectifs nationaux des programmes d'études.

RECONNAISSANCE DU JEU DE 5 QUILLES PAR LE GOVERNEMENT DU CANADA

Récemment, le jeu de 5 quilles a été reconnu par l'Agence de Revenu Canada en tant que sport admissible pour un **CREDIT D'IMPÔT POUR LA CONDITION PHYSIQUE DES ENFANTS**. De plus, le jeu de 5 quilles fut reconnu en 2008 par **PATRIMOINE CANADA** comme étant **UN SPORT DU PATRIMOINE DU CANADA**.

Apprentissage des **QUILLES**

CHAPITRE 1

Introduction du jeu de quilles en classe

SE PRÉPARER À ALLER JOUER AUX QUILLES

Des connaissances de base précédant la visite d'un centre de quilles seront avantageuses pour tous et rendront l'expérience encore plus plaisante. Ce chapitre comporte une introduction planifiée du jeu de quilles, afin que les élèves arrivent déjà préparé avec une connaissance de base de ce sport.

Les élèves et tous les bénévoles adultes qui accompagnent la classe devraient être au courant des éléments suivants:

- Habillement recommandé Des vêtements confortables une liberté de mouvement (ex: des manches courtes, non-restrictif). Les bas sont obligatoires.
- Chaussures requises Les souliers de quilles sont des souliers conçus spécialement pour le sport des quilles. Les souliers de quilles peuvent être loués à peu de frais dans tous les centres de quilles. Vérifiez les semelles de vos souliers de quilles avant le jeu afin de vous assurer qu'elles sont propres et sèches.

LA SÉCURITÉ D'ABORD

Même si les centres de quilles ont des installations sécuritaires et conviviales, il est important de se rappeler qu'il existe des dangers inhérents dans tout environnement, spécialement où l'on retrouve des jeunes ayant du plaisir et possiblement emportés lors de bons moments.

Une des premières choses à considérer lors de votre première visite au centre de quilles sera comment ramasser une boule de quille de façon sécuritaire. Même si cela semble banal, une personne peut facilement s'emporter durant le jeu et se faire écraser les doigts entre sa boule et une boule qui revient sur le retour de boules. Cela peut être évité en examinant la méthode sécuritaire de ramasser une boule en classe et en répétant le règlement de sécurité au centre de quilles. Veuillez lire cette section sans le chapitre 2 et la revoir avec vos élèves en classe avant votre première visite.

Les enfants devraient également être avertis de ne pas rester sur l'approche de l'allée après avoir lancé une boule, afin qu'il ne traverse pas à l'autre allée et entrer en collision avec un autre élève qui serait en train de lancer sa propre boule de quilles.

Les centres de quilles sont des environnement supervisés. Les souliers de quilles sont des souliers spéciaux qui permettent aux participants un certain glissement durant le relâchement de la boule. Si les quilleurs se promènent d'un endroit à l'autre et mettent le pied dans un renversement (eau, breuvage, etc.); cela affectera dramatiquement le glissement en bloquant les pieds lors du mouvement supérieur du corps, jusqu'à tomber durant le lancer de la boule. Il est plus sécuritaire et mieux pour tous de rester dans leur espace désigné et d'être sensibilisés aux conditions environnantes afin d'éviter tous les événements malheureux.

Et finalement, un comportement approprié assurera des bons moments pour tous.

L'ESSENTIEL DU JEU DE QUILLES

TERMINOLOGIE

Partie	Une partie de quilles comporte 10 carreaux consécutifs réalisés par un quilleur.
Carreau	Un carreau, c'est le moment où un quilleur tente d'abattre les 5 quilles en utilisant jusqu'à 3 boules (3 lancers) de quilles pour y arriver.
Abat	C'est l'action d'abattre les 5 quilles avec le premier lancer dans un carreau. Si un abat est réussi, aucun autre lancer ne sera fait dans ce carreau. Un abat comptera pour la pleine valeur des 5 quilles (15 points) en PLUS de la valeur des deux prochaines boules lancées par le quilleur dans le ou les prochains carreaux.
Réserve	L'action d'abattre les 5 quilles avec les deux premiers lancers dans un carreau. Si une réserve est réalisée, aucun autre lancé ne sera nécessaire dans ce carreau. Une réserve comptera pour la pleine valeur des 5 quilles (15 pts) PLUS la valeur de la prochaine boule lancée par le quilleur dans le carreau suivant.
Regroupement	Le regroupement des quilles avant le premier lancer réalisé dans un carreau.
Quille de tête	La quille centrale de l'avant qui a le plus de valeur et qui rapporte 5 points au quilleur.
Quille de 3	Il y a deux quilles de 3 dans un regroupement de quilles, soit de chaque côté de la quille de tête. Elles ont une valeur de 3 points chacune. Par rapport à ce que le quilleur aperçoit, la quille de 3 de droite est immédiatement à la droite de la quille de tête et la quille 3 de gauche immédiatement à gauche de la quille de tête.
Quille de coin	Il existe deux quilles de coin dans un regroupement de quilles. Ce sont les quilles extérieures du montage. Chacune a une valeur de 2 points. La quille de coin droite se trouve à l'extrême droite du montage (selon la projection du quilleur) et la quille de coin gauche à l'extrême gauche du montage.
Écart	Un écart est le résultat obtenu quand la quille de tête et l'une des quilles de 3 lors sont abattues lors du premier lancer du quilleur dans un carreau. Cela s'appelle un écart parce que les quilles restantes semble avoir été "écartées" par le premier lancer de la boule.
Faute	Une faute est commise lorsque le quilleur traverse la ligne de faute durant ou après le lancer d'une boule. Un article personnel du quilleur peut également causer une faute, telle qu'une pièce de vêtement, un crayon tombant de sa poche, etc.
Trio(turkey)	Loin d'être une "faute"... un trio est le surnom que l'on donne à la réalisation de 3 abats consécutifs.
Partie parfaite	Une partie parfaite est réussie lorsqu'un quilleur obtient uniquement des abats tout au long de la partie (un abat dans chacun des 9 premiers carreaux et 3 abats dans le dixième carreau). Le pointage d'une partie parfaite est de 450 points.

VALEURS DES QUILLES ET COMMENT BIEN PERFORMER

La plupart des centres de quilles d'aujourd'hui sont des installations de divertissements modernes et qui possèdent des systèmes de pointages informatisés. Même s'il n'est pas nécessaire de comprendre comment enregistrer les points quand vous commencer à jouer aux quilles, il est certainement utile de comprendre l'essentiel du pointage d'une partie afin de maximiser votre performance. Voici une brève introduction qui devrait vous aider.

Le jeu de 5 quilles comprend évidemment 5 quilles. La photo de droite illustre un regroupement complet de quilles, ainsi que leurs emplacements et valeurs en points.



L'objectif de ce sport est d'abattre toutes les quilles;

mais, la façon de le faire est également importante. Les quilleurs ont droit de lancer 3 boules à chaque carreau afin d'abattre les 5 quilles. Essentiellement, le meilleur résultat obtenu dans un carreau est l'ABAT suivi par une RÉSERVE et finalement si ni un ni l'autre a été réussi, abattre toutes quilles d'ici le troisième lancer. Par exemple...

Si un quilleur abat les 5 quilles avec la première boule dans le carreau on lui accorde un **ABAT** (soit un "X" marqué sur le tableau de pointage). Cela donne au quilleur la pleine valeur pour les 5 quilles abattues (15 points), mais on ajoute aussi à ce carreau la valeur des points remportés lors des 2 prochains lancers. Par conséquent, un abat vous permet de possiblement de tripler la valeur d'un regroupement de quilles. C'est le meilleur résultat qu'un quilleur puisse obtenir.

Si un quilleur ne peut abattre les 5 quilles d'un seul coup, le quilleur tentera de réaliser une **RÉSERVE** dans ce carreau. Une réserve c'est donc lorsqu'il y a des quilles qui demeurent debouts après le premier lancer, mais que ces quilles furent toutes abattues avec le deuxième lancer. On marque une réserve sur le tableau de pointage comme ceci "/" (diagonale). Une réserve signifie que toutes les quilles ont été abattues dans le careau remportant 15 points au quilleur; mais, parce qu'elles ont été abattues avec seulement 2 boules, le quilleur ajoute également dans ce carreau la valeur des quilles abattues avec le prochain lancer, donnant possiblement l'occasion au quilleur de doubler la valeur du regroupement de quilles.

Lorsqu'un quilleur est incapable de réaliser un abat ou une réserve dans un carreau, il est quand même avantageux de considérer le fait d'abattre le plus de quilles possibles, qui demeurent en place après les deux premiers lancers, avec la troisième boule; permettant alors au quilleur de remporter 15 points dans ce carreau. Avec chaque quilles valant 2, 3 ou 5 points, le fait de manquer une seule quille peut signifier une défaite lorsque l'on considère les niveaux compétitifs de ce sport. Si les quilles restantes (après deux lancers) sont placées de façon difficile à abattre, les quilleurs devraient considérer la valeur en points de chacune d'entre elles afin de maximiser le plus possible lors de leur lancer final dans le carreau.

Apprentissage des QUILLES

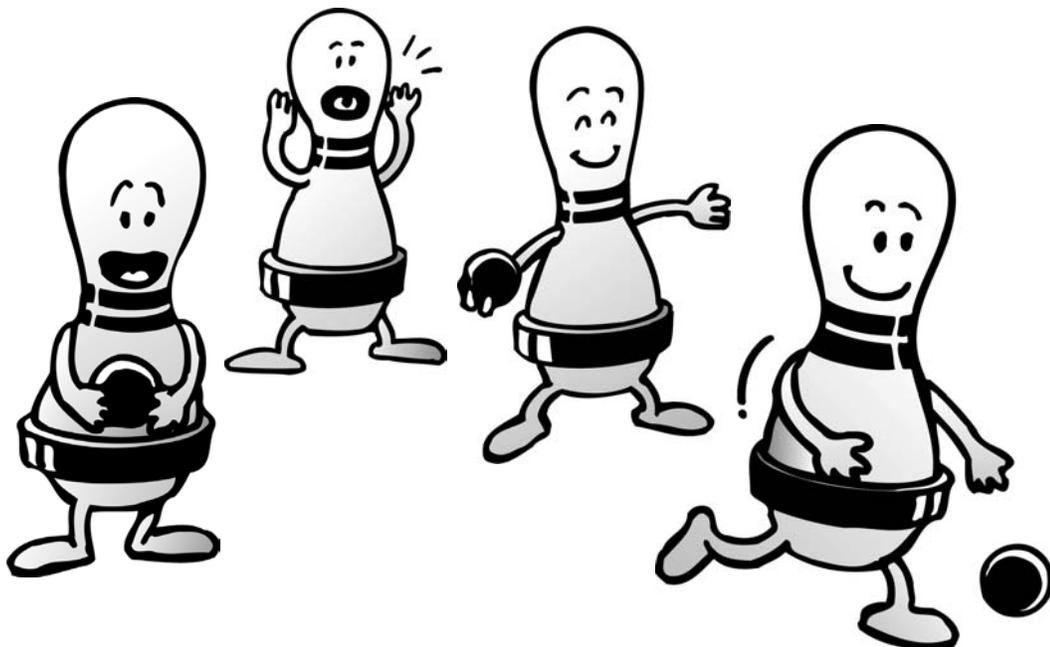
Dans le chapitre 4 vous trouverez une leçon complète sur le marquage du pointage si vous désirez utiliser ce module du programme dans votre classe. Des tests simples sont également disponibles (voir les Ressources)

CONCEVOIR DES ÉQUIPES pour votre GROUPE

Sur la page suivante vous trouverez un formulaire comprenant une liste d'équipes qui peut être utilisé afin de diviser votre salle de classe en équipes pour vos visites au centre de quilles. La raison d'établir des équipes est de permettre une affectation sans heurt de votre groupe à des allées spécifiques à chaque visite. Les éléments qui suivent devraient être observés lors de l'établissement de vos équipes:

- Les élèves qui jouent régulièrement aux quilles devraient être répartis dans le plus d'équipes possibles afin d'assurer une certaine équité et que ces quilleurs servent d'exemples pour l'entraîneur afin d'illustrer un lancer approprié, etc.
- Vous pouvez désirez qu'il y ait une équité entre les sexes dans chaque équipe
- Alternativement pour les plus grandes classes, séparer la classe en deux divisions (garçons, filles), s'il y a lieu.

N'oubliez pas que l'utilisation de ce formulaire réduit énormément la durée de temps que vos élèves attendront pour leurs souliers et les allées lors de leur arrivée au centre de quilles.



APPRENTISSAGE DES QUILLES - LISTE DES ÉQUIPES

<p>Nom de l'équipe: _____</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p> <p>4. _____</p> <p>5. _____</p> <p style="text-align: center;">Élève Gr. souliers</p>	<p>Nom de l'équipe: _____</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p> <p>4. _____</p> <p>5. _____</p> <p style="text-align: center;">Élève Gr. souliers</p>
<p>Nom de l'équipe: _____</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p> <p>4. _____</p> <p>5. _____</p> <p style="text-align: center;">Élève Gr. souliers</p>	<p>Nom de l'équipe: _____</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p> <p>4. _____</p> <p>5. _____</p> <p style="text-align: center;">Élève Gr. soulierse</p>
<p>Nom de l'équipe: _____</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p> <p>4. _____</p> <p>5. _____</p> <p style="text-align: center;">Élève Gr. souliers</p>	<p>Nom de l'équipe: _____</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p> <p>4. _____</p> <p>5. _____</p> <p style="text-align: center;">Élève Gr. souliers</p>
<p>Nom de l'équipe: _____</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p> <p>4. _____</p> <p>5. _____</p> <p style="text-align: center;">Élève Gr. souliers</p>	<p>Nom de l'équipe: _____</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p> <p>4. _____</p> <p>5. _____</p> <p style="text-align: center;">Élève Gr. souliers</p>

Veuillez fournir cette LISTE D'ÉQUIPES au centre de quilles quelques jours avant votre visite. Cela permettra au centre de quilles de programmer à l'avance vos équipes dans le système de pointage informatisé et d'avoir prévu les grandeurs de souliers nécessaires à votre groupe précédant votre arrivée. Pour obtenir une copie vierge de ce formulaire, visitez le www.canadabowls.ca/learntobowl.

Apprentissage des QUILLES

CHAPITRE 2

Éléments de base appris lors de vos visites au centre de quilles

Ce chapitre vous révélera le contenu d'une leçon de votre première visite au centre de quilles, vous permettant de connaître à l'avance la matière vue par vos élèves avec l'entraîneur. Le programme débute avec les éléments de base du jeu de quilles. Mais d'abord, nous verrons à préparer le corps pour le sport et nous assurer que tous comprennent la procédure appropriée pour une visite sécuritaire et plaisante aux quilles.

RÉCHAUFFEMENT APPROPRIÉ

Afin de préparer le corps à une variété et à une séquence de mouvements utilisés dans le sport, les élèves devraient procéder à de légers étirements avant leur participation.

Allez-y en fonction des principaux muscles utilisés; le tendon du jarret, le dos et les épaules.



SÉCURITÉ D'ABORD

Aussi ridicule que cela puisse paraître, ramasser la boule sur le porte-boules peut être dangereux. Si cela n'est pas fait de la bonne façon, une boule qui revient peut entrer en contact et causer des blessures aux doigts et aux mains, spécialement pour les plus jeunes. Afin d'éviter des accidents pénibles, un quilleur devrait employer la méthode appropriée de ramassage d'une boule.

Afin de retirer sécuritairement la boule du porte-boules, le quilleur devrait être face aux quilles et placer les mains de chaque CÔTÉ de celle-ci, pour éviter tout contact avec l'avant et l'arrière des boules qui reviennent. Une fois qu'il ou elle aura une prise correcte de la boule, le quilleur pourra la retirer complètement du porte-boules.



