

# Un plan pour développer une participation de qualité dans le sport chez les enfants, les jeunes et les adultes en situation de handicap



Mention de source : Comité paralympique canadien



cdpp

Canadian Disability Participation Project

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

# TABLE DES MATIÈRES

<b>PRÉFACE</b> .....	3
<b>INTRODUCTION</b> .....	4
<b>PARTIE 1 : LES CONCEPTS CLÉS DE LA PARTICIPATION DE QUALITÉ</b>	
Les éléments constitutifs d'une expérience et d'une participation de qualité .....	6
Les stratégies fondamentales dans la création d'une expérience et d'une participation de qualité .....	7
<b>PARTIE 2 : LES OUTILS POUR CRÉER UNE PARTICIPATION DE QUALITÉ</b>	
Un processus en quatre étapes pour créer une participation de qualité .....	9
<b>Étape 1</b> : Collecte de renseignements .....	10
<b>Étape 2</b> : Liste de vérification d'une participation de qualité .....	11
Liste de vérification de l'environnement physique .....	12
Liste de vérification de l'environnement du programme .....	13
Liste de vérification de l'environnement social	
Entraîneur ou instructeur .....	16
Pairs .....	18
Famille .....	19
Général .....	20
<b>Étape 3</b> : Outil d'évaluation et d'amélioration du programme –	
Rassembler toutes les données .....	21
Analyse FFPM : Quelles comparaisons pouvez-vous faire entre vos totaux et le classement de vos priorités? .....	21
<b>Étape 4</b> : Outil d'évaluation et d'amélioration du programme –	
Établir un plan pour améliorer la qualité du programme .....	22
<b>Guide de référence rapide sur les stratégies fondamentales en fonction des éléments constitutifs</b>	
L'appartenance .....	23
L'autonomie .....	24
La maîtrise .....	25
Le défi .....	26
L'engagement .....	27
Le sens .....	28

# PRÉFACE

## APERÇU

Le plan pour développer une participation de qualité dans le sport chez les enfants, les jeunes et les adultes en situation de handicap présente des concepts clés qui soutiennent une participation de qualité et fournit des outils pour la développer dans le cadre des programmes sportifs. Les données de recherche appuyant ce plan sont résumées dans un rapport complémentaire : *Evidence-Based Strategies for Building Quality Participation in Sport for Children, Youth, and Adults with a Disability* (disponible sur le site Web [www.cdpp.ca](http://www.cdpp.ca)). Un article scientifique connexe est également disponible sur le site [www.cdpp.ca](http://www.cdpp.ca) :

Evans, M. B., Shirazipour, C. S., Allan, V., Zanhour, M., Sweet, S. N., Martin Ginis, K. A., et Latimer-Cheung, A. E. (2018), Integrating insights from the parasport community to understand optimal experiences: The Quality Parasport Participation Framework, *Psychology of Sport & Exercise*, volume 37, pp. 79-90, <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.04.009>.

## FINANCEMENT

Ces travaux sont financés par une subvention de partenariat du Conseil de recherches en sciences humaines du Canada (subvention n° 895-2013-1021), pour le Projet canadien sur la participation sociale des personnes en situation de handicap ([www.cdpp.ca](http://www.cdpp.ca)).

## CITATION

Projet canadien sur la participation sociale des personnes en situation de handicap, 2018, *Un Plan pour développer une participation de qualité dans le sport chez les enfants, les jeunes et les adultes en situation de handicap*, Université de la Colombie-Britannique, Kelowna, C.-B.

## SITE WEB

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

## AUTEURS

Ce plan a été élaboré par :  
Jasmin Ma, M. Sc., candidate au doctorat à l'Université de la Colombie-Britannique  
Veronica Allan, M. Sc., candidate au doctorat à l'Université Queen's

## COLLABORATEURS

Jasmin Ma, Université de la Colombie-Britannique  
Veronica Allan, Université Queen's  
Amy Latimer-Cheung, Université Queen's  
Blair Evans, Université de l'État de la Pennsylvanie  
Celina Shirazipour, Université Dalhousie  
Kathleen Martin Ginis, Université de la Colombie-Britannique

## REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier les administrateurs, les entraîneurs et les athlètes en sport adapté, qui ont transmis une rétroaction quant aux ébauches de ce plan.

