



# Un Plan pour développer une participation de qualité dans le sport chez les enfants et les jeunes ayant une déficience intellectuelle



cdpp

Canadian Disability Participation Project

Le projet canadien sur la participation sociale  
des personnes en situation de handicap

# TABLE DES MATIÈRES

PRÉFACE.....	3
Les concepts clés de la participation de qualité.....	4
Guide pratique sur les éléments constitutifs d'une expérience et d'une participation de qualité.....	5
L'autonomie.....	6
L'appartenance.....	7
Le défi.....	8
L'engagement.....	9
La maîtrise.....	10
Le sens.....	11
Les éléments clés d'une participation de qualité.....	12
Les priorités d'une participation de qualité.....	13
L'utilisation des priorités pour améliorer la participation de qualité.....	14
Guide stratégique d'une participation de qualité en fonction des éléments constitutifs.....	15
L'appartenance.....	16
La maîtrise.....	18
Le défi.....	20
L'engagement.....	22
L'autonomie.....	25
Le sens.....	26
Établir un plan pour améliorer la qualité du programme.....	28

# PRÉFACE

## APERÇU

Le Plan pour développer une participation de qualité dans le sport chez les enfants et les jeunes ayant une déficience intellectuelle est adapté du Blueprint for Building Quality Participation in Sport for Children, Youth, and Adults with a Disability du Projet canadien sur la participation sociale des personnes en situation de handicap. Cette ressource a été personnalisée pour les programmes récréatifs pour les jeunes Enfant actif et S’amuser grâce au sport d’Olympiques spéciaux Canada (OSC) et fournit des outils pour développer une participation de qualité dans des programmes visant particulièrement les enfants et les jeunes ayant une déficience intellectuelle.

Les données de recherche appuyant ce Plan seront présentées dans un prochain article scientifique.

Bruno, N., A. Richardson, K.D. Kauffeldt, J.R. Tomasone, K. Arbour-Nicitopoulos et A.E. Latimer-Cheung, 2020, Exploring experiential elements and strategies of quality participation for children and youth with intellectual and developmental disabilities: A systematic scoping review.

## FINANCEMENT

Ce travail a été rendu possible grâce à une subvention d’Olympiques spéciaux Canada pour l’évaluation de la qualité de ces programmes Enfant actif et S’amuser grâce au sport. De plus, le Projet canadien sur la participation sociale des personnes en situation de handicap ([www.cdpp.ca](http://www.cdpp.ca)) bénéficie d’une subvention de partenariat du Conseil de recherches en sciences humaines du Canada (subvention n° 895-2013-1021).

## CITATION

Le projet canadien sur la participation sociale des personnes en situation de handicap 2020, Plan pour développer une participation de qualité dans le sport chez les enfants et les jeunes ayant une déficience intellectuelle, Université Queen’s, Kingston (Ontario).

## SITE WEB

Vous pouvez accéder à la version anglaise de ce rapport sur le site [www.cdpp.ca](http://www.cdpp.ca).

## AUTEURS

Le Plan a été adapté par :  
Natasha Bruno, candidate à la MSc, Université Queen’s  
Amy E. Latimer-Cheung, Ph. D., Université Queen’s  
Rachel Borer, Olympiques spéciaux Canada  
Tom Davies, Olympiques spéciaux Canada

## REMERCIEMENTS

Nous aimerions remercier les coordonnateurs des programmes jeunesse, les animateurs de programmes et les parents/aidants d’Olympiques spéciaux Canada qui ont transmis une rétroaction pour ce Plan. De plus, nous remercions Lauren Konikoff et Marlee Konikoff de leur aide dans l’adaptation du contenu et de l’analyse des données sur la participation de qualité des manuels des animateurs de programmes d’OSC.

## DONNÉES SUR LA PUBLICATION

Juin 2020 – version 1.0

## COORDONNÉES

<https://cdpp.ca/contact>

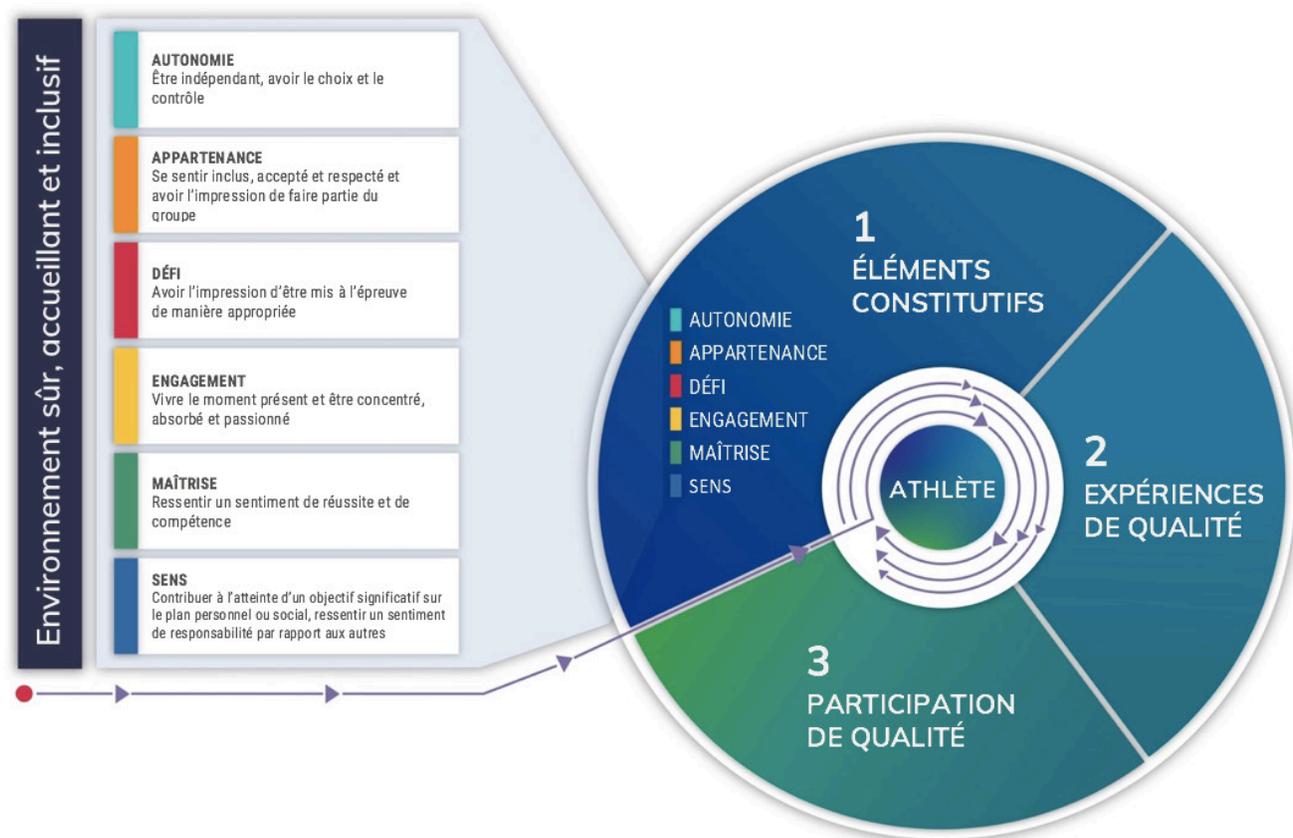
# LES CONCEPTS CLÉS DE LA PARTICIPATION DE QUALITÉ

## Introduction

Ce Plan a été personnalisé pour les programmes sportifs récréatifs Enfant actif et S'amuser grâce au sport d'Olympiques spéciaux Canada (OSC) pour les enfants et les jeunes ayant une déficience intellectuelle. Le but de ce document est de présenter des concepts clés qui soutiennent une participation de qualité aux animateurs de programmes et aux bénévoles pour qu'ils puissent mieux favoriser des expériences sportives de qualité pour les athlètes.

## Qu'est-ce qu'une participation de qualité?

Une participation de qualité est réalisée lorsque des athlètes ayant une déficience voient leur participation dans le sport comme étant satisfaisante et agréable et obtiennent des résultats qu'ils considèrent comme étant importants.



## Comment développer une participation de qualité?

Une expérience de qualité est développée à partir de six éléments constitutifs : l'autonomie, l'appartenance, le défi, l'engagement, la maîtrise et le sens. À leur tour, ces six éléments constitutifs doivent être appuyés d'une base appropriée consistant en des programmes et en des milieux physiques et sociaux appropriés qui sont sûrs, accueillants et inclusifs. Une exposition répétée et soutenue à ces éléments constitutifs peut mener à des expériences de qualité qui devraient contribuer à une participation de qualité durable.

# GUIDE PRATIQUE SUR LES ÉLÉMENTS CONSTITUTIFS

Pour favoriser une participation de qualité, les organisations et les animateurs de programmes doivent comprendre de manière approfondie les **éléments constitutifs**.

Ce guide pratique comprend un exemple d'étude de cas qui présente un programme réalisant chacun des éléments constitutifs.

## AUTONOMIE

Être indépendant, avoir le choix et le contrôle

## APPARTENANCE

Se sentir inclus, accepté et respecté et avoir l'impression de faire partie du groupe

## DÉFI

Avoir l'impression d'être mis à l'épreuve de manière appropriée

## ENGAGEMENT

Vivre le moment présent et être concentré, absorbé et passionné

## MAÎTRISE

Ressentir un sentiment de réussite et de compétence

## SENS

Contribuer à l'atteinte d'un objectif significatif sur le plan personnel ou social, ressentir un sentiment de responsabilité par rapport aux autres



# L'AUTONOMIE

## AUTONOMIE

Être indépendant, avoir le choix et le contrôle

**L'autonomie** peut être définie comme un athlète ayant une indépendance, des choix et/ou du contrôle. Cet élément constitutif fait référence à la capacité de l'athlète de faire ses propres choix en ce qui concerne sa participation au sport.

## Exemple d'étude de cas

Alex est un jeune de 11 ans qui s'est joint à OSC il y a quatre ans dans l'espoir de jouer avec ses pairs dans un environnement sportif agréable. Avant la séance de lancer, l'animateur de programme d'Alex lui a permis de choisir parmi deux options d'activité d'échauffement. En lui offrant des options et la possibilité de choisir le premier exercice de cette séance, Alex se sent ainsi en contrôle et ressent donc un sentiment d'*autonomie* en participant.



# L'APPARTENANCE

## APPARTENANCE

Se sentir inclus, accepté et respecté et avoir l'impression de faire partie du groupe

**L'appartenance** peut être définie comme des participants qui se sentent liés et qui ressentent de l'acceptation et de l'inclusion pendant leur expérience sportive.

## Exemple d'étude de cas

Jordan est un athlète de neuf ans qui participe au programme S'amuser grâce au sport depuis deux ans.

Jordan apprécie la communauté qui a été créée et les amis qu'il s'est faits depuis qu'il s'est joint à OSC. Il espère que les nouveaux athlètes qui se joignent au programme ressentiront les mêmes choses. Il joue le rôle de « mentor pour ses pairs », c'est-à-dire qu'il aide de nouveaux membres à se sentir à l'aise dans le milieu et faisant partie du groupe. Jordan vise à créer un sentiment d'*appartenance*; un sentiment de communauté dans le programme, en faisant en sorte que les nouveaux athlètes se sentent les bienvenus et inclus dans le milieu, tout comme lui.



# LE DÉFI

## DÉFI

Avoir l'impression d'être mis à l'épreuve de manière appropriée

**Le défi** peut être défini comme avoir l'impression d'avoir été mis à l'épreuve de manière appropriée. Les activités présentent un défi quand elles sont personnalisées adéquatement selon le niveau d'habileté ou la capacité de chaque participant, tout en offrant des possibilités de repousser les limites de ses habiletés de manière réaliste pour s'améliorer.

## Exemple d'étude de cas

Riley a sept ans et s'est récemment joint au programme S'amuser grâce au sport. L'animatrice de programme de Riley surveille la progression des habiletés des athlètes pendant différents exercices de baseball et leur permet de s'exercer en équipe quand ils se sentent prêts.

Reconnaissant que Riley participe à des séances d'entraînement pour la première fois, elle lui a offert la possibilité de se mettre au *défi* aux côtés d'athlètes plus expérimentés, repoussant ses limites de manière appropriée.



# L'ENGAGEMENT

## ENGAGEMENT

Vivre le moment présent et être concentré, absorbé et passionné

**L'engagement** peut être défini comme se sentir pleinement investi dans l'activité à laquelle on participe. Si un athlète est engagé, il est plus motivé à participer.

## Exemple d'étude de cas

Taylor a quatre ans et est sensible aux milieux présentant un niveau élevé de stimulus. Pour s'assurer que Taylor se sent la bienvenue, en sécurité et prête à participer, son animateur de programme a réduit les distractions en mettant de côté l'équipement qui n'est pas utilisé et en évitant de mettre de la musique pendant l'échauffement.

L'animateur de programme de Taylor a réussi à créer un espace qui lui a permis d'être plus concentrée en participant et ainsi, a favorisé son *engagement*.



# LA MAÎTRISE

## MAÎTRISE

Ressentir un sentiment de réussite et de compétence

**La maîtrise** peut être définie comme réaliser une réussite et avoir confiance en ses habiletés et capacités.

## Exemple d'étude de cas

Bailey a six ans et perd son intérêt pour des activités s'il ne réussit pas lors de ses trois premiers essais. Lors du concours de lancer, Bailey rate le cerceau et commence à se frustrer contre son équipe. L'animatrice de programme de Bailey lui dit de faire un pas vers l'avant quand il lance et de s'assurer que son ventre fait face à la cible. Au cours des essais suivants et avec des encouragements verbaux de son animatrice de programme, Bailey a réussi à lancer son sac de fèves dans le cerceau. Grâce à des encouragements et à des indications, Bailey a réussi à réaliser la tâche et ressent un sentiment de *maîtrise* et de compétence.



# LE SENS

## SENS

Contribuer à l'atteinte d'un objectif significatif sur le plan personnel ou social, ressentir un sentiment de responsabilité par rapport aux autres

**Le sens** peut être défini comme faire en sorte que chaque expérience sportive compte. Les athlètes trouvent un sens à leur participation si elle leur permet d'atteindre un objectif important.

## Exemple d'étude de cas

Dylan a 12 ans et désire consacrer plus de temps à l'amélioration de ses habiletés à botter. L'animatrice de programme de Dylan s'est assurée de demander à ses athlètes quels étaient leurs objectifs au début du programme et de les réexaminer chaque semaine. Ainsi, l'animatrice de programme de Dylan renforce le *sens*, car elle reconnaissait l'importance que les athlètes aient l'impression de réaliser des objectifs qui étaient importants pour eux.



# LES ÉLÉMENTS CLÉS D'UNE PARTICIPATION DE QUALITÉ

## L'expérience de qualité est **individuelle et dynamique** :

- Les personnes donneront une importance différente à ces éléments constitutifs; la façon de créer une expérience de qualité pour un athlète ne sera souvent pas exactement la même que pour un autre athlète.
- L'importance que les athlètes accordent à chaque élément constitutif peut changer avec le temps. Par exemple, un sentiment d'appartenance peut être important au début de la participation d'un athlète, mais le défi et le sens peuvent être plus importants ultérieurement.
- Il n'est pas nécessaire d'intégrer tous les éléments constitutifs. Idéalement, les six éléments constitutifs seraient utilisés pour répondre aux besoins de tous les athlètes. Cependant, il est probablement plus efficace de réussir à mettre en œuvre les éléments constitutifs qui sont les plus importants pour la majorité des athlètes du programme que de ne pas réussir à les intégrer tous.

Environnement sûr, accueillant et inclusif

### **AUTONOMIE**

Être indépendant, avoir le choix et le contrôle

### **APPARTENANCE**

Se sentir inclus, accepté et respecté et avoir l'impression de faire partie du groupe

### **DÉFI**

Avoir l'impression d'être mis à l'épreuve de manière appropriée

### **ENGAGEMENT**

Vivre le moment présent et être concentré, absorbé et passionné

### **MAÎTRISE**

Ressentir un sentiment de réussite et de compétence

### **SENS**

Contribuer à l'atteinte d'un objectif significatif sur le plan personnel ou social, ressentir un sentiment de responsabilité par rapport aux autres

# LES PRIORITÉS D'UNE PARTICIPATION DE QUALITÉ

Pour mieux comprendre les priorités d'une participation de qualité pour Olympiques spéciaux Canada, nous avons demandé aux coordonnateurs des programmes jeunesse, aux fournisseurs de programmes et aux parents/aidants de classer chacun des éléments constitutifs selon son importance.

**L'appartenance, la maîtrise et le défi** étaient toujours classés comme les éléments constitutifs les plus importants pour les programmes et les athlètes d'Olympiques spéciaux. À l'inverse, **l'autonomie et le sens** étaient moins prioritaires, et les fournisseurs de programmes et les parents/aidants les classaient différemment; les fournisseurs accordaient une plus grande importance à l'autonomie pour l'organisme alors que les parents/aidants ont indiqué que le sens était plus important pour les athlètes. **L'engagement** arrivait toujours au dernier rang.

## CLASSEMENT DES ÉLÉMENTS CONSTITUTIFS

### APPARTENANCE

Se sentir inclus, accepté et respecté et avoir l'impression de faire partie du groupe

### MAÎTRISE

Ressentir un sentiment de réussite et de compétence

### DÉFI

Avoir l'impression d'être mis à l'épreuve de manière appropriée

### AUTONOMIE

Être indépendant, avoir le choix et le contrôle

### SENS

Contribuer à l'atteinte d'un objectif significatif sur le plan personnel ou social, ressentir un sentiment de responsabilité par rapport aux autres

### ENGAGEMENT

Vivre le moment présent et être concentré, absorbé et passionné

# L'UTILISATION DES PRIORITÉS POUR AMÉLIORER UNE PARTICIPATION DE QUALITÉ

Selon la rétroaction relative aux priorités, il est essentiel qu'au moins les trois éléments constitutifs les plus importants – **l'appartenance, la maîtrise et le défi** – soient mis de l'avant dans les programmes d'Olympiques spéciaux Canada.

Comme mentionné précédemment, il n'est pas nécessaire d'intégrer les six éléments constitutifs, bien que cela puisse être l'idéal, car les éléments constitutifs à privilégier peuvent varier d'un athlète et d'une période à l'autre. Ainsi, cibler efficacement **l'autonomie, le sens et l'engagement**, en plus de l'appartenance, de la maîtrise et du défi, peut améliorer davantage la qualité des programmes en permettant de faire plus que de répondre seulement aux besoins prioritaires des athlètes.

Examinez les priorités de votre programme et demandez une rétroaction à vos athlètes pour comprendre les raisons pour lesquelles ils y participent. **Comprendre les besoins uniques de votre programme et des athlètes vous permettra de déterminer les éléments constitutifs sur lesquels vous concentrer et au bout du compte, de prioriser les stratégies à utiliser.**



# GUIDE STRATÉGIQUE D'UNE PARTICIPATION DE QUALITÉ

## EN FONCTION DES ÉLÉMENTS CONSTITUTIFS

Nous avons rassemblé 30 stratégies tirées de la littérature relative à la déficience intellectuelle chez les enfants et les jeunes<sup>1</sup> qui peuvent être utilisées pour s'assurer que les programmes offrent des **environnements sûrs, accueillants et inclusifs** afin de soutenir les six éléments constitutifs et ainsi, favoriser des expériences et une participation sportives de qualité.

Le **Guide stratégique d'une participation de qualité** présenté aux pages suivantes relie les six éléments constitutifs à une liste de stratégies sûres, accueillantes et inclusives. De plus, des exemples de façons d'intégrer ces stratégies dans les programmes *Enfant actif* et *S'amuser grâce au sport* d'Olympiques spéciaux Canada sont fournis.

### Éléments clés :

- Utilisez des stratégies qui correspondent aux priorités de votre programme et aux besoins des athlètes.
- La mise en œuvre d'une stratégie pourrait avoir une incidence sur de nombreux éléments constitutifs d'une participation de qualité.
- Il n'est peut-être pas possible ou nécessaire d'utiliser toutes les stratégies, mais l'adoption de plusieurs stratégies rehaussera probablement la possibilité de créer une expérience de qualité.



<sup>1</sup>Bruno N, Richardson A, Kauffeldt KD, Tomasone JR, Arbour-Nicitopoulos K, & Latimer-Cheung AE. (2020). Exploring experiential elements and strategies of quality participation for children and youth with intellectual and developmental disabilities: A systematic scoping review

# BELONGING

ENVIRONNEMENT	DÉFINITION DE LA STRATÉGIE	EXEMPLE
Physique	<b>Accessibilité</b> : Les environnements devraient être modifiés pour accueillir tous les enfants et répondre à leurs besoins individuels (p. ex. rampes, toilettes adaptées, portes appropriées, stationnement accessible).	Lorsque l'environnement physique est adapté à tous les enfants participant, ils ont le sentiment de faire partie du groupe. Les animateurs de programmes devraient choisir un environnement convivial qui permet aux parents/aidants de participer pour aider à favoriser une atmosphère accueillante.
	<b>Déplacements et accès</b> : Le lieu de l'activité est situé de manière pratique. Les programmes qui sont à proximité, qui sont offerts à des moments appropriés (conviennent aux horaires familiaux) et qui sont accessibles au moyen du transport en commun sont appréciés.	Promouvoir des occasions et un accès pour les enfants leur permet d'avoir l'impression que l'environnement a été conçu pour les inclure. Les animateurs de programmes qui tiennent compte de la disponibilité de tous les enfants lors de la planification des séances peuvent favoriser le sentiment d'appartenance.
Programme	<b>Diversité</b> : En général, les enfants aiment participer dans des environnements avec des personnes ayant des capacités différentes par rapport à leurs habiletés, âge et état de personne handicapée, s'ils favorisent la participation de tout le monde.	Concevoir un environnement qui encourage la participation de tous les enfants de manière équitable crée un sentiment de communauté. Pour s'assurer que les athlètes se sentent inclus de façon égale, apprendre quel est le mode de communication préféré des athlètes, ainsi que quels sont leurs champs d'intérêt, capacités physiques, habiletés, aversions et renforçateurs. Ainsi, les animateurs de programmes peuvent créer des défis basés sur des besoins individuels pour aider les athlètes à se sentir à l'aise de participer.
	<b>Jeu libre</b> : Une période de jeu libre devrait être incluse dans le programme pour permettre aux enfants d'interagir avec leurs pairs et de participer à des activités qu'ils aiment.	Le jeu libre peut encourager les enfants à avoir des interactions avec leurs pairs, ce qui peut créer un sentiment d'acceptation. Présenter des athlètes ayant des champs d'intérêt/ensembles d'habiletés similaires pour favoriser l'établissement de liens entre pairs.
Social – Animateur de programme	<b>Conseils sur le comportement</b> : Les animateurs de programmes devraient avoir de l'expérience dans l'offre de conseils sur le comportement pour les enfants et les jeunes ayant une déficience intellectuelle ou développementale. Les difficultés/défis comportementaux qui surviennent devraient être gérés de manière appropriée et les animateurs de programmes devraient être préparés à gérer tout comportement nuisible à l'athlète ou aux autres.	Les animateurs de programmes devraient consulter les parents/aidants pour s'assurer d'être au courant de toute difficulté comportementale ou d'attention afin de mieux inclure les enfants et de faciliter des interactions positives entre les pairs. Discuter des techniques pour intervenir par rapport aux comportements (p. ex. offrir l'option de passer du temps dans un corridor tranquille) et donner une rétroaction de la façon dont l'athlète préfère.
	<b>Habiletés interpersonnelles de l'animateur de programme</b> : Il est important que les animateurs de programmes soient compréhensifs, bienveillants et empathiques. Les animateurs de programmes doivent avoir une attitude accueillante pour cultiver un environnement social stimulant et favorable.	Les animateurs de programmes devraient créer une atmosphère collaboratrice de confiance pour favoriser un sentiment d'acceptation et d'appartenance. Lorsque vous apprenez à connaître un athlète, intégrez ses champs d'intérêt dans l'activité, car cela peut aider à établir une relation de confiance.
	<b>L'animateur de programme encourage des communications ouvertes</b> : Les animateurs de programmes devraient avoir d'excellentes habiletés en communication et en écoute pour que les enfants et les jeunes ayant une déficience intellectuelle ou développementale puissent communiquer ouvertement leurs besoins.	Créer un environnement qui respecte et valorise la contribution de tous les enfants peut favoriser un sentiment d'appartenance. Chercher des occasions d'entamer des conversations avec les athlètes au sujet de leurs idées/sentiments concernant les activités pour créer une atmosphère inclusive.
	<b>Connaissances, habiletés et apprentissages des animateurs de programmes</b> : Les animateurs de programmes devraient être préparés, compétents et novateurs, faire preuve de souplesse et consulter les enfants pour prendre des décisions collaboratives. De plus, ils devraient être outillés pour désamorcer les conflits et adapter les activités.	Les animateurs de programmes sont formés pour favoriser des expériences positives par rapport au programme et possèdent les compétences/techniques nécessaires pour faire en sorte que l'environnement soit accueillant et bienveillant. Ils devraient pouvoir adapter des activités selon les habiletés des athlètes pour encourager un sentiment d'appartenance.
	<b>L'animateur de programme valide les contributions</b> : Les animateurs de programmes devraient valider les contributions des enfants et encourager les pairs à reconnaître les réalisations de chacun. Une validation peut comprendre des distinctions, des prix et/ou des félicitations verbales pour reconnaître la réussite (p. ex. autocollants, « tope là »).	Les animateurs de programmes peuvent encourager les pairs à s'encourager mutuellement pour créer un environnement accueillant. Ainsi, les athlètes peuvent se sentir appuyés à la fois par leurs pairs et par leur animateur de programme au cours des séances.

## BELONGING (SUITE)

ENVIRONNEMENT	DÉFINITION DE LA STRATÉGIE	EXEMPLE
Social – Pairs	<b>Environnement de groupe :</b> Les environnements de groupe devraient favoriser le travail d'équipe, les interactions sociales, un sentiment d'appartenance et une identité collective chez les pairs. Les animateurs de programmes doivent reconnaître leur rôle dans la promotion d'environnements de groupe positifs.	Créer de petits groupes d'enfants ayant des champs d'intérêt similaires peut encourager des expériences communes avec la valeur ajoutée du plaisir et de la création d'amitiés. Offrir aux athlètes des occasions de travailler en équipe pour favoriser une dynamique de groupe cohésive.
	<b>Mentorat et modèle :</b> Les enfants ont des occasions de se guider mutuellement ou de chercher à établir des relations avec des mentors personnels. Les pairs contribuent également au processus d'enseignement/apprentissage.	Lorsque cela est approprié, créer des occasions qui permettent aux enfants de travailler ensemble pour apprendre à effectuer des tâches et de nouvelles habiletés peut aider à favoriser un sentiment d'acceptation et d'appartenance. Si un enfant s'intéresse particulièrement à une activité donnée, lui permettre de la diriger/d'en faire la démonstration.
Social – Famille	<b>Soutien et intégration de la famille :</b> Offrir des occasions pour que les membres de la famille appuient la participation des enfants en les intégrant dans les activités et la communauté de manière plus globale. L'intégration de la famille ne devrait toutefois pas interférer avec l'indépendance des athlètes.	Les animateurs de programmes devraient faire participer la fratrie et les parents/aidants dans des activités pour favoriser le soutien et le réseautage.
Social – Général	<b>Protection contre le harcèlement :</b> Tous les enfants devraient pouvoir s'entraîner, parvenir à la maîtrise et s'exprimer sans être surveillés ni humiliés. Les animateurs de programmes doivent préparer des stratégies pour aider les enfants à parler de leurs expériences sociales négatives et à y faire face, ainsi que pour gérer efficacement des comportements problématiques.	Il est essentiel que l'environnement social encourage la croissance, la compréhension, le respect et l'acceptation de tous les enfants. Les instructeurs doivent superviser les interactions entre pairs pour s'assurer qu'aucun enfant n'est victime de harcèlement. Les animateurs de programmes devraient enseigner et faire la promotion de l'inclusion et de conversations appropriées entre pairs pour favoriser un sentiment d'appartenance.
	<b>Attitudes bienveillantes :</b> Les enfants perçoivent les attitudes sociétales positives par rapport à leur participation, particulièrement celles des membres d'OSC. Les animateurs de programmes devraient s'assurer que tous les enfants se sentent appuyés et reconnus par eux, ainsi que par leurs pairs.	Encourager les caucus/cris de ralliement au début et à la fin des séances. Les enfants sentiront ainsi qu'ils font partie du groupe et de la communauté.
	<b>État de personne handicapée :</b> Les environnements devraient appuyer tout le monde de manière équitable, car cela mène à des interactions mutuellement satisfaisantes.	Les animateurs de programmes devraient créer des environnements qui traitent tous les athlètes également, peu importe leur déficience, leurs réalisations ou leur niveau d'habileté, pour créer un sentiment d'appartenance. Lors de la conception des séances, offrir fréquemment un renforcement positif et encourager les pairs à faire preuve de respect et d'inclusion les uns envers les autres.



# MAÎTRISE

ENVIRONNEMENT	DÉFINITION DE LA STRATÉGIE	EXEMPLE
<b>Programme</b>	<b>Diversité</b> : En général, les enfants aiment participer dans des environnements avec des personnes ayant des capacités différentes par rapport à leurs habiletés, âge et état de personne handicapée, s'ils favorisent la participation de tout le monde.	En créant des environnements qui appuient les besoins individuels tout en convenant aux différentes capacités, les enfants peuvent ressentir un sentiment d'accomplissement. Promouvoir les réussites individuelles et éviter les comparaisons entre les athlètes.
	<b>Établissement d'objectifs</b> : Les animateurs de programmes devraient encourager les participants à se fixer eux-mêmes des objectifs, car cela est bénéfique pour la motivation et pour créer un sentiment de sens chez eux.	En motivant les enfants à atteindre des objectifs qui les intéressent, les instructeurs peuvent aider à favoriser un sentiment de compétence et d'accomplissement. Créer des occasions où les habiletés sont répétées et mises en pratique pour aider les athlètes à atteindre leurs objectifs.
	<b>Niveau de défi individuel</b> : Consulter les participants pour s'assurer que les programmes et les activités sont individualisés en fonction des besoins et des capacités de chaque enfant. De plus, chaque enfant développera des habiletés à un rythme différent et il est crucial que les activités soient personnalisées en conséquence.	Apprendre à connaître les athlètes et évaluer s'ils sont prêts à prendre des responsabilités supplémentaires lors des séances. Donner des occasions aux athlètes de faire la démonstration des entraînements, d'installer l'équipement, de mener le cri de ralliement, de devenir un « entraîneur associé », d'enseigner une nouvelle habileté/activité au bénévole qui les accompagne, de créer un nouvel entraînement, etc. pour leur donner un sentiment de compétence et de fierté.
	<b>Routines</b> : Les routines – une séquence d'activités suivie régulièrement – des programmes peuvent être cruciales pour créer un sentiment de sécurité et favoriser la compréhension des enfants.	Conserver un programme uniforme et accueillant peut aider les athlètes à se sentir plus à l'aise et ouverts à essayer de nouvelles habiletés. Maintenir un ordre pour les activités (p. ex. échauffement, cri de ralliement, etc.) aide à faciliter la compréhension de la tâche à accomplir des enfants, ce qui instille un sentiment de compétence.
	<b>Structure</b> : Les programmes devraient être structurés et organisés en fonction d'un but précis tout au long des séances, tout en s'adaptant aux objectifs et aux champs d'intérêt des participants.	Lorsque des activités sont organisées selon un objectif précis, les enfants peuvent s'efforcer de l'atteindre, favorisant un sentiment de maîtrise. Structurer chaque séance de façon similaire pour que les athlètes sachent à quoi s'attendre.
<b>Social – Animateur de programme</b>	<b>Connaissances, habiletés et apprentissages des animateurs de programmes</b> : Les animateurs de programmes devraient être préparés, compétents et novateurs, faire preuve de souplesse et consulter les enfants pour prendre des décisions collaboratives. De plus, ils devraient être outillés pour désamorcer les conflits et adapter les activités.	Les animateurs de programmes devraient posséder les connaissances et les compétences pour maintenir tous les enfants sur la bonne voie et faire en sorte qu'ils participent activement lors de la séance. Fournir des directives visuelles et verbales lorsqu'on fait la démonstration d'une activité pour que les athlètes voient et entendent ce qui est attendu d'eux. Décomposer les directives d'une activité en de multiples étapes pour qu'elle soit plus facile à suivre.
	<b>L'animateur de programme fait le suivi de la progression de l'athlète</b> : L'animateur de programme encourage les athlètes à surveiller eux-mêmes leurs progrès pour qu'ils sachent lorsqu'ils se sont améliorés, même légèrement, et pour ainsi favoriser un sentiment de compétence, de réussite et de satisfaction.	Les animateurs de programmes devraient motiver les enfants à faire le suivi de leurs améliorations, en plus de leur offrir de l'aide pour enregistrer leurs progrès ainsi que des recommandations pour développer de nouvelles habiletés. Offrir une rétroaction immédiate, constructive et positive au fur et à mesure que des éléments d'une habileté sont appris, pas seulement lorsque l'habileté est maîtrisée en entier.
	<b>L'animateur de programme valide les contributions</b> : Les animateurs de programmes devraient valider les contributions des enfants et encourager les pairs à reconnaître les réalisations de chacun. Une validation peut comprendre des distinctions, des prix et/ou des félicitations verbales pour reconnaître la réussite (p. ex. autocollants, « tope là »).	Les encouragements et la validation peuvent favoriser un sentiment de réussite et stimuler la progression des enfants. Lorsque cela est possible, faire en sorte que les athlètes reçoivent des commentaires positifs de plusieurs membres du personnel ou bénévoles pour qu'ils aient des encouragements variés.
	<b>Habiletés interpersonnelles de l'animateur de programme</b> : Il est important que les animateurs de programmes soient compréhensifs, bienveillants et empathiques. Les animateurs de programmes doivent avoir une attitude accueillante pour cultiver un environnement social stimulant et favorable.	À titre d'instructeur, être un bon communicateur peut fournir aux enfants le soutien nécessaire pour développer des habiletés et connaître du succès. Faire preuve d'un véritable enthousiasme par rapport aux réalisations des athlètes. Faire savoir aux athlètes qu'ils font du bon travail aidera à instiller un sentiment de confiance et d'efficacité personnelle.
<b>Social – Pairs</b>	<b>Mentorat et modèle</b> : Les enfants ont des occasions de se guider mutuellement ou de chercher à établir des relations avec des mentors personnels. Les pairs contribuent également au processus d'enseignement/apprentissage.	Pour appuyer un sentiment de compétence, les animateurs de programmes devraient faciliter les interactions positives et réussies entre les pairs en encourageant les enfants à mener des activités ou à modéliser des techniques par rapport auxquelles ils ont connu du succès/démontré de l'intérêt.

# MAÎTRISE (SUITE)

ENVIRONNEMENT	DÉFINITION DE LA STRATÉGIE	EXEMPLE
Social – Famille	<b>Collaboration avec des membres de la famille :</b> Une collaboration entre les animateurs de programmes et les membres de la famille devrait être encouragée pour favoriser un partage des connaissances, des compréhensions communes et un partenariat.	Il devrait y avoir de hauts niveaux de communication entre les membres de la famille et les animateurs de programmes. Les animateurs de programmes devraient démontrer de la patience, de la compréhension et une volonté d'apprendre des parents pour favoriser des expériences optimales pour les enfants. Lorsque cela est possible, demander aux parents de remplir un profil/ un formulaire d'inscription détaillé pour leur enfant avant de commencer le programme (c.-à-d. des renseignements sur le mode de communication préféré, les capacités physiques, les habiletés, les champs d'intérêt, les aversions, les renforçateurs et les besoins).
	<b>Informers les membres de la famille :</b> Il est crucial que les instructeurs puissent répondre aux questions des parents et des participants et aussi, renseigner les parents sur la façon dont ils peuvent soutenir des activités à la maison pour garantir des expériences réussies pour les enfants.	Enseigner aux membres de la famille comment créer un environnement favorisant la participation peut aider les enfants à développer des habiletés plus facilement, ce qui peut instiller un sentiment de compétence. S'assurer que les membres de la famille comprennent les progrès de l'enfant pour que les activités à la maison correspondent au rythme requis pour favoriser la croissance.
	<b>Soutien et intégration de la famille :</b> Offrir des occasions pour que les membres de la famille appuient la participation des enfants en les intégrant dans les activités et la communauté de manière plus globale. L'intégration de la famille ne devrait toutefois pas interférer avec l'indépendance des athlètes.	Les membres de la famille qui appuient l'apprentissage des enfants peuvent favoriser leur succès et ainsi, instiller un sentiment de réussite. Communiquer avec les parents/tuteurs et la famille au sujet des objectifs de l'athlète pour faciliter une compréhension uniforme de la façon dont ils peuvent participer aux séances pour favoriser la réussite.
Social – Général	<b>État de personne handicapée :</b> Les environnements devraient appuyer tout le monde de manière équitable, car cela mène à des interactions mutuellement satisfaisantes.	Les activités qui sont conçues pour inclure de manière réfléchie tous les enfants peuvent instiller de la confiance en participant à celles-ci. En enseignant de nouvelles habiletés, s'assurer d'offrir aux athlètes un soutien systématique et structuré; décomposer les tâches complexes pour isoler les erreurs et les corriger.
	<b>Parcours uniques :</b> Tous les enfants devraient avoir une expérience chaleureuse, peu importe la forme que prend leur participation et leurs niveaux de compétition	Tous les enfants, peu importe leur parcours et progrès uniques, devraient se sentir validés par leur environnement social pour favoriser un sentiment de maîtrise. Offrir une petite récompense (p. ex. autocollant, ruban) pour la participation aux séances et avoir suivi un programme en entier. Les athlètes peuvent ainsi accumuler les récompenses pour qu'ils puissent regarder en arrière et être fiers de leurs réalisations.

# DÉFI

ENVIRONNEMENT	DÉFINITION DE LA STRATÉGIE	EXEMPLE
Physique	<b>Accès à l'équipement</b> : Les environnements physiques devraient être dotés de différents équipements (p. ex. différentes tailles et textures) et aides (p. ex. dispositifs d'assistance pour les activités) appropriés.	L'équipement devrait répondre aux besoins individuels des participants et correspondre à leurs niveaux d'habileté pour les mettre à l'épreuve de manière appropriée. Simplifier et/ou prolonger des activités pour répondre aux besoins individuels de l'athlète par rapport à différents équipements (p. ex. demander aux athlètes de commencer par une grande cible et progresser vers une plus petite).
	<b>Endroits sûrs</b> : Il est essentiel que les environnements soient conçus pour que les enfants se sentent en sécurité et protégés pour créer une expérience plus agréable. Les environnements familiers sont perçus comme étant sûrs par les enfants.	Vérifier que l'endroit ne comporte pas de risque de fuite, de zones dangereuses et d'armes pour assurer la sécurité des athlètes. Des environnements sûrs peuvent aider les enfants à sentir qu'ils peuvent essayer de nouvelles activités et tester leurs limites sans s'inquiéter de se blesser.
Programme	<b>Diversité</b> : En général, les enfants aiment participer dans des environnements avec des personnes ayant des capacités différentes par rapport à leurs habiletés, âge et état de personne handicapée, s'ils favorisent la participation de tout le monde.	L'environnement du programme devrait appuyer la participation de tout monde, et les activités devraient être adaptées pour représenter un défi pour tous les participants. Pour mettre les enfants à l'épreuve de manière appropriée, jumeler ou grouper les participants ayant des capacités complémentaires peut les inciter à se mettre mutuellement au défi.
	<b>Niveau de défi individuel</b> : Consulter les participants pour s'assurer que les programmes et les activités sont individualisés en fonction des besoins et des capacités de chaque enfant. De plus, chaque enfant développera des habiletés à un rythme différent et il est crucial que les activités soient personnalisées en conséquence.	Les activités devraient toujours être adaptées en fonction des besoins et des forces des enfants pour s'assurer qu'ils sont mis au défi de manière appropriée tout au long du programme. S'assurer toutefois d'ajouter un élément plus difficile à chaque étape de l'apprentissage de l'habileté pour que l'athlète soit mis au défi au cours du processus (p. ex. quand il apprend à dribler avec un ballon de basketball, demander à l'athlète de le faire aussi avec sa main non dominante).
	<b>Options</b> : Les programmes devraient offrir un éventail d'activités présentant différents niveaux de difficulté selon les besoins et les forces des participants.	Les instructeurs devraient offrir une gamme d'activités préférées/ autres présentant différents niveaux de difficulté selon les besoins et les forces des participants. Cependant, essayer de créer l'attente que les athlètes essaient toutes les activités au moins une fois, puis apporter des modifications, au besoin.
	<b>Structure</b> : Les programmes devraient être structurés et organisés en fonction d'un but précis tout au long des séances, tout en s'adaptant aux objectifs et aux champs d'intérêt des participants.	Pour mettre les enfants à l'épreuve de manière appropriée, les programmes devraient être conçus pour atteindre des objectifs précis qui peuvent être adaptés de manière réfléchie et être décomposés en tâches gérables. Donner une rétroaction claire et constructive pour aider les athlètes à surmonter les obstacles.
Social – Animateur de programme	<b>L'animateur de programme encourage l'autonomie</b> : Les enfants devraient être consultés, avoir l'impression que l'on tient compte de leurs idées et être encouragés à faire part de leurs opinions.	En créant un environnement qui appuie l'autonomie, les animateurs de programmes peuvent encourager les enfants à choisir des activités qu'ils croient pouvoir accomplir plutôt que de présumer de leurs besoins.
	<b>Connaissances, habiletés et apprentissages des animateurs de programmes</b> : Les animateurs de programme devraient être préparés, compétents et novateurs, faire preuve de souplesse et consulter les enfants pour prendre des décisions collaboratives. De plus, ils devraient être outillés pour désamorcer les conflits et adapter les activités.	Les animateurs de programmes devraient être outillés pour désamorcer les conflits et adapter des activités pour s'assurer de répondre aux besoins de l'enfant tout en le mettant au défi de manière appropriée. Rendre les activités plus difficiles plus intéressantes en leur intégrant des activités préférées plus gratifiantes.
	<b>L'animateur de programme fait le suivi de la progression de l'athlète</b> : L'animateur de programme encourage les athlètes à surveiller eux-mêmes leurs progrès pour qu'ils sachent lorsqu'ils se sont améliorés, même légèrement, et pour ainsi favoriser un sentiment de compétence, de réussite et de satisfaction.	Les enfants sont motivés par les encouragements et le soutien de leur animateur de programme pour développer de nouvelles habiletés et se mettre au défi de prendre des risques. Apprendre à connaître le niveau de confort de chaque athlète pour pouvoir l'aider à sortir de sa zone de confort.
	<b>Habiletés interpersonnelles de l'animateur de programme</b> : Il est important que les animateurs de programmes soient compréhensifs, bienveillants et empathiques. Les animateurs de programmes doivent avoir une attitude accueillante pour cultiver un environnement social stimulant et favorable.	Les animateurs de programmes qui possèdent d'excellentes compétences interpersonnelles peuvent motiver les enfants à essayer de nouvelles activités et à se mettre au défi de manière sécuritaire. S'assurer d'encourager et de récompenser les tentatives d'acquisition d'habiletés, même si elles ne sont pas réussies pour favoriser un environnement respectueux et de confiance.

## DÉFI (SUITE)

ENVIRONNEMENT	DÉFINITION DE LA STRATÉGIE	EXEMPLE
<b>Social – Pairs</b>	<b>Environnement de groupe :</b> Les environnements de groupe devraient favoriser le travail d'équipe, les interactions sociales, un sentiment d'appartenance et une identité collective chez les pairs. Les animateurs de programmes doivent reconnaître leur rôle dans la promotion d'environnements de groupe positifs.	Les enfants peuvent être mis à l'épreuve de manière appropriée en les regroupant avec des partenaires ou en équipes dont les capacités sont similaires/complémentaires. Conserver les mêmes jumelages d'athlètes d'une séance à l'autre, lorsque cela est possible, pour rehausser leur occasion d'établir des liens solides; les modifier quand les enfants ont eu l'occasion de se mettre mutuellement au défi.
<b>Social – Famille</b>	<b>Collaboration avec les membres de la famille :</b> Une collaboration entre les animateurs de programmes et les membres de la famille devrait être encouragée pour permettre le partage des connaissances, les compréhensions communes et le partenariat.	Les membres de la famille peuvent aider à informer les animateurs de programmes concernant les besoins et les capacités de leurs enfants pour qu'ils puissent personnaliser le programme de manière optimale avec un éventail d'activités représentant un niveau de défi approprié.
<b>Social – Général</b>	<b>Parcours uniques :</b> Tous les enfants devraient avoir une expérience chaleureuse, peu importe la forme que prend leur participation et leurs niveaux de compétition.	Les animateurs de programmes devraient indiquer aux enfants les occasions de passer à des niveaux supérieurs de compétition, s'ils le désirent. Ainsi, les enfants peuvent progresser de manière continue vers des séances/programmes plus avancés.



# ENGAGEMENT

ENVIRONNEMENT	DÉFINITION DE LA STRATÉGIE	EXEMPLE
<b>Physique</b>	<b>Accessibilité</b> : Les environnements devraient être modifiés pour accueillir tous les enfants et répondre à leurs besoins individuels (p. ex. rampes, toilettes adaptées, portes appropriées).	En veillant à ce que l'environnement soit accessible, on améliore la capacité de concentration des enfants durant les activités. Pour encourager un engagement optimal, retirer les sources d'interférences visuelles, physiques et auditives de l'environnement immédiat.
	<b>Accès à l'équipement</b> : Les environnements physiques devraient être dotés de différents équipements (p. ex. différentes tailles et textures) et aides (p. ex. dispositifs d'assistance pour les activités) appropriés.	Conserver tout l'équipement au même endroit à chaque séance pour s'assurer que les enfants ont accès à l'équipement qui répond à leurs besoins. Ne rendre disponible aux athlètes que l'équipement qui sera utilisé durant la séance afin de maintenir leur concentration dans l'instant présent.
	<b>Endroits sûrs</b> : Il est essentiel que les environnements soient conçus pour que les enfants se sentent en sécurité et protégés pour créer une expérience plus agréable. Les environnements familiers sont perçus comme étant sûrs par les enfants.	Les lieux devraient comporter des surfaces molles ou des tapis d'exercice pour encourager la participation et diminuer la crainte à l'égard des chutes et des blessures. Lorsque les enfants se sentent en sécurité, ils peuvent entrer dans la zone et progresser vers de nouvelles habiletés qui les intéressent.
	<b>Déplacements et accès</b> : Le lieu de l'activité est situé de manière pratique. Les programmes qui sont à proximité, qui sont offerts à des moments appropriés (conviennent aux horaires familiaux) et qui sont accessibles au moyen du transport en commun sont appréciés.	Il est essentiel que les activités soient offertes à des moments appropriés qui s'adaptent aux horaires de la famille et aux niveaux d'énergie des enfants pour encourager la concentration et la participation. Proposer des plages horaires, des journées et des lieux variés pour choisir ceux qui conviennent le mieux à vos athlètes.
<b>Programme</b>	<b>Établissement d'objectifs</b> : Les animateurs de programmes devraient encourager les participants à se fixer eux-mêmes des objectifs, car cela est bénéfique pour la motivation et pour créer un sentiment de sens chez eux.	Consulter les athlètes pour mieux comprendre leurs intérêts et leurs défis afin d'orienter le choix d'objectifs réalisables. Si leurs objectifs sont larges ou à long terme, fixer des objectifs à court terme et veiller à ce que les activités de renforcement des habiletés soient d'une durée adéquate. Si les objectifs ne sont pas réalistes et que les activités sont trop longues, il y a de fortes chances que les athlètes vont s'ennuyer ou être distraits et se désintéresser de la séance.
	<b>Niveau de défi individuel</b> : Consulter les participants pour s'assurer que les programmes et les activités sont individualisés en fonction des besoins et des capacités de chaque enfant. De plus, chaque enfant développera des habiletés à un rythme différent et il est crucial que les activités soient personnalisées en conséquence.	Veiller à ce que les activités soient personnalisées favorisera le sentiment d'être dans la zone chez les enfants. Intégrer de nouveaux jeux et activités dans les séances permet à la fois de soutenir l'intérêt de l'athlète et de mettre à l'épreuve ses habiletés ou de lui en faire acquérir de nouvelles d'une façon adéquate.
	<b>Environnement comportant peu de stimulus</b> : Les environnements des programmes devraient tenir compte des sensibilités sensorielles des athlètes qui participent. Des environnements comportant peu de stimulus et de distractions sont donc recommandés.	Consulter les enfants et leurs parents pour veiller à ce que les environnements sensoriels soient optimisés pour la concentration et la participation. Il peut être utile de préparer les enfants (p. ex. programme de la séance) pour favoriser le sentiment d'être dans la zone.
	<b>Jeu libre</b> : Une période de jeu libre devrait être incluse dans le programme pour permettre aux enfants d'interagir avec leurs pairs et de participer à des activités qu'ils aiment.	Le jeu libre peut permettre aux enfants de participer à des activités qu'ils préfèrent tout en se concentrant sur celles-ci. Si les athlètes sont intéressés par une tâche non connexe à l'activité, utiliser une incitation de type « maintenant/après » pour tenter de les intéresser à la tâche en cours et ensuite leur accorder un certain temps pour l'activité qu'ils préfèrent (p. ex. maintenant on fait rebondir le ballon cinq fois, après on joue avec la peluche).
	<b>Options</b> : Les programmes devraient offrir un éventail d'activités présentant différents niveaux de difficulté selon les besoins et les forces des participants.	Permettre aux athlètes de faire preuve d'imagination dans leurs solutions alternatives. Par exemple, si un athlète veut essayer une habileté d'une autre manière que celle qui est enseignée, lui permettre d'essayer avant de le réorienter doucement vers la tâche à accomplir.
<b>Routines</b> : Les routines – une séquence d'activités suivie régulièrement – des programmes peuvent être cruciales pour créer un sentiment de sécurité et favoriser la compréhension des enfants.	Utiliser une routine d'activités régulière pour chaque séance (p. ex. échauffement, activité de groupe, mentorat, jeu libre et relaxation) pour favoriser l'engagement et la concentration. Veiller aussi à ce que chaque séance ait lieu dans un milieu stable pour que les athlètes se familiarisent avec et s'y sentent à l'aise.	

# ENGAGEMENT (SUITE)

ENVIRONNEMENT	DÉFINITION DE LA STRATÉGIE	EXEMPLE
	<p><b>Activités sécuritaires :</b> Les activités devraient être à faible risque et limiter la possibilité de blessures. Les animateurs de programmes devraient surveiller l'environnement pour y apporter des changements, au besoin, et inclure des pauses pour s'assurer que les enfants peuvent effectuer les activités de manière appropriée.</p> <p><b>Structure :</b> Les programmes devraient être structurés et organisés en fonction d'un but précis tout au long des séances, tout en s'adaptant aux objectifs et aux champs d'intérêt des participants.</p>	<p>Expliquer la raison et le but de l'activité pour encourager une compréhension uniforme au sein du groupe et offrir des conseils de sécurité pour prévenir les blessures. Lorsque les enfants se sentent en sécurité lorsqu'ils participent aux activités, ils peuvent mieux se concentrer et prendre conscience de la façon dont ils se sentent dans le moment présent.</p> <p>Avoir un programme structuré qui comporte des activités données dans un but précis peut améliorer la compréhension et la concentration des enfants, ainsi que leur participation active aux programmes.</p>
<p><b>Social – Animateur de programme</b></p>	<p><b>Conseils sur le comportement :</b> Les animateurs de programmes devraient avoir de l'expérience dans l'offre de conseils sur le comportement pour les enfants et les jeunes ayant une déficience intellectuelle ou développementale. Les difficultés/défis comportementaux qui surviennent devraient être gérés de manière appropriée et les animateurs de programmes devraient être préparés à gérer tout comportement nuisible à l'athlète ou aux autres.</p> <p><b>Habilités interpersonnelles de l'animateur de programme :</b> Il est important que les animateurs de programmes soient compréhensifs, bienveillants et empathiques. Les animateurs de programmes doivent avoir une attitude accueillante pour cultiver un environnement social stimulant et favorable.</p> <p><b>L'animateur de programme encourage l'autonomie :</b> Les enfants devraient être consultés, avoir l'impression que l'on tient compte de leurs idées et être encouragés à exprimer leurs opinions.</p> <p><b>L'animateur de programme encourage des communications ouvertes :</b> Les animateurs de programmes devraient avoir d'excellentes habiletés en communication et en écoute pour que les enfants et les jeunes ayant une déficience intellectuelle ou développementale puissent communiquer ouvertement leurs besoins.</p> <p><b>Connaissances, habiletés et apprentissages des animateurs de programmes :</b> Les animateurs de programmes devraient être préparés, compétents et novateurs, faire preuve de souplesse et consulter les enfants pour prendre des décisions collaboratives. De plus, ils devraient être outillés pour désamorcer les conflits et adapter les activités.</p> <p><b>L'animateur de programme valide les contributions :</b> Les animateurs de programmes devraient valider les contributions des enfants et encourager les pairs à reconnaître les réalisations de chacun. Une validation peut comprendre des distinctions, des prix et/ou des félicitations verbales pour reconnaître la réussite (p. ex. autocollants, « tope là »).</p>	<p>Les animateurs de programmes devraient être préparés à encadrer la participation des enfants en renforçant les comportements positifs, en faisant preuve de clarté dans leurs attentes, leurs signaux et leurs commentaires et en corrigeant les faux pas lorsqu'ils ont lieu. Montrer les étapes d'une activité pour aider les athlètes à comprendre les tâches. Fournir un niveau approprié d'encouragement pour aider les athlètes à rester concentrés tout au long des activités, mais seulement lorsqu'ils ont besoin d'aide.</p> <p>Les animateurs de programmes devraient être enthousiastes (p. ex. encourager de façon continue, rétroaction positive) et démontrer un réel engagement à travailler avec les enfants (p. ex. montrer de la souplesse par rapport aux besoins des athlètes et du dévouement à l'égard des progrès de l'athlète et de la cohésion du groupe) pour accroître leur engagement. Les animateurs de programmes qui participent activement eux-mêmes sont davantage en mesure de favoriser la concentration et le sentiment d'être dans la zone pour les participants.</p> <p>Lorsque les enfants sont invités à faire part de leurs idées et opinions, ils participent de manière plus active aux programmes. Travailler avec l'athlète pour personnaliser les activités ou les rendre plus divertissantes, surtout si l'athlète n'est pas motivé par une tâche en particulier.</p> <p>Les animateurs de programmes qui encouragent les enfants à contribuer activement et à faire part de leurs idées peuvent mieux mobiliser et motiver les participants aux séances. Créer un horaire visuel avec les athlètes pour qu'ils sachent à quoi s'attendre, se sentent davantage en contrôle et puissent émettre des commentaires sur les activités qu'ils préfèrent. Cela démontre que leur contribution est appréciée.</p> <p>Les instructeurs devraient posséder les connaissances et les compétences pour maintenir tous les enfants sur la bonne voie et faire en sorte qu'ils participent activement lors de la séance. Avant de donner des instructions, demander à l'athlète d'effectuer des tâches simples (p. ex. toucher son nez, applaudir une fois, etc.) pour que les athlètes soient attentifs aux renseignements qui suivent. Après avoir donné les instructions, poser des questions aux athlètes pour vérifier s'ils ont compris l'information présentée et ce qui est attendu.</p> <p>Reconnaître la participation des enfants peut renforcer l'engagement et les contributions actives. Renforcer positivement les comportements engagés (p. ex. lorsque les athlètes sont pleinement concentrés sur l'activité) avec le type de félicitations que l'athlète préfère (p. ex. « tope là », applaudissements, activité préférée, pause, etc.).</p>