Maintenant qu'ils ont ramassé sécuritairement leur boules, ils sont prêts à se préparer pour le lancer ou relâché de leur première boule. Le lancer de la boule peut être accompli de une ou deux façons simples, dépendamment de l'âge et/ou de l'âge biologique (maturité) du quilleur. Ensuite, des explications des méthodes de lancers, à une main et à deux mains.

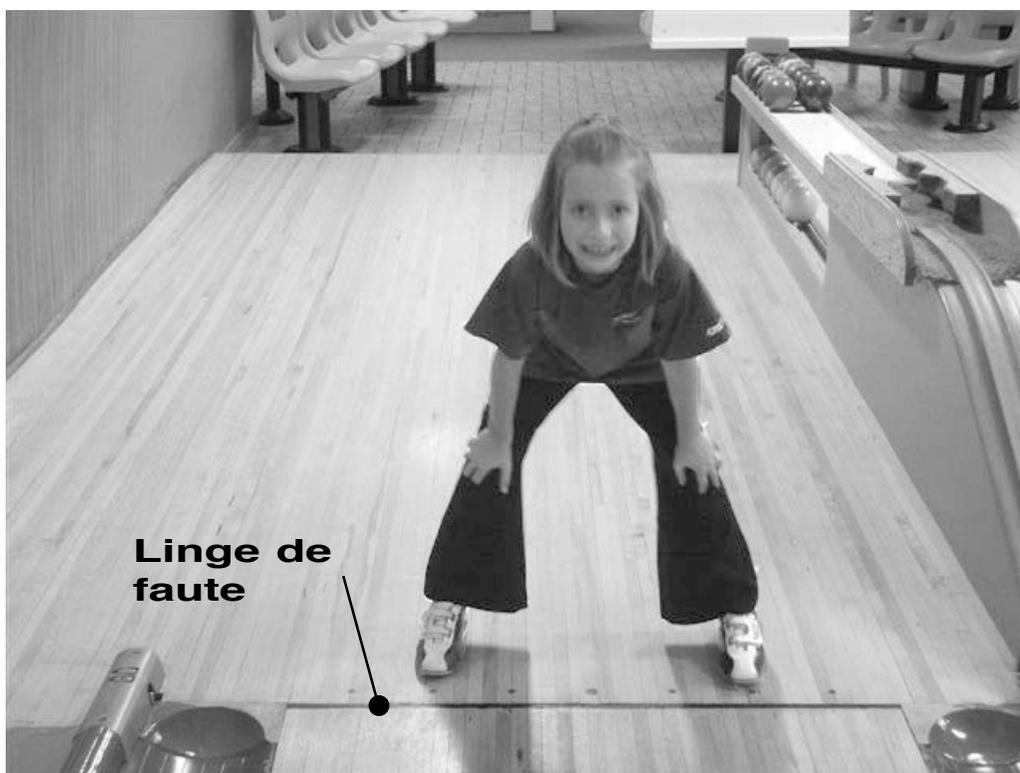
LANCER AVEC DEUX MAINS

Pour les plus jeunes (de 5 à 9 ans), ou ceux qui ont une taille semblable, la meilleure méthode de lancer une boule pourrait être celle du LANCER À DEUX MAINS.

POSITION DES PIEDS

Dans la salle de classe, précédant à la visite au centre de quilles, expliquez aux élèves que la ligne de faute indique la fin de l'approche (à l'endroit où le quilleur lance la boule) et le début de l'allée (où la boule roule vers les quilles à abattre vers la fin de celle-ci). Expliquez également qu'il n'est pas permis aux quilleurs de passer au-dessus de la ligne avec leurs pieds.

Pour des fins de pratique dans un gymnase ou une salle de classe, demandez leur d'utiliser une ligne sur le plancher du gymnase (ou utiliser du ruban à masquer sur le plancher de la salle de classe) et imaginer que c'est la ligne de faute au centre de quilles. Faites avancer le quilleur vers la ligne de faute et arrêter à 8 à 10 cm (3-4") de la ligne, demandez leur d'écarter leurs pieds d'environ 50 cm (20"). Assurez-vous que les pieds soient assez écartés afin que les bras du quilleur puissent balancer librement entre les jambes.



Ces étapes de pratique devraient être revues encore avant la première visite au centre de quilles, avant qu'une boule soit vraiment utilisée.

PRISE DE LA BOULE

Une fois que le quilleur a pris la position de départ adéquate à la ligne, assurez-vous que leur boule soit tenue fermement par le bout des doigts, avec le 3e et le 4e doigts de chaque main qui se touchent et que les pouces soient placés le plus haut possible sur la boule.



JEU À PARTIR DE REPÈRES

Maintenant que le quilleur sait comment lancer, il devrait avoir une cible vers laquelle diriger son lancer. Nous allons utiliser des repères sur l'allée.



Lorsqu'un quilleur joue à partir de repères il vise une cible qui se situe à seulement 4.5 m (15') des repères par rapport aux quilles qui sont à 18 m (60') de distance.

Demandez leur de fixer leur cible, balancer leurs bras de l'arrière vers l'avant une couple de fois, relâcher la boule à partir des deux mains en même temps de l'autre côté de la ligne de faute et de laisser leurs deux bras se diriger vers la cible.

Si un quilleur est dans une position appropriée, qu'il a une bonne prise de la boule et que ses bras cherchent à rejoindre la cible après son lancer, il devrait avoir beaucoup de succès..

Maintenant que les quilleurs possèdent les éléments de base du lancer ou relâché de la boule; ça ne prend que de la pratique, quelques conseils et rappels de vous, l'instructeur.

ERREURS COURANTES pour les quilleurs à deux mains

- Ne pas relâcher la boule avec les deux mains simultanément
- Baisser ou remonter subitement leurs têtes
(il est alors plus difficile de maintenir un oeil sur la cible)
- Lancer la boule avec trop de puissance
- Pas de poursuite de mouvement avec leurs mains et leurs bras après avoir lancer la boule
- Ne pas maintenir les pouces sur la boule
- Ne pas se positionner perpendiculairement à la ligne de faute
- S'incliner vers l'arrière après le relâche de la boule

LANCER AVEC UNE MAIN

Cette section concernera les enfants plus âgés, assez grands et forts pour faire usage de la méthode à une main.

La première chose que vous devez faire est de voir si le quilleur est prêt à lancer la boule avec une seule main, afin de vous assurer qu'il ou elle soit capable et assez fort(e) pour tenir la boule convenablement. Pour faire cela, demandez au quilleur de ramasser une boule avec la main dont il se sert pour jouer et de la maintenir avec le bout des doigts. Ensuite, demandez au quilleur de la basculer tel qu'illustré dans ces photos. S'il ou elle n'échappe pas la boule, il est alors prêt à tenter de jouer avec une seule main.

IMPORTANT: quelqu'un devrait se tenir prêt à capter la boule si toutefois le quilleur n'était pas capable de la maintenir en main. Les boules de quilles sont assez lourdes et pourraient blesser le pied du quilleur et même endommager le plancher.

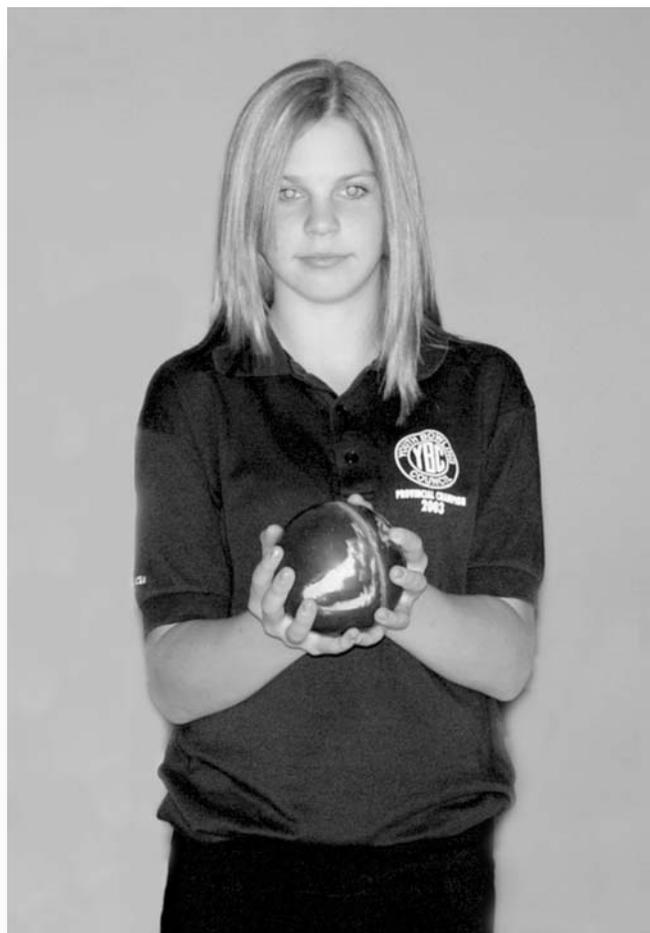


Pour ceux qui sont prêts à jouer avec une seule main, demander au quilleur de se placer à un pas de la ligne de faute, sans boule dans leur main et faites leur pratiquer ce qui suit:

Premièrement, mettre tout le poids sur leur jambe droite (la jambe gauche pour un gaucher), les pieds rapprochés, les épaules perpendiculaires à la ligne de faute, les mains proches de la poitrine. *Se rappeler qu'ils n'ont pas encore de boule dans leur mains.*

Maintenant, demander au quilleur d'éloigner les mains de son corps jusqu'à ce que son bras est droit en avant de lui et de laisser le bras tomber au retour dans un mouvement de pendule avec l'épaule comme point central. Lorsque la main est prête à revenir vers l'avant à nouveau, demandez au quilleur de faire un pas vers l'avant (avec le pied opposé à la main de relâche), de fléchir la taille et de lancer ou relâcher la boule imaginaire sur l'allée.

Après quelques moments de pratique sans la boule, le quilleur sera prêt à l'essayer avec une boule. Demander lui de ramasser la boule, de se plaser en position comme ci-dessus, avec une bonne prise sur la boule et dites lui de ne pas lancer trop fortement. Après deux carreaux, rappelez lui de visez sa cible et de maintenir le bras dans la poursuite du mouvement vers leur cible, tel que décrit précédemment (voir approche à deux mains).



ERREURS COURANTES pour les quilleurs jouant avec une main

- Essayer de lancer la boule trop fortement
- Ne pas avoir une prise correcte sur la boule
- Balancement trop élevé du bras (le balancement devrait être à environ à la hauteur de l'épaule)
- La boule est trop éloignée du côté (jambe) du quilleur (au retour et vers l'avant)
- Ne regardent pas la cible
- les épaules ne sont pas perpendiculaires à la ligne de faute

L'APPROCHE À 3 PAS

Pour ceux qui veulent jouer avec une seule main, la façon la plus courante de lancer la boule est l'APPROCHE À TROIS PAS. Lorsqu'un quilleur devient familier avec l'approche à un pas (voir précédemment) tout ce que vous devez faire est de leur demander d'ajouter des pas ; ce qui améliorera grandement leur technique de jeu.

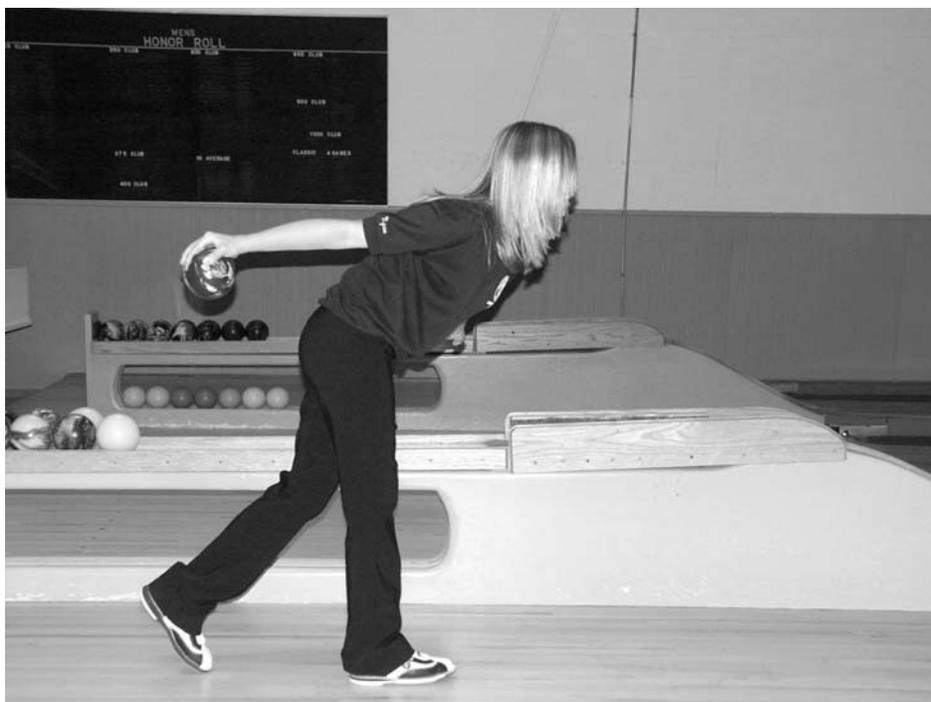
NOTE: Tous les pas décrits sont pour les quilleurs droitiers - à inverser pour les gauchers.



1 ère

ÉTAPE:

Tout votre poids sur la jambe droite, faites glisser votre jambe gauche vers l'avant durant que vous éloignez la boule de votre corps.



2e

ÉTAPE:

Ramenez la boule vers l'arrière tout avançant avec votre pied droit.

3^e ÉTAPE:

Maintenant projetez votre bras vers l'avant tout en avançant votre pied gauche et lancez la boule en avant de vous sur l'allée.

Ceci est donc l'exécution adéquate d'une approche à trois pas.



Maintenant, préparer les quilleurs. Premièrement déterminez l'endroit où ils débiteront leur approche, soit à l'arrière de la ligne de faute et les talons à 15 cm (6") de celle-ci. Ensuite, sans boule, demandez leur de procéder à une approche de trois pas en s'ÉLOIGNANT de la ligne de faute. A l'endroit où leur pied gauche s'arrête, sera l'endroit où il devrait débiter son approche.

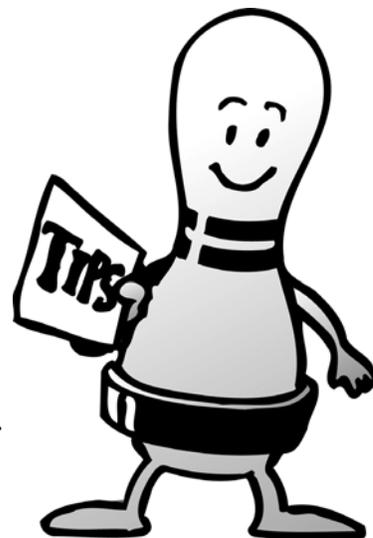
Demandez aux quilleurs de noter l'endroit où ils se sont arrêté sur l'approche et de refaire l'approche à trois pas, encore sans boule, mais cette fois en direction des quilles. Si leur approche était exacte il devrait l'avoir terminé entre 7 à 15 cm (3 à 6") de la ligne de faute. Faites refaire l'approche à trois pas à quelques reprises avant d'utiliser une boule de quilles.

C'est aussi facile que cela:

- 1 Avancez et faites le PREMIER pas avec le pied gauche
- 2 Balançez le bras vers l'arrière en prenant le DEUXIÈME pas avec le pied droit
- 3 Balançez le bras vers l'avant pour exécuter le lancer sur l'allée tout en glissant avec le pied gauche.

A mesure que le quilleur devient plus confiant avec l'approche à trois pas, vous pouvez les aider en leur rappelant les éléments suivants:

- * Employer une prise convenable
- * Concentrer vous sur la cible
- * Approcher en ligne droite
- * Les épaules perpendiculaires à la cible
- * Lancer doucement la boule
- * Garder le bras près du corps
- * Relâcher la boule de l'autre côté de la ligne de faute
- * Mouvement continu du bras en direction de la cible
- * Ne pas essayer et ne pas lancer avec trop de puissance
- * Ne pas avancer trop rapidement sur l'approche



Apprentissage des **QUILLES**

CHAPITRE 3

Thèmes avancés (facultatifs) appris au centre de quilles

PERFECTIONNEMENT DES HABILITÉS ET ADAPTATIONS

(Pour les élèves droitiers... à inverser pour les gauchers)

Maintenant que les concepts de sécurité aux quilles et que les aspects pratiques du lancer de la boule de quilles ont été couverts, ce chapitre parle du perfectionnement du lancer et de l'amélioration de la performance à l'aide d'adaptations ou réajustements. Tandis que cette section n'est pas requise pour le programme de 3 visites, son contenu est très important pour les élèves des niveaux scolaires plus élevés, spécialement où le programme de 5 visites a été sélectionné. Les conseils suivants montreront à vos élèves les éléments essentiels pour figoler leur jeu et améliorer leurs pointages.

ADAPTATION DE VOTRE POSITION DE DÉPART

L'un des avantages significatifs du jeu de quilles avec repères est que la cible (flèche centrale) demeure la même, peu importe les quilles que vous essayez d'abattre. Se placer à droite ou à gauche sur l'approche est habituellement utilisé lorsque vous voulez abattre des quilles autres que la quille de tête et également pour l'adaptation du mouvement latéral de la boule. Cette leçon est dédiée au positionnement sur l'approche pour la conversion des réserves. Les positions de départ sont approximatives et devraient être adaptées pour chaque quilleur.

RÉALISATION DE CETTE RÉSERVE

Même si les meilleurs quilleurs obtiennent des abats, il ne frappe la quille de tête qu'environ la moitié du temps. Par conséquent, l'habileté de convertir votre deuxième lancer est une compétence qui distinguera les bons quilleurs de tous les autres. Si vous manquez la quille de tête avec votre première boule, prenez la même position de départ pour faire votre réserve et concentrez-vous afin de lancer la boule sur la flèche centrale.

RÉSERVES DANS LE COIN DROIT

Afin de frapper la quille dans le coin droit, prenez une position de départ vers la gauche, en utilisant la flèche centrale comme pivot. Votre position de départ, la flèche centrale et la quille dans le coin droit devraient être en ligne droite. Il sera nécessaire de bouger approximativement de 10 planches vers la gauche afin d'établir une ligne droite entre ces points de référence. La distance exacte dépend de la position prise au départ par le quilleur en rapport avec la ligne de faute. Les marques (points) sur l'approche peuvent être utilisés en tant que guide pour vous rappelez votre position de départ. Afin de créer une ligne droite, il est également nécessaire de pointer vos pieds en direction de la quille du coin droit. Ne pas changer aucune technique pour lancer la boule. Poursuivre le mouvement en passant sur la flèche centrale.

RÉSERVES DU COIN GAUCHE

Pour frapper la quille du coin gauche, adapter votre position de départ vers la droite. Toujours en utilisant la flèche centrale comme pivot, créer une ligne droite entre votre position de départ et la quille du coin gauche. . N'oubliez pas de pointer vos pieds en direction de la quille du coin gauche.

Cette méthode possède trois avantages importants. Le quilleur utilise la même cible et le même relâché pour chaque lancer. Le fait de croiser l'allée procure également une augmentation de l'angle à la quille, permettant une marge d'erreur plus élevée au quilleur au cas où il ne réussirait pas un lancer parfait.

En déplaçant votre point de départ sur l'approche et en pointant vos pieds en direction de la quille, vous pouvez utiliser la flèche centrale pour abattre n'importe quelle quille.

MANQUER LES RÉSERVES

Si'un quilleur se déplace de 10 planches afin qu'il puisse frapper une quille de coin, alors pour atteindre la quille #3 cela nécessite un moins grand réajustement. Se déplacer d'environ 5 planches dans le côté opposé de la quille #3 qui est visée amènera le quilleur dans une ligne droite avec sa position de départ, la flèche centrale et la quille #3.

Une erreur courante des nouveaux quilleurs est de marcher directement vers la ligne de faute, plutôt que de marcher vers la flèche centrale. Il se retrouveront à la mauvaise position à la ligne de faute et seront obligés de lancer en déviant leur bras afin d'atteindre la flèche centrale. Assurez-vous que vos élèves tournent légèrement les pieds en direction de la flèche centrale et qu'ils marchent dans cette direction.

POURSUITE DU MOUVEMENT

Une partie importante du jeu de quilles est la poursuite du mouvement ou l'habileté d'exécuter les mouvements appropriés de relâche même lorsque la boule a quitté la ou les mains. Une poursuite inadéquate du mouvement cause souvent un lancer inapproprié et amoindrit la performance. Les quilleurs peuvent perdre l'équilibre, relâcher la boule trop bas ou trop élevé, une relâche donnant lieu à un virage vers la gauche ou vers la droite de la boule, etc. Assurez la poursuite de mouvement chez le quilleur lui permettra de réussir un lancer plus constant avec sa boule de quilles et finalement mieux performer toutes les techniques du sport.

ERREURS COURANTES de la POURSUITE DU MOUVEMENT

- Ne pas se baisser assez bas pour le glissement ... au moment de lancer la boule, le bras du quilleur devrait être à environ 5 à 10 cm (2 à 4") de la surface de l'allée.
- ne pas être penché au moment de la poursuite du mouvement... cela est souvent causé par trop de rapidité.
- Tourner latéralement en suivant le mouvement du corps..trop de rapidité.

TYPES DE RELÂCHES DE LA BOULE

Descriptions relatées pour les droitiers (à inverser pour les gauchers)

BOULE AVEC CROCHET

Une boule qui roule sur l'allée et qui se dirige vers la gauche s'appelle un crochet. Un crochet est causé par une rotation contraire aux aiguilles d'une montre de la main lorsque la boule est relâchée.

Dans la section précédente, vous avez appris à vous déplacer vers la gauche lorsque vous désirez que la boule aille vers la droite. L'adaptation adéquate pour compenser la déviation vers la gauche quand vous passez sur la flèche centrale est de vous déplacer de 1 à 2 planches vers la gauche lors de votre positionnement de départ. Ce concept semblera contraire à l'intuition pour plusieurs de vos élèves, mais il ne faut pas oublier que vous utilisez la flèche centrale comme pivot, alors se déplacer à gauche permettra d'envoyer la boule plus vers la droite.

Si vous passez sur la flèche centrale et que vous manquez la quille que vous essayez d'atteindre, bougez dans la même direction que vous avez manqué...

MANQUÉ LA GAUCHE, BOUGER À GAUCHE..... MANQUÉ À DROITE, BOUGER À DROITE

Tandis qu'un mouvement contraire aux aiguilles d'une montre de la main est naturel pour la plupart des gens, il est difficile d'être constant lorsqu'on lance une boule avec crochet, à cause de la gamme de rotation de votre main lors de la relâche. Les élèves devraient se concentrer sur le fait que leur main demeure à la même position durant chaque poursuite de mouvement.

BOULE AVEC EFFET DE REcul

Une boule qui se dirige vers la droite lorsqu'elle roule sur l'allée s'appelle une boule avec effet de recul. Cela est causé par une rotation dans le sens des aiguilles d'une montre de la main lors de la relâche de la boule. Puisque votre main est limitée dans ce type de rotation, la boule à effet de recul, même si elle est plus difficile à maîtriser, procure une cohérence ultime. Afin de lancer une boule à effet de recul, les élèves devraient porter une attention particulière de la position de leur paume de main vers le haut tout au long de la poursuite du mouvement.

LA RELÂCHE

Malheureusement, la relâche se produit si rapidement qu'elle est virtuellement invisible à l'oeil nu. Vous pouvez déterminer ce qui se produit à la relâche lorsque vous observez comment la boule se déplace sur l'allée et lorsque la boule atteint les quilles.

Une boule avec crochet se déplacera vers la gauche. Elle déviara également vers la gauche lorsqu'elle frappe la quille. Une boule avec effet de recul se déplacera plus vers la droite et déviara plus vers la droite quand elle frappera une quille.

La direction dans laquelle la boule se déplace ou dévie dépend donc de la rotation au moment de la relâche. Rappelez à vos élèves qu'une boule en ligne droite est plus facile à contrôler. Accordez une attention particulière à la relâche de la boule du bout des doigts et de réduire la rotation dans votre poignet.

DYNAMIQUES DU JEU EN LIGUE ET EN TOURNOI

Pour ceux qui désirent approfondir le sujet du jeu de quilles, les éléments qui suivent sont des principes de base que les quilleurs apprennent rapidement lorsqu'ils sont sensibilisés au jeu d'une ligue ou d'un tournoi. Les enseignants pourraient s'ils le désirent expliquer ces items aux élèves s'ils désirent aller de l'avant avec le jeu de quilles après la fin du programme en classe. Et n'oubliez pas que chaque élève qui participe au programme d'apprentissage des quilles recevra une carte d'accomplissement qui leur offre 5 parties gratuites de quilles durant l'été, ainsi qu'un rabais de 5,00\$ lors de leur inscription avec les Jeunes Quilleurs du Canada (JQC). Les ligues JQC se forment habituellement en septembre, alors ceux qui sont intéressés par le jeu de quilles peuvent pratiquer en utilisant leurs coupons de parties gratuites et ensuite profiter d'un rabais de 5,00\$ lorsqu'ils seront prêts.

ÉTIQUETTE SUR LES ALLÉES

Il existe une méthodologie pour jouer à son tour, afin que les quilleurs qui sont les uns à côté des autres ne lance pas une boule au même moment (simultanément). C'est cela l'étiquette sur les allées.

Si un quilleur est debout sur l'approche de l'allée voisine, ce sera au tour de ce quilleur de jouer. N'allez pas sur l'approche jusqu'à ce que la boule soit lancée. Si deux quilleurs s'avancent sur l'approche en même temps, le quilleur de droite a le privilège de lancer le premier. L'autre quilleur ne se présente pas sur l'approche avant que la boule ait été lancée.

L'étiquette sur les allées est peu utilisée lors du jeu public des quilles, mais elle est toujours de mise lors du jeu en ligues ou pour les tournois.

L'ÉTIQUETTE SUR LES ALLÉES c'est comme traverser la rue. Regardez des deux côtés avant de monter sur l'approche.

ALTERNANCES D'ALLÉES

Lorsque vous allez au centre de quilles avec vos amis on vous donne habituellement une allée sur laquelle vous jouer chacun votre tour. Lorsque vous évoluez dans une ligue ou à un tournoi, vous changez (alternance) d'allées. Tous les carreaux impairs de la partie sont réalisés sur une allée et tous les carreaux pairs sur l'autre allée.

ÉVÈNEMENTS AVEC HANDICAP OU AVEC CLASSEMENT

Les quilleurs de diverses habiletés peuvent participer à une compétition équitable par l'entremise d'handicaps. Toutefois, pour déterminer la nécessité d'un handicap pour chaque quilleur, il est nécessaire pour chaque quilleur de jouer un certain nombre de parties afin de déterminer une moyenne. Une fois que la moyenne est établie, il existe plusieurs méthodes pour créer des compétitions qui permettent aux quilleurs qui ont des moyennes différentes de devenir des adversaires de jeu.

Dans les évènements avec handicap chacune des moyennes des quilleurs est comparée à un pointage fixe (habituellement 250) et on leur donne un handicap égal à la différence entre leur pointage et le pointage fixe. Un quilleur avec une moyenne de 125 aura un handicap de 125, tandis qu'un quilleur ayant une moyenne de 200 recevra un handicap de 50. Les handicaps sont ajoutés aux pointages à la fin de la partie, donc un niveau de jeu plus équitable de compétition.

Une version différente de celle-ci est une compétition basée sur le nombre de quilles au-dessus de la moyenne. Le pointage final du quilleur est comparé à la moyenne établie et la différence est comptabilisée comme étant des quilles au-dessus de la moyenne. Un joueur avec une moyenne de 125 qui obtient 150 recevrait un pointage additionnel de 25. Un joueur ayant une moyenne de 200 qui obtient un pointage de 150 obtiendrait un pointage négatif de 50. Encore une fois, ces niveaux de jeu et les récompenses aux quilleurs sont basés sur leurs habiletés personnelles.

Dans un évènement avec quilles au-dessus de la moyenne, vous jouez tout d'abord contre vous même. C'est donc ce que vous réalisez aujourd'hui par rapport à ce vous réalisez habituellement? Plus? Moins? Égal? La majorité des tournois et la plupart des ligues sont basés sur le nombre de quilles au-dessus de la moyenne ou un système d'handicaps qui fonctionne de la même façon.

Si vos élèves ont les habiletés nécessaires en mathématiques, veuillez donc les introduire aux handicaps. Avec l'introduction des pointages informatisés, plusieurs centres de quilles peuvent ajouter des handicaps directement au pointage de chaque quilleur. Pour de plus amples renseignements sur le système d'handicaps, communiquez avec votre centre de quilles local ou l'association du quilleur.



Apprentissage des QUILLES

CHAPITRE 4

Marquage des points dans le jeu de 5 quilles

MARQUAGE DES POINTS dans le JEU DE 5 QUILLES

L'exemple suivant démontre la progression d'une quilleuse dans le 5e carreau (frame) de la partie. Dans le 5e carreau la quilleuse a obtenu 5 points à son premier lancer, 2 points dans le second lancer et 5 dans le troisième, soit un total de 12 points dans le carreau. Dans le carreau #6 elle a obtenu 5 points sur le premier lancer, 3 points sur le second et un coup manqué (aucune quille abattue), ajoutant un total de 8 points pour le carreau. Ces 8 points sont ajoutés aux 47 points du 5e carreau et donne à la quilleuse un total de 55 points dans le 6e carreau. Dans le 7e carreau elle a abattu toutes les quilles avec son 1er lancer, réalisant un ABAT (indiqué par un "X"). Lorsqu'un abat est réussi, aucun autre lancer n'est exécuté dans ce carreau. Bien que la valeur des 5 quilles abattues dans l'abat est 15 points, ils ne sont pas comptabilisés tout de suite puisque l'abat permet à la quilleuse d'ajouter également des points lors de ses deux prochains lancers. Le total des points n'est donc pas inscrit pour le moment.

FRAME 5	FRAME 6	FRAME 7	FRAME 8	FRAME 9	FRAME 10
5 2 5	5 3 -	X			
47	55				

La quilleuse a remporté 5 points dans le 8e carreau. On n'ajoutera pas encore ce pointage au 7e carreau puisqu'un abat donne lieu à deux lancers subséquents. Avec sa deuxième boule du 8e carreau elle abat toutes les quilles restantes, réalisant une RÉSERVE (indiquée par "/"). Ayant réussi une réserve, un troisième lancer n'est donc pas nécessaire dans le 8e carreau. Le "5" et la "/" ont été marqués dans les première et deuxième cases à la partie supérieure du carreau. Maintenant avec ces deux lancers complétés après l'abat au 7e carreau on peut inscrire les points remportés au 7e carreau. D'abord l'abat au 7e carreau vaut 15 points (toutes les quilles ont été abattues). On ajoute à cela les valeurs associées aux 2 boules suivantes (15 points inscrits au 8e carreau ... la première boule a permis de remporter 5 points et la réserve soit 10 points additionnels). Alors, l'abat au 7e carreau a permis de remporté 30 points qui se sont ajoutés aux 55 points dans le 6e carreau pour un total de 85 points au 7e carreau.

FRAME 5	FRAME 6	FRAME 7	FRAME 8	FRAME 9	FRAME 10
5 2 5	5 3 -	X	30	5 /	
47	55	85			

Ayant réalisé une réserve dans le 8e carreau, le pointage du 8e ne peut être compté jusqu'à ce que le prochain lancé soit exécuté. Les réserves valent le nombre total de points obtenus dans leur carreau (15 points) PLUS la valeur des quilles abattues lors du prochain lancer de la quilleuse (dans le prochain carreau). Dans notre exemple actuel la première boule de la quilleuse n'atteint que la quille #3. Ces 3 points sont ajoutés aux 15 points remportés dans le 8e carreau pour un total de 18 points sur la réserve, ajoutés aux 85 points du 7e carreau donne à la quilleuse de 103 points dans le 8e carreau, tel qu'illustré ci-dessous. En continuant dans le 9e carreau, la quilleuse obtient 5 points sur sa deuxième boule et 2 points sur la troisième pour un total de 10 points qui sont ajoutés au total de 103 du 8e carreau pour un pointage de 113 au 9e carreau.

FRAME 5	FRAME 6	FRAME 7	FRAME 8	FRAME 9	FRAME 10
5 2 5	5 3 -	X	30	5 / 18	3 5 2
47	55	85	103	113	

Le 10e carreau est légèrement différent de tous les autres carreaux. Dans tous les cas, 3 boules seront lancées. Cela assure que même si la première boule lancée donne un abat, l'abat aura une valeur de 15 points en plus du pointage obtenu avec les 2 prochaines boules lancées. En fait, notre quilleuse obtient un abat avec sa première boule dans le 10e carreau. La valeur du 10e carreau ne peut être comptée que lorsque les trois boules auront été lancées. Sur sa deuxième boule elle abat la quille #3. Pour le moment elle est à 18 points au 10e carreau. Pour sa troisième boule (la dernière de la partie) elle réalise une réserve (abat toutes les quilles restantes avec sa deuxième boule après un rétablissement complet des quilles). L'abat valait donc 15 points plus la valeur des points des deux prochaines boules, dans le cas présent 15 points additionnels. Cela donne 30 points remportés dans le 10e carreau, pour un pointage total de 143. Voyez la prochaine illustration et comment l'abat et la réserve ont été inscrits dans le 10e carreau.

FRAME 5	FRAME 6	FRAME 7	FRAME 8	FRAME 9	FRAME 10
5 2 5	5 3 -	X	30	5 / 18	3 5 2 X 3 /
47	55	85	103	113	143

Cet exemple de pointage devrait clarifier la façon de relever le pointage du jeu de quilles. Le marquage formel des points est plus exigeant puisqu'il implique des résultats et des lancers spécifiques qui ont leurs propres noms et symboles qui sont utilisés pour le pointage.

Bien que cela n'est certainement pas requis à ce stade d'introduction, les élèves verront vraisemblablement les dits symboles sur les systèmes automatiques au centre de quilles.

Voici de brèves descriptions de la configuration spécifique des quilles qui demeurent en place portant leurs propres noms et qui sont comptabilisées avec leurs propres symboles:

QUILLE DE TÊTE (indiquée par "T")... Si avec la première boule de la partie un quilleur ne frappe que la quille de tête et toutes les autres demeurent en place, cela s'appelle un "coup de poing sur la quille de tête" et au lieu d'inscrire un "5" dans la case de pointage pour dénoter la valeur de la quille abattue, un "T" est inscrit pour spécifiquement indiquer que ce fut uniquement la quille de tête qui a été frappée dans le carreau.

QUILLE DE COIN (indiquée par "G" or "D")... une quille de coin est inscrite lorsque toutes les quilles ont été abattues à l'exception de l'une des 2 quilles avec le premier lancer du carreau. Si la quille restante est à la gauche du quilleur, ce sera la quille de coin de gauche et elle sera marquée par un "G". Si c'est la quille de coin droite on inscrira un "R". L'une ou l'autre a une valeur de 13 points.

ACES (indiqué par "A")... des "Aces" sont inscrits lorsque, lors du premier lancer du carreau, la quille de tête et les deux quilles #3 ont été abattues, ne laissant en place que les quilles des coins. Bien qu'il n'y ait seulement qu'un "A" d'inscrit dans la case de pointage; il est entendu que 11 sera sa valeur et elle sera utilisée pour calculer les points gagnés.

COUPURE (indiquée par "C")... Une coupure (chop) est le nom que l'on donne à un carreau, lorsqu'au premier relâché, la quille de tête et une des quilles "latérales" (une quille #3 et une quille de coin du même côté que la quille de tête). Une coupure peut être soit la quille de tête avec la quille #3 de droite et la quille de coin de droite OU la quille de tête avec la quille #3 de gauche et la quille de coin de gauche.

ÉCART (indiqué par "E")... Un écart est inscrit lorsque le premier lancer du carreau ne retire que la quille de tête et seulement une des quilles #3. Le résultat est que les quilles restantes semblent plus difficiles à séparer et par conséquent plus difficile à obtenir une réserve.

Apprentissage des **QUILLES**

CHAPITRE 5

Histoire du jeu de 5 quilles

HISTOIRE DU JEU DE QUILLES

Depuis des milliers d'années le jeu de quilles a été une source de plaisir et un moyen de demeurer actif et sociable. Des archéologues ont découvert des vestiges d'une forme de jeu de quilles dans une fosse datant de 5 200 AD (soit 7 000 ans de jeu de quilles). Depuis ce temps, le jeu de quilles a passé par plusieurs variations avec l'utilisation de l'argile, du bois et de l'équipement en béton sur le gazon, la terre, la glace et des planchers en bois. Dans diverses parties de l'Europe, une variété de jeux ressemblant à celui des quilles ont été développés. La pétanque (bocce), les quilles sur gazon et le curling sont directement reliés au jeu de quilles.

Tout au long de l'histoire, un certain nombre de personnages se sont fait connaître pour leur participation à une forme ou autre de jeu de quilles. En fait, le Roi Edward III (vers 1366) a dû proscrire le jeu afin de maintenir ses troupes concentrées sur la pratique du tir à l'arc. Et des points de littérature étant révélés à Rip Van Winkle par le son de "l'abattement de 9 quilles", une version toujours populaire de jeu de quilles en Europe.

Plus récemment, en 1909 Tommy Ryan de Toronto inventa une version différente de jeu de quilles uniquement canadienne et jouée presque exclusivement dans notre pays. Monsieur Ryan prétendait que le jeu américain de dix quilles prenait trop de temps (les quilles étant "plantées" à la main). En réduisant le nombre de quilles, cela signifiait alors un jeu plus rapide et plus excitant. En utilisant un tour, il usina les quilles pour diminuer leur taille et utilisa 5 quilles plutôt que 10. Il a également réduit la taille de la boule de quilles afin de faciliter la participation des hommes, femmes et enfants et pour leur plaisir. Et voilà comment notre sport national de 5 quilles fut inventé.

Saviez-vous que:

- Un million de canadiens jouent aux quilles à chaque semaine
- Le jeu de 5 quilles a récemment été voté la 4^e plus importante invention canadienne de tous les temps par la série télévisée "les plus grandes inventions canadiennes" de Radio-Canada.
- Le gouvernement canadien a récemment reconnu le jeu de 5 quilles comme étant un sport du patrimoine canadien.

HISTOIRE DU JEU DE 5 QUILLES

- 1909 Thomas F. (*Tommy*) Ryan invente le jeu de 5 quilles à Toronto, Ontario. Valeurs initiales des quilles sont établies (de gauche à droite) comme étant "4-2-1-3-5".
- 1910 La première ligue de 5 quilles fut formée au "Ryan's Toronto Bowling Club".
- 1912 Une bande de caoutchouc fut ajoutée aux quilles.
- 1921 Première partie parfaite de "450" réalisée par Bill Bromfield de Toronto, Ontario.
- 1921 Première ligue féminine de 5 quilles formée par Marion Dibble de Toronto, Ontario.
- 1927 Premier organisme de 5 quilles la "Canadian Bowling Association" (CBA) formée à Toronto, Ontario.
- 1928 Premier manuel officiel des règlements de jeu de 5 quilles imprimé par le CBA.
- 1952 Pointage des quilles révisée (de gauche à droite) 2-3-5-3-2 (courant).
- 1953 Premier championnat canadien (*Est vs. Ouest*) organisé par Régina, Saskatchewan.
- 1957 Introduction du premier appareil automatique de rétablissement des quilles.
- 1958 Premiers "Championnats Pepsi-Cola pour les écoles secondaires" en Alberta.
- 1962 Introduction de la certification des allées et du sanctionnement des tournois.
- 1963 Formation de l'Association des Propriétaires de centres de Bowling du Canada (APBC)
- 1963 L'APBC introduit un programme pour les jeunes quilleurs qui porte le nom de "National Youth Bowling Council" | (*maintenant Jeunes Quilleurs du Canada*) ou JQC (YBC).
- 1963 Introduction du premier appareil automatique de rétablissement des quilles à cordes.
- 1965 Standardisation des mesures des quilles.
- 1970 Formation du "Master Bowlers' Association of Canada".
- 1971 Tommy Ryan intronisé à titre posthume dans le panthéon des sports du Canada.
- 1972 L'APBC introduit un programme pour les aînés appelé "National Golden Age Bowlers' Club (maintenant appelé Club 55+)
- 1975 Un sondage du gouvernement révèle qu'il y a 680,000 quilleurs dans 20,000 ligues à travers le Canada.
- 1976 Introduction du programme national de 5 quilles "Formation et Entraînement" par le "Master Bowlers' Association of Canada".
- 1978 L'Association Canadienne des Quilleurs de 5 Quilles (ACQ5Q) est formée pour devenir le nouveau comité directeur sportif du jeu de 5 quilles.
- 1983 Les 5 quilles participent aux Jeux d'Hiver Canadiens de Chicoutimi, Québec.
- 1990 Modification des règlements pour permettre l'utilisation de boules de quilles personnelles.
- 1995 Les statistiques gouvernementales révèlent qu'il y a 521,000 canadiens qui participent régulièrement au jeu de 5 quilles.
- 2007 La série télévisée "Les plus grands inventeurs canadiens" de Radio-Canada présente le jeu de 5 quilles comme étant la 4e plus grandes invention canadienne de tous les temps (tel que voté par le publique). li
- 2007 Les ligues des Jeunes Quilleurs du Canada (JQC/YBC) se qualifient pour l'obtention du nouveau crédit d'impôt pour la santé physique des enfants.
- 2008 Patrimoine Canada reconnaît le jeu de 5 quilles comme étant un sport du patrimoine canadien.
- 2008 Pour le coup d'envoi de la saison de l'anniversaire du centenaire du jeu de 5 quilles, Terry Burns de Yellowknife, Territoires du Nord-Ouest jouera dans 100 centres de quilles, d'un océan à l'autre, pendant 100 jours.
- 2009 Le jeu de 5 quilles célèbre son anniversaire de centenaire.

Apprentissage des QUILLES

CHAPITRE 6

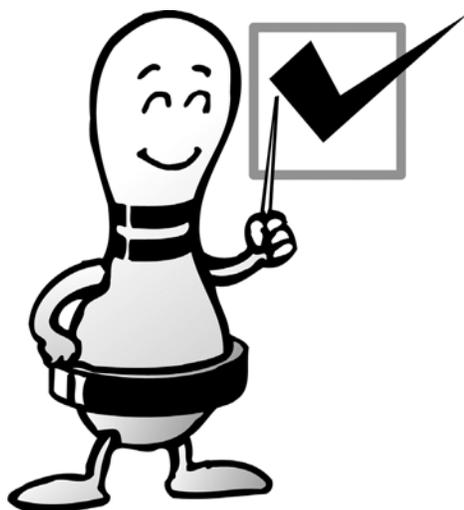
Ressources pour les enseignants

Le programme d'apprentissage des quilles possède plusieurs documents disponibles en ligne pour faciliter l'apprentissage des quilles, un programme clé en main pour les enseignants et les élèves. Tous ces documents peuvent être facilement téléchargés à partir du site Web, en plus des documents accessibles dans ce livret, si toutefois vous en désirez une copie. (ou des copies propres pour la réprographie). Veuillez simplement aller sur...

www.canadabowls.ca/learntobowl

Certains documents (ou matériel) ont été adaptés pour des classes de certains âges (telles que les feuilles à colorier pour les plus jeunes et des feuilles de pointage pour les plus vieux) et d'autre matériel générique ou spécialement préparé pour l'enseignant.

Voici le matériel disponible.....



- Rubrique d'évaluation (telle que montrée sur la page opposée)
- Formulaire d'une liste d'équipes
- Histoire du jeu de quilles et échantillon de test
- Feuilles de pointage et échantillon de test
- Feuilles à colorier
- Feuilles à remplir/tests
- Mots croisés
- Casse-têtes avec mots croisés
- Formulaire de commande pour demande de fournitures

Nous espérons que ce matériel rendra l'enseignement de l'apprentissage des quilles plus FACILE et plus PLAISANT, pour vous et vos élèves, durant l'année scolaire.

RUBRIQUE DE NOTATION - APPRENTISSAGE DES QUILLES

CONNAISSANCES/HABILETÉS	NIVEAU 1	NIVEAU 2	NIVEAU 3	NIVEAU 4	POINTAGE
Compréhension des concepts	Démontre une compréhension de quelques concepts requis, appris avec des erreurs ou omissions majeures	Démontre une compréhension de certains concepts requis, appris avec certaines erreurs ou omissions mineures	Démontre une compréhension de la plupart des concepts requis, appris avec quelques erreurs ou omissions mineures	Démontre une compréhension de tous ou la plupart des concepts appris, pratiquement aucune erreurs ou omissions	
Habilités de mouvement: (locomotion/déplacement, glissement, manipulation et stabilité)	Ne réalise que quelques habiletés requises, telles que décrites	Réalise quelques habiletés requises, telles que décrites	Réalise la plupart des habiletés requises, telles que décrites	Réalise toutes ou presque toutes les habiletés requises, telles que décrites	
Participation active; (niveau de forme physique, esprit sportif, sécurité et compétences de vie incluant la résolution de problèmes, l'atteinte des objectifs et la résolution de conflits)	- Participe activement uniquement avec une incitation constante - Applique quelques habiletés requises	- Participe activement, nécessitant une incitation occasionnelle. - Applique quelques habiletés requises	- Ne requiert aucune incitation pour participer activement - Applique la plupart des habiletés requises	- Participe activement de façon à inciter les autres à participer - Applique toutes ou presque toutes les habiletés requises	
Sécurité lors de la participation	Requiert un rappel constant concernant les procédures de sécurité et l'utilisation sécuritaire de l'équipement et des installations	Requiert un rappel occasionnel concernant les procédures de sécurité et l'utilisation sécuritaire de l'équipement et des installations	Suit les procédures de sécurité et utilise les équipement et les installations de façon sécuritaire.	Suit les procédures de sécurité et utilise les équipement et les installations de façon sécuritaire et il encourage les autres à faire de même	
Autre:					

Nom de l'élève:

Pointage/Note:

Apprentissage des **QUILLES**

REMERCIEMENTS

GOUVERNEMENT

Patrimoine Canada, Sport Canada et l'Association des Entraîneurs du Canada

ORGANISMES DE JEU DE QUILLES

Fédération des Quilles du Canada, Jeunes Quilleurs du Canada, Quilles Canada, Association Canadienne des Quilleurs de 5 Quilles du Canada, Association des Maîtres Quilleurs du Canada

COMITÉ CONSULTATIF DES ENSEIGNANTS

Tom Paterson, Tracy Anseth, John Jelaca, Jason Currie, Wes DaSousa, Bob Thomas, Dan Budnaruk

COLLABORATEURS

Brittany DaCosta, Bob Randall, Roland Handley, Paul Oliveira

RESSOURCES FOURNIS PAR

Quilles Canada, Jeunes Quilleurs du Canada, Association Canadienne des Quilleurs de 5 Quilles du Canada, Association des Entraîneurs du Canada, Bowl Alberta, "Technique Bowling" par Tom Paterson

L'apprentissage des quilles est fier de reconnaître le soutien financier du Gouvernement du Canada par l'entremise du programme de sport du patrimoine, un programme du département du patrimoine canadien.

Canada