## DONNÉES SUR LA PUBLICATION

Avril 2023 – version 2.0

## COORDONNÉES

<https://cdpp.ca/contact>

© Projet canadien sur la participation sociale des personnes en situation de handicap, janvier 2020

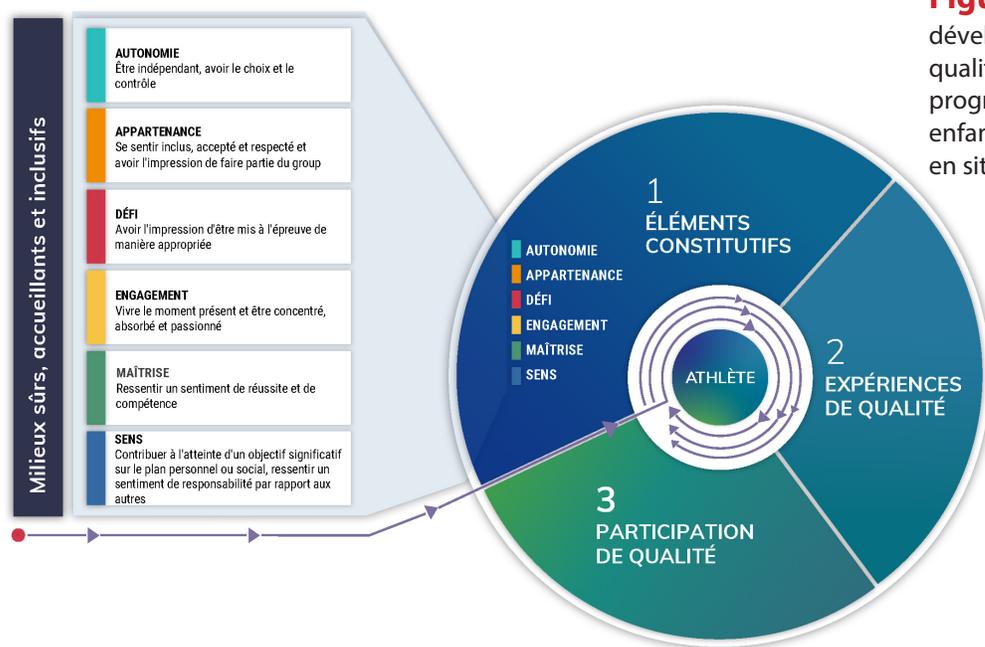
# Introduction

## Objectif

Ce plan a été élaboré pour les concepteurs de programme, notamment les administrateurs, les entraîneurs et les décideurs politiques. Il présente les concepts clés qui soutiennent une participation de qualité et fournit des outils pour la développer dans le cadre des programmes sportifs pour les enfants, les jeunes et les adultes en situation de handicap.

## 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.



**Figure 1.** Un plan pour développer une participation de qualité dans le cadre d'un programme sportif pour les enfants, les jeunes et les adultes en situation de handicap.

## La façon de développer une participation de qualité

Comme le plan l'indique, une participation de qualité est développée à partir des expériences positives vécues par un athlète. Une exposition répétée et soutenue à des expériences de qualité devrait contribuer à une participation de qualité durable. Une expérience de qualité est développée à partir de six éléments constitutifs : l'appartenance, l'autonomie, la maîtrise, le défi, l'engagement et le sens. À leur tour, ces six éléments constitutifs doivent être soutenus par une base appropriée consistant en des environnements physiques, sociaux et du programme, qui sont accueillants, accessibles et favorables.

## Le plan

La prochaine section du présent document (Partie 1) précise davantage les éléments clés nécessaires au développement d'une expérience et d'une participation de qualité en sport adapté, en commençant par la base, pour ensuite développer sur celle-ci. La Partie 2, qui comprend la *Liste de vérification d'une participation de qualité* et l'*Outil d'évaluation et d'amélioration du programme*, offre des conseils aux concepteurs de programme, au fil de leur travail, pour veiller à tenir compte de ces éléments clés et à les intégrer dans leurs programmes.

# Partie 1 : Présentation des concepts clés de la participation de qualité



# Les éléments constitutifs d'une expérience et d'une participation de qualité

Appartenance	Autonomie	Maîtrise	Défi	Engagement	Sens
Se sentir inclus, accepté et respecté et avoir l'impression de faire partie du groupe	Être indépendant, avoir le choix et le contrôle	Ressentir un sentiment de réussite et de compétence	Avoir l'impression d'être mis à l'épreuve de manière appropriée	Vivre le moment présent et être concentré, absorbé et passionné	Contribuer à l'atteinte d'un objectif significatif sur le plan personnel ou social, ressentir un sentiment de responsabilité par rapport aux autres

Ces six éléments constitutifs, lorsqu'ils sont superposés sur des bases favorables, donnent lieu à des expériences sportives positives et agréables. Une exposition répétée et soutenue à ces expériences de qualité devrait mener à une participation de qualité durable. La *Liste de vérification d'une participation de qualité* associe ces éléments constitutifs aux stratégies environnementales fondamentales qui les soutiennent.



Mention de source : Comité paralympique

## Éléments clés

- L'expérience de qualité est individuelle et dynamique :
  1. 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.
  2. 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, on peut également obtenir des résultats concrets en ne s'appuyant que sur certains d'entre eux. 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.
- Établissez la priorité parmi les six éléments constitutifs en fonction de la mission et de la vision de votre organisation ainsi que de la majorité des besoins de vos athlètes. N'oubliez pas que votre mission et votre vision doivent être claires, afin que les attentes des athlètes par rapport aux résultats de leur participation soient appropriées.

# Les stratégies fondamentales pour développer une expérience et une participation de qualité

Environnement physique

Environnement du programme

Environnement social

De nombreuses stratégies peuvent être employées pour veiller à ce que les environnements physiques, sociaux et du programme du sport adapté soient en mesure de fournir une base solide sur laquelle s'appuieront les six éléments constitutifs et, au bout du compte, de favoriser une participation et des expériences sportives de qualité. La *Liste de vérification d'une participation de qualité* dresse une liste de ces stratégies et d'exemples de façons dont on peut les intégrer dans un programme de sport adapté (voir la page 11).



Mention de source : Comité paralympique canadien

## Éléments clés

- Certaines des stratégies sont importantes pour le développement d'expériences de qualité et sont également essentielles pour donner lieu à toute forme de participation.
- 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.
- Plusieurs de ces stratégies sont associées à l'environnement social. Ces stratégies sont classées dans quatre catégories :
  - 1) Entraîneur ou instructeur
  - 2) Pairs
  - 3) Famille
  - 4) Général

# Partie 2 : Les outils pour développer une participation de qualité



# Un processus en quatre étapes pour développer une participation de qualité

Vous trouverez ci-dessous un processus en quatre étapes pour vous orienter dans l'évaluation de la participation de qualité à un programme. Les outils fournis à chaque étape vous aideront à définir les priorités, les forces et les faiblesses de votre programme. Suivre ce processus vous permettra de mettre au point un plan afin d'optimiser une participation de qualité dans le cadre de votre programme.

## Le processus en quatre étapes

	Outil	Objectif
<b>ÉTAPE 1</b>	Collecte de renseignements	Établir et affiner les énoncés de mission et de vision de votre organisation et comprendre la majorité des besoins de vos athlètes.
<b>ÉTAPE 2</b>	La liste de vérification d'une participation de qualité	Évaluer et démontrer de quelle façon votre organisation met actuellement en œuvre de bonnes stratégies, qui contribuent à des bases solides pouvant appuyer les six éléments constitutifs.
<b>ÉTAPE 3</b>	Outil d'évaluation et d'amélioration du programme – Rassembler toutes les données	Calculer les points de la liste de vérification pour cibler les éléments constitutifs et les stratégies pouvant être intégrés afin d'améliorer la qualité de la participation.
<b>ÉTAPE 4</b>	Outil d'évaluation et d'amélioration du programme – Développer sa stratégie en matière de participation de qualité	Prioriser ses stratégies et élaborer un plan pour intégrer les éléments constitutifs manquants.

## Étape 1 : Collecte de renseignements

### Établir et affiner les énoncés de mission et de vision de votre organisation et comprendre la majorité des besoins de vos athlètes.

Vos énoncés de vision ou de mission devraient stipuler clairement si votre programme offre principalement des possibilités de divertissement, d'entraînement, de compétition ou une combinaison de celles-ci.

Demandez une rétroaction à vos athlètes pour comprendre les raisons pour lesquelles ils y participent. Cela vous permettra de déterminer les éléments constitutifