

Rencontre sur le développement du sport au Québec

Présenté par la Direction du sport, du loisir et de l'activité physique

LE DÉVELOPPEMENT DU TALENT SPORTIF

Présenté par :

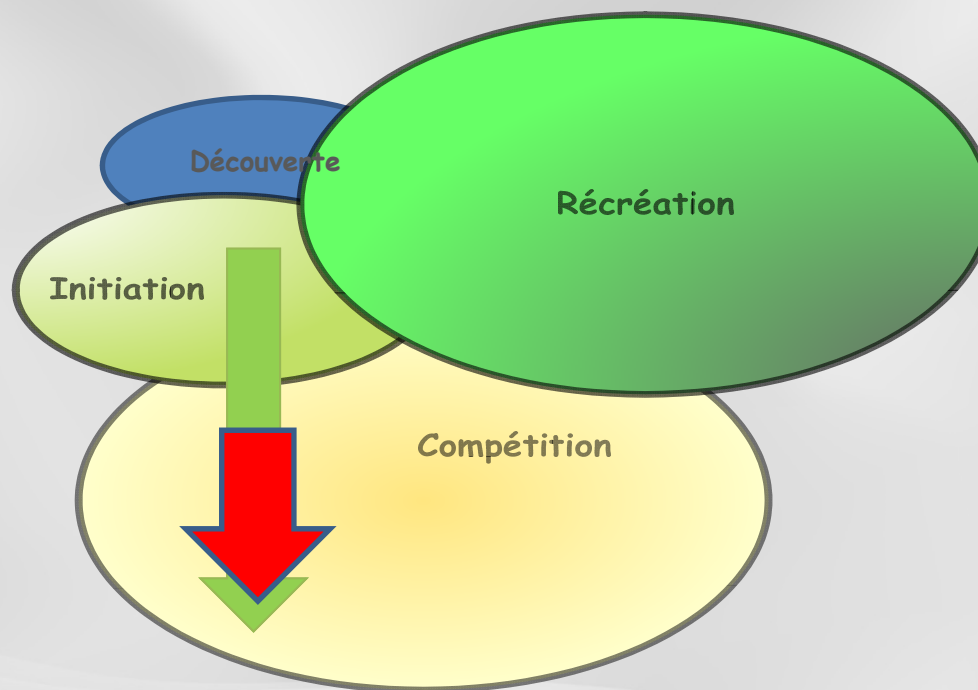
Albert Marier

Conseiller en sport

Sujets abordés

- Talent sportif
- Concept de « spécialisation sportive appropriée »
- Formation globale et polyvalente
- Modèles de développement (du talent) des athlètes
- Conditions du développement « durable » du talent

Développement du talent



Le talent (3 références)

- Astrand : « Si voulez devenir champion olympique, alors vous feriez mieux de bien choisir vos parents »
- Vaeyens 2008 : Le concept de Giftedness, faisant référence au talent naturel voir inné de l'individu
- Adam Young 2015 : « The genetic innate potential ability »

Quelques clichés

- Il suffit de travailler fort
- Il faut vouloir accomplir ses rêves
- Un marqueur naturel?
- Un talent naturel?
- La performance sportive, ce n'est pas une forme de mérite, elle est fortement corrélée aux prédispositions naturelles...

Le talent (Weineck)

- Ensemble des qualités et aptitudes à la réalisation et au développement de hautes performances;
- Le **sujet** du talent est celui qui, sur la base de dispositions, de capacités de performance et des conditions de l'environnement réel, atteint un niveau de performance (si possible vérifié en compétition) supérieur à celui de sa moyenne d'âge.

SPÉCIALISATION : **Un terme souvent à connotation négative**

- On entend spécialisation : désastre!
- On voit les gymnastes soviétiques et roumaines des années 1970, on voit les gymnastes chinoises (Jeux Olympiques)
- On pense : exploitation des enfants à des fins politiques, esclavage, droits humains comme faire travailler les enfants dans les mines
- On a tous vu ou entendu parler des cas d'abus physiques, psychologiques et même sexuels

Littérature et spécialisation hâtive : les RISQUES

- Blessures
- Épuisement
- Abandon
- Troubles psychologiques ou émotionnels
- Carrière plus courte
- Frein à la diversité sportive chez le jeune
- Et encore... Toutes ces connotations négatives

Il faut parler des vraies affaires!

- Il faudrait plutôt parler des effets néfastes de la mauvaise spécialisation... surtout dans les sports où elle n'est pas requise à l'enfance!
- On ne croit pas que la meilleure (ou la seule) façon de développer le talent sportif est la « totale diversification ludique » comme le veulent parfois certains courants de pensée...
- La spécialisation doit cependant viser une clientèle ayant le potentiel et les aptitudes nécessaires et qu'elle doit aussi s'opérer dans un cadre sain et sécuritaire.

SPÉCIALISATION : Un terme portant à confusion

- Une question à traiter dans les modèles de développement des athlètes : « spécialisation hâtive » ou à « spécialisation tardive » ? Une erreur!
- On a entendu toutes sortes de choses
- Tardive? Normale?
- Spécialisation dans un seul sport : un pléonasme!

Marie-Pier Charest (2012)

« La spécialisation d'un athlète correspond au moment où celui-ci s'investit particulièrement dans un sport dans le but d'y atteindre le plus haut niveau. Il est habituellement caractérisé par un engagement important dans la pratique du sport, par une augmentation importante des exigences physiologiques et psychologiques de la pratique spécifique à un sport et par la réalisation d'une grande quantité de pratique délibérée. »

Autrement dit : placer tous ses œufs dans le même panier!

Concept de « spécialisation appropriée »

- En fonction de la zone d'âge optimal des athlètes de ce sport au haut niveau (les choses changent!)
- En fonction de la nature du sport, de ce qu'il faut acquérir ou maîtriser aux plans moteur/technique, et de ce que cela prend au niveau des qualités physiques
- En fonction des individualités biologiques
- Modèle de développement des athlètes (MDA) : analyse des exigences du sport de haut niveau (il ne s'agit pas juste de comprendre les stades de croissance et de maturation)

Spécialisation « appropriée »

1. Spécialisation appropriée à l'enfance
2. Spécialisation appropriée à l'adolescence
3. Spécialisation appropriée chez le jeune adulte

Spécialisation appropriée à l'enfance

Question TEST :

Est-ce qu'un(e) athlète très doué(e) tant au plan moteur que physiologique, dans un ou plusieurs sport(s), pourrait, à l'adolescence ou lorsqu'il devient un jeune adulte, devenir un athlète de haut niveau dans ce sport, sans avoir fait une spécialisation appropriée à l'enfance?

Oui : non requise à l'enfance

Non : requise à l'enfance

Spécialisation appropriée à l'enfance

Il y a donc des « acquisitions requises » à l'enfance :

- L'acquisition des équilibres (eau, neige, glace)
- Ce qui est trop souvent négligé : la prise de décision (recevoir/frapper un engin, actions de coopération/opposition...)

Le cas particulier des 3 sports « acrobatiques » :A1

- Cette période représente un moment charnière pour l'apprentissage des habiletés en raison de la plasticité neurologique des enfants

Gestion du risque

- Il faut notamment éviter de conclure, en prenant exemple sur des cas rares de jeunes qu'on ne voit qu'une fois par génération, que la seule « recette » gagnante est de leur imposer un volume élevé d'entraînement spécifique dans un seul sport, un nombre important de compétitions, de l'entraîner comme dans la phase normale de spécialisation comme adolescent (après la puberté) ou jeune adulte.
- On ne peut généraliser à tous les enfants d'un sport, une approche qui n'est requise que pour un petit nombre d'enfants ayant démontré des aptitudes spéciales (talent).
- Il faut des experts pour déterminer si c'est le cas pour chaque enfant.
- Il faut reconnaître que seuls les meilleurs entraîneurs/clubs peuvent se spécialiser adéquatement à l'enfance.
- La spécialisation appropriée à l'enfance doit être réservée aux enfants qui ont un talent confirmé avec des entraîneurs compétents.

Spécialisation appropriée à l'enfance (enfant qui démontre des prédispositions exceptionnelles)

- MDA : l'équilibre entre ce qu'il doit absolument maîtriser à l'enfance et un volume d'entraînement/compétitions en garantissant à l'intégrité physique et psychologique des enfants une approche planifiée et intégrée à l'entraînement en vue de prévenir les blessures A2
- Planification systématique du temps de récupération, des phases de transition pendant la saison de compétition et pendant la période hors compétition
- Une hygiène de vie impeccable (nutrition et sommeil)
- INTÉGRER une formation globale et polyvalente
- Évaluation continue du plaisir, de la motivation, de l'engagement et de la réussite scolaire
- Attention aux médias et aux parents!

Les enfants ne sont pas des athlètes

- Pas de programmes Sport-études au primaire (les vrais cas exceptionnels sont rares et encore 3 sports)
- Meilleure perspective pour les jeunes en 5^e et 6^e années (multi et 60 minutes d'activités physiques par jour à l'école)
- Jeux du Québec / 12 ans
- Résister aux contraintes externes des fédérations canadiennes avec des équipes nationales trop jeunes
- Résister aux contraintes externes des fédérations internationales avec des compétitions à un trop jeune âge
- **DÉCLARATION DE CONSENSUS SUR L'ENTRAÎNEMENT AU SPORT D'ÉLITE CHEZ L'ENFANT (2005) – Commission médicale du Comité International Olympique**

Spécialisation appropriée à l'adolescence

- Les sports où les aspects techniques et tactiques sont les déterminants les plus critiques dans la performance
- Benchmark du contenu de l'entraînement : assurer une formation globale et polyvalente
- Sport-études : attention en 1^{re} et en 2^e secondaire
- Développer l'athlète avant le joueur?
- Préparation physique adéquate
- Expérimenter multiples méthodes d'entraînement
- Périodes de transition : autres sports, travailler le développement d'habiletés mentales, etc.
- Projet de transfert de talent

Spécialisation chez le jeune adulte

- Les sports où les qualités physiques sont les plus déterminants les plus importantes
- Là on peut prendre notre temps
- Formation globale et polyvalente à l'enfance et l'adolescence!
- Accueillir des « athlètes » des deux premières catégories de sport

Weineck 1997

« Le niveau de performance maximale ne peut être atteint dans le sport de haut niveau que si les bases nécessaires ont été acquises préalablement à l'enfance et à l'adolescence. »

Notre interprétation :

LA FORMATION GLOBALE ET POLYVALENTE!

Comment assurer cette formation globale et polyvalente?

- Cours d'éducation physique obligatoire
- Le contenu des compétences « agir » et « interagir » interpelle l'entraîneur
- Meilleur cadre de référence: savoir-faire moteur et moyens d'action (programme ministériel)
- Et la compétence la plus importante!
« Adopter un mode de vie sain et actif »

Formation globale et polyvalente

Globale

- Toutes les qualités physiques
- Toutes les habiletés motrices
- Toutes habiletés mentales

Polyvalente

- Multitude d'activités physiques ou sportives

Doit faire partie intégrante de toutes formes de spécialisation appropriée

Avis sur la Formation globale et polyvalente à la communauté Sport-études

- 3 heures quotidiennes d'encadrement
- 3 clientèles (T-P-S)
- Tous les types de spécialisation
- Globale : Travailler sur 4 déterminants de la performance
- Polyvalente : Toutes sortes d'activités physiques et sportives
- Rappel : la 3^e compétence

Modèle de développement des athlètes (MDA)

Plusieurs étapes 2004-2008-2016

MDA conforme pour être admissible au PSDE

Critères servant à identifier des athlètes auprès du Ministère

Et 2 argumentaires :

- Finale des Jeux du Québec
- Programmes Sport-études au secondaire

Modèle de développement des athlètes

Exigences du sport
au plus haut niveau

RAPPEL principes de
croissance et de
maturation

Physique

Technique

Tactique

Psychologique



Pour chaque stade
de développement
ou catégorie

MDA : DÉFIS

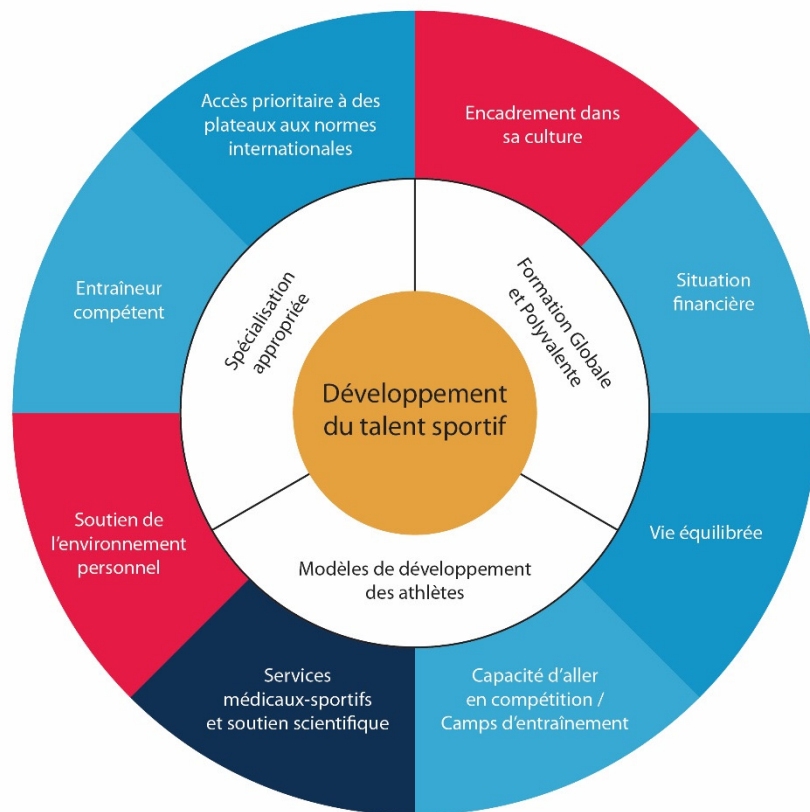
- Diffusion
- Mise en œuvre
- Révision

Les différences avec le fédéral

Approche pancanadienne	QUÉBEC
ACSV/DLTA	Éducation physique Développement moteur Kino-Québec PDPS MDA
Financement en fonction des médailles	Améliorer les chances de performance des athlètes sur les scènes canadienne et internationale Soutenir la recherche de l'excellence Promouvoir les athlètes de haut niveau comme modèles d'engagement, de dépassement et de résilience Contribuer au développement d'une véritable culture du sport au Québec Exprimer notre fierté nationale en rivalisant avec les meilleurs et en rayonnant à travers le Canada et à travers le monde.
5 M\$ prochaine génération	Notre juridiction

Conditions du développement durable du talent sportif

- Il faut comprendre le talent
- Il faut comprendre la spécialisation appropriée
- Il faut assurer une formation globale et polyvalente : il faut des bons cadres de référence (modèles de développement des athlètes)
- Et il faut bien plus, **il faut rencontrer les besoins des athlètes!**



Plan de match (2001) Besoins des athlètes

- Situation financière
- Un entraîneur compétent à temps plein
- Accès prioritaire à des plateaux d'entraînement aux normes internationales
- Capacité d'aller en compétition et en camps d'entraînement
- Services médico-sportifs et soutien scientifique
- Vie équilibrée
- Encadrement dans sa culture
- Soutien de l'environnement personnel

Situation financière

En 1999 : un programme de bourses de 350 k\$

En plus du PAA de Sport Canada

Depuis 2000 : mesure de crédit d'impôt remboursable pour athlète de haut niveau

- De 1 000 \$ à 4 000 \$ pour les athlètes identifiés des niveaux « excellence », « élite » et « relève »
- En 2016 : 3075 athlètes pour 5,88 M\$

Depuis 2003 : Bourse de 6 000 \$ du programme Équipe Québec

- En 2016, 515 athlètes identifiés de niveau « excellence »;
total : 2,63 M\$

Un entraîneur compétent à temps plein

- Programme de soutien au développement de l'excellence (PSDE)
3 M\$ / 7M\$
- Programme Équipe Québec bourses de 20 000 \$; 106 entraîneurs : un total de 1,97 M\$ en 2016-2017
- Exigences minimales de qualification pour le PSDE, la programme Équipe Québec et les programmes Sport-études reconnus au secondaire.

Accès prioritaire à des plateaux d'entraînement aux normes internationales

- Complexe de l'Institut national du sport du Québec : 28,3 M\$ (9 sports résidents)
- Autres exemples
- Piscines centre sportif : 15 M\$
- Programme de soutien aux (17) centres d'entraînement unisport : 500 k\$
- Programme de soutien aux installations sportives et récréatives phase 4 : 100 M\$

Capacité d'aller en compétition et en camps d'entraînement

- Programme de soutien au développement de l'excellence (PSDE) : 4 M\$ / 7M\$
- Programme de soutien aux événements spéciaux (PSES) : 500 k\$
- Programme de soutien aux événements sportifs internationaux (PSESI) : 4 M\$

Services médico-sportifs soutien scientifique

Soutien financier à l'Institut national du sport du Québec (5,62 M\$)

- 1,5 M\$ aux 8 centres régionaux d'entraînement multisports (CREM)
- 250 k\$ pour les athlètes sans CREM
- 250 k\$ pour les projets des fédérations sportives québécoises (spécial JDC)

Vie équilibrée

Dispositif des programmes Sport-études reconnus au secondaire (en 2016-2017)

- Aide à la pension (537 k\$) ou au déplacement (535 k\$)
- Services périphériques (428 k\$)

Alliance Sport-études

- (212 k\$)

PAPSL

- 75 k\$ à la Fondation de l'athlète d'excellence du Québec (FAEQ) pour la persévérance et la réussite scolaire des athlètes de haut niveau

Encadrement dans sa culture Soutien de l'environnement personnel

- Faire le maximum pour que nos athlètes puissent s'entraîner au Québec
- Qu'ils puissent étudier en français
- Et compter sur leurs familles et amis

En espérant que cela est utile pour vous!

Merci!