# ENGAGEMENT (SUITE)

ENVIRONNEMENT	DÉFINITION DE LA STRATÉGIE	EXEMPLE
Social – Pairs	<p><b>Environnement de groupe :</b> Les environnements de groupe devraient favoriser le travail d'équipe, les interactions sociales, un sentiment d'appartenance et une identité collective chez les pairs. Les animateurs de programmes doivent reconnaître leur rôle dans la promotion d'environnements de groupe positifs.</p>	<p>Les environnements de groupe peuvent être utilisés comme méthode pour engager les enfants (p. ex. faire résoudre un problème à une équipe peut augmenter la participation active à la séance). Autant que possible, refaire les activités de groupe au cours des séances suivantes pour qu'elles aient un caractère familier pour les athlètes.</p>
	<p><b>Mentorat et modèle :</b> Les enfants ont des occasions de se guider mutuellement ou de chercher à établir des relations avec des mentors personnels. Les pairs contribuent également au processus d'enseignement/apprentissage.</p>	<p>L'engagement et la concentration dans la tâche à accomplir peuvent être favorisés en offrant aux enfants le choix de modéliser des habiletés liées à leurs champs d'intérêt. Fournir un niveau approprié d'encouragement pour aider les athlètes au cours d'activités en dyades, mais seulement lorsqu'ils ont besoin d'aide.</p>
Social – Famille	<p><b>Collaboration avec des membres de la famille :</b> Une collaboration entre les animateurs de programmes et les membres de la famille devrait être encouragée pour favoriser un partage des connaissances, des compréhensions communes et un partenariat.</p>	<p>Demander aux parents/tuteurs d'apporter des renforçateurs (p. ex. jouet préféré, livre) aux séances, pour qu'ils puissent être utilisés comme récompense pour aider à motiver les athlètes. Utiliser des énoncés de type « maintenant/après » pour aider à engager les athlètes dans l'activité à accomplir (p. ex. maintenant nous faisons des tirs au panier, après nous lirons le livre).</p>
	<p><b>Informier les membres de la famille :</b> Il est crucial que les instructeurs puissent répondre aux questions des parents et des participants et aussi, renseigner les parents sur la façon dont ils peuvent soutenir des activités à la maison pour garantir des expériences réussies pour les enfants.</p>	<p>Les membres de la famille qui connaissent des possibilités et des techniques pour engager leurs enfants peuvent aider à faciliter des expériences positives autant durant la participation qu'après celle-ci. Veiller à ce que les activités à faire à la maison soient très simples pour que les athlètes et les membres de la famille comprennent facilement ce qui est attendu d'eux.</p>
	<p><b>Soutien et intégration de la famille :</b> Offrir des occasions pour que les membres de la famille appuient la participation de leurs enfants en les intégrant dans les activités et la communauté de manière plus globale. L'intégration de la famille ne devrait toutefois pas interférer avec l'indépendance des athlètes.</p>	<p>La fratrie peut être un modèle positif et faciliter l'engagement des enfants lorsqu'on leur offre l'occasion de se joindre à eux d'une façon qui n'interfère pas avec l'indépendance de l'athlète. Les athlètes peuvent puiser dans l'enthousiasme des membres de leurs familles et s'engager davantage dans l'activité. Organiser des parties opposant les membres des familles/le personnel et les athlètes permettent aux athlètes de pratiquer l'habileté dans un nouvel environnement.</p>

# AUTONOMIE

ENVIRONNEMENT	DÉFINITION DE LA STRATÉGIE	INCIDENCE SUR L'ÉLÉMENT
<b>Physique</b>	<b>Accès à l'équipement</b> : Les environnements physiques devraient être dotés de différents équipements (p. ex. différentes tailles et textures) et aides (p. ex. dispositifs d'assistance pour les activités) appropriés.	L'accès à différents équipements peut offrir un choix aux enfants et favoriser un sentiment de contrôle tout en acquérant une habileté (p. ex. lancer un ballon dans un cerceau plutôt que dans un panier de basketball, fournir un plus gros ballon qui sera plus facile à botter, etc.).
<b>Programme</b>	<b>Établissement d'objectifs</b> : Les animateurs de programmes devraient encourager les participants à se fixer eux-mêmes des objectifs, car cela est bénéfique pour la motivation et pour créer un sentiment de sens chez eux.	Offrir aux enfants la possibilité d'établir des objectifs de leur choix peut leur donner le sentiment d'être en contrôle. Aider les athlètes à établir des objectifs personnalisés, simples et réalisables. Apprendre à connaître les capacités, les forces et les faiblesses d'un athlète pour l'aider à surmonter des obstacles.
	<b>Jeu libre</b> : Une période de jeu libre devrait être incluse dans le programme pour permettre aux enfants d'interagir avec leurs pairs et de participer à des activités qu'ils aiment.	Bien qu'il soit recommandé que le programme soit structuré, prévoir du temps pour le jeu libre pour que les athlètes essaient des activités de leur choix. Créer des compétitions amicales entre le personnel/les bénévoles et les athlètes, dans lesquelles les athlètes ont l'occasion de mettre de l'avant leurs habiletés et d'en essayer de nouvelles.
	<b>Options</b> : Les programmes devraient offrir un choix d'activités présentant différents niveaux de difficulté selon les besoins et les forces des participants.	Fournir aux participants un choix d'activités, d'équipements, de modifications, etc. Les instructeurs devraient rechercher activement et présenter des choix et des occasions aux enfants.
<b>Social – Animateur de programme</b>	<b>L'animateur de programme encourage l'autonomie</b> : Les enfants devraient être consultés, avoir l'impression que l'on tient compte de leurs idées et être encouragés à exprimer leurs opinions.	Les instructeurs devraient offrir un choix (p. ex. entre des objets) lors de l'animation des programmes pour s'assurer que les enfants se sentent consultés. Si un athlète ne veut pas participer à une activité en particulier, lui offrir un choix d'activités similaires qui ciblent la même habileté.
	<b>L'animateur de programme encourage des communications ouvertes</b> : Les animateurs de programmes devraient avoir d'excellentes habiletés en communication et en écoute pour que les enfants et les jeunes ayant une déficience intellectuelle ou développementale puissent communiquer ouvertement leurs besoins.	Les instructeurs peuvent utiliser différents signaux de communication (p. ex. verbaux, visuels, tactiles) et méthodes (p. ex. consultation en un pour un, objectifs écrits) pour offrir des moyens alternatifs aux enfants d'exprimer leurs idées et opinions.

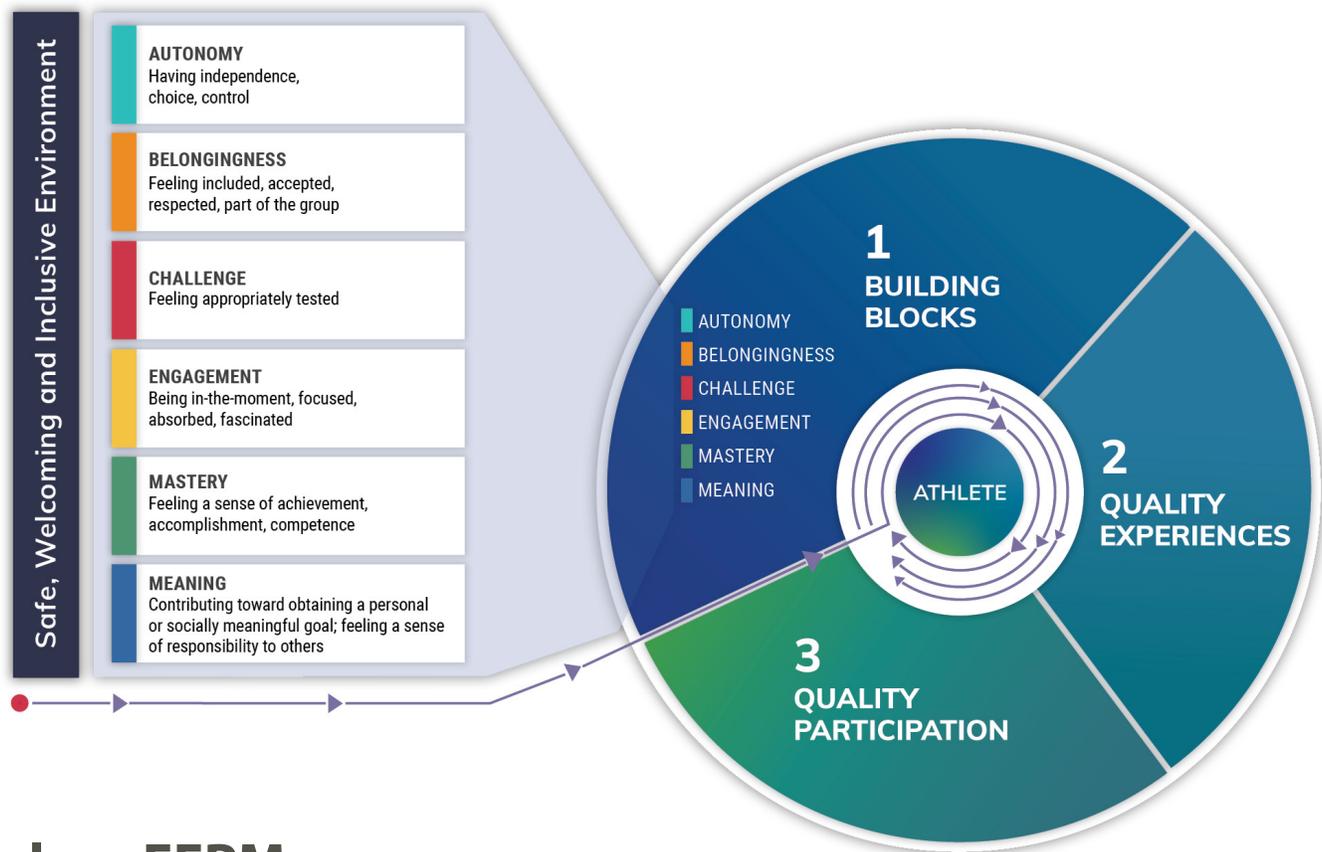


ENVIRONNEMENT	DÉFINITION DE LA STRATÉGIE	EXEMPLE
<b>Programme</b>	<b>Diversité</b> : En général, les enfants aiment participer dans des environnements avec des personnes ayant des capacités différentes par rapport à leurs habiletés, âge et état de personne handicapée, s'ils favorisent la participation de tout le monde.	Veiller à ce que les environnements de participation soient adaptés et inclusifs pour les enfants ayant diverses capacités peut favoriser le sentiment d'avoir un but chez les athlètes. En apprendre davantage sur l'athlète (champs d'intérêt, capacités, façon de communiquer, aversions, etc.) pour optimiser les interactions avec les athlètes.
	<b>Établissement d'objectifs</b> : Les animateurs de programmes devraient encourager les participants à se fixer eux-mêmes des objectifs, car cela est bénéfique pour la motivation et pour créer un sentiment de sens chez eux.	Les instructeurs devraient encourager les athlètes à établir des objectifs pour les activités et les séances qui sont significatifs pour eux et leur donnent un sentiment du devoir. Aider les athlètes à établir des objectifs personnalisés et réalisables autant spécifiquement pour la séance que pour la durée du programme ou de la saison (p. ex. : des objectifs à court et à long terme). Lorsque c'est possible, aider les athlètes à établir des objectifs qui encourageront l'épanouissement personnel.
	<b>Niveau de défi individuel</b> : Consulter les participants pour s'assurer que les programmes et les activités sont individualisés en fonction des besoins et des capacités de chaque enfant. De plus, chaque enfant développera des habiletés à un rythme différent et il est crucial que les activités soient personnalisées en conséquence.	Les enfants désirent développer de nouvelles habiletés étape par étape de manière à pouvoir les exécuter avec succès par eux-mêmes. Lorsque les activités sont correctement adaptées aux besoins des enfants, ils peuvent connaître la réussite tout en atteignant des objectifs significatifs sur les plans personnel et social.
	<b>Options</b> : Les programmes devraient offrir un éventail d'activités présentant différents niveaux de difficulté selon les besoins et les forces des participants.	Intégrer des choix qui concordent avec les objectifs et les champs d'intérêt de l'enfant peut favoriser un sentiment de sens. Autant que possible, incorporer de la latitude dans la programmation, dans le cadre de laquelle les athlètes peuvent choisir quelles activités faire, ainsi que l'ordre dans lequel les faire et/ou le moment et la durée des pauses.
<b>Social – Animateur de programme</b>	<b>L'animateur de programme encourage l'autonomie</b> : Les enfants devraient être consultés, avoir l'impression que l'on tient compte de leurs idées et être encouragés à exprimer leurs opinions.	Les animateurs de programmes qui reconnaissent les capacités d'indépendance et d'autonomie de leurs athlètes peuvent contribuer à ce que les enfants trouvent un sens à leur participation. Impliquer les athlètes dans les décisions relatives à la programmation (p. ex. couleur de l'équipement, ordre des activités, nom du groupe), pour qu'ils aient leur mot à dire dans les activités de la séance.
	<b>L'animateur de programme encourage des communications ouvertes</b> : Les animateurs de programmes devraient avoir d'excellentes habiletés en communication et en écoute pour que les enfants et les jeunes ayant une déficience intellectuelle ou développementale puissent communiquer ouvertement leurs besoins.	Lorsque les enfants ressentent qu'ils peuvent communiquer librement leurs besoins et objectifs, les animateurs de programmes pourront créer un environnement plus significatif et adapté de manière plus réfléchie. Prendre le temps de parler aux athlètes individuellement et conserver un journal des éléments essentiels de ces conversations en dossier pour s'assurer d'intégrer les commentaires des athlètes aux séances ultérieures.
	<b>L'animateur de programme valide les contributions</b> : Les animateurs de programmes devraient valider les contributions des enfants et encourager les pairs à reconnaître les réalisations de chacun. Une validation peut comprendre des distinctions, des prix et/ou des félicitations verbales pour reconnaître la réussite (p. ex. autocollants, « tope là »).	En s'assurant que les réussites des enfants sont reconnues, les animateurs de programmes peuvent aider les enfants à sentir qu'ils ont atteint des objectifs significatifs pour eux. Considérer mettre en œuvre un système de récompenses, dans lequel les athlètes obtiennent un prix, un autocollant ou un renforçateur pour assister aux séances et y participer. Remettre les récompenses d'une manière agréable pour l'athlète (p. ex. pouces en l'air silencieux, etc.).
	<b>Habiletés interpersonnelles de l'animateur de programme</b> : Il est important que les animateurs de programmes soient compréhensifs, bienveillants et empathiques. Les animateurs de programmes doivent avoir une attitude accueillante pour cultiver un environnement social stimulant et favorable.	Les animateurs de programmes qui démontrent de l'acceptation et du soutien peuvent mieux engager les enfants dans l'atteinte d'objectifs significatifs sur les plans personnel et social. Démontrer un esprit d'équipe pour aider à enseigner aux athlètes comment interagir avec leurs coéquipiers et élaborer des stratégies pour favoriser un environnement de programme respectueux (p. ex. porte-nom pour les athlètes, « tope là » de la part des pairs pour reconnaître les contributions, etc.).

# SENS (SUITE)

ENVIRONNEMENT	DÉFINITION DE LA STRATÉGIE	EXEMPLE
Social – Pairs	<p><b>Environnement de groupe :</b> Les environnements de groupe devraient favoriser le travail d'équipe, les interactions sociales, un sentiment d'appartenance et une identité collective chez les pairs. Les animateurs de programmes doivent reconnaître leur rôle dans la promotion d'environnements de groupe positifs.</p>	<p>Les enfants qui sont encouragés à travailler ensemble en tant que groupe peuvent ressentir un sentiment de devoir et de responsabilité et viser des objectifs significatifs sur le plan social. Fournir des chandails ou des uniformes pour que les athlètes aient un sentiment d'appartenance à une communauté et proposer des parties ou des jeux en plus grands groupes dans lesquels les athlètes ont la possibilité de travailler en équipe avec leurs pairs. Si la dynamique de groupe cause de l'anxiété, planifier un contexte d'enseignement en un pour un avec un bénévole ou jumeler des athlètes si ce n'est pas faisable.</p>
	<p><b>Mentorat et modèle :</b> Les enfants ont des occasions de se guider mutuellement ou de chercher à établir des relations avec des mentors personnels. Les pairs contribuent également au processus d'enseignement/apprentissage.</p>	<p>Les encourager à rejoindre le groupe avec leur personne de soutien. Offrir des occasions aux athlètes de devenir des partenaires de jeu pour les séances ultérieures afin d'apprendre ou de travailler de nouvelles habiletés ensemble. Le mentorat et le modèle amènent les enfants à travailler pour atteindre des objectifs significatifs sur les plans social et personnel en tant qu'équipe.</p>
Social – Général	<p><b>Protection contre le harcèlement :</b> Tous les enfants devraient pouvoir s'entraîner, parvenir à la maîtrise et s'exprimer sans être surveillés ni humiliés. Les animateurs de programmes doivent préparer des stratégies pour aider les enfants à parler de leurs expériences sociales négatives et à y faire face, ainsi que pour gérer efficacement des comportements problématiques.</p>	<p>Les instructeurs devraient encourager les enfants à atteindre un objectif commun (p. ex. partie opposant l'animateur de programme et les bénévoles aux athlètes) puisqu'il a été démontré que cela développe un sentiment de sens et le partage des champs d'intérêt chez les enfants. Préparer les athlètes à des situations potentiellement tendues (p. ex. jeu où il y aura un perdant) en leur expliquant l'esprit sportif et la façon de bien réagir si leur équipe perd (p. ex. serrer les mains, féliciter l'autre équipe).</p>
	<p><b>Attitudes bienveillantes :</b> Les enfants perçoivent les attitudes sociétales positives par rapport à leur participation, particulièrement celles des membres d'OSC. Les animateurs de programmes devraient s'assurer que tous les enfants se sentent appuyés et reconnus par eux, ainsi que par leurs pairs.</p>	<p>En appuyant la participation des enfants, ils peuvent sentir qu'ils ont les capacités d'atteindre des objectifs significatifs sur les plans social et personnel. Encourager les athlètes à applaudir leurs pairs ou leur dire quelques paroles d'encouragement. Donner une rétroaction positive lorsque les athlètes démontrent un comportement respectueux et inclusif à l'égard de leurs pairs.</p>
	<p><b>État de personne handicapée :</b> Les environnements devraient appuyer tout le monde de manière équitable, car cela mène à des interactions mutuellement satisfaisantes.</p>	<p>Les activités qui ont été conçues pour inclure de façon réfléchie tous les enfants peuvent les aider à développer un sentiment de sens tout en y participant. Fournir un renforcement positif lorsque les athlètes font preuve de responsabilité envers les autres et d'esprit d'équipe. C'est souvent plus difficile avec les enfants ayant une déficience intellectuelle ou développementale, récompenser le comportement prosocial et compatissant est donc important.</p>

# ÉTABLIR UN PLAN POUR AMÉLIORER LA QUALITÉ DU PROGRAMME



## Analyse FFPM :

**Forces :** Quels éléments constitutifs sont les forces de votre programme? Dans quelle mesure ces forces correspondent-elles aux priorités de votre programme?

**Faiblesses :** Quels éléments constitutifs correspondent aux priorités de votre programme, mais n'en sont actuellement pas les forces?

**Possibilités :** Identifier jusqu'à trois éléments constitutifs sur lesquels votre programme pourrait se concentrer pour améliorer la qualité de la participation des athlètes. Identifier des stratégies que votre programme pourrait intégrer pour soutenir ces éléments constitutifs. Prendre quelques notes sur la façon dont ces stratégies peuvent être intégrées dans votre programme. Considérer s'il y a des occasions à venir pour intégrer ces stratégies, comme un camp d'entraînement, des possibilités de financement, etc.

**Menaces :** Identifier tout obstacle ou toute menace qui pourrait vous empêcher de mettre en œuvre vos stratégies pour cibler ces éléments constitutifs à l'avenir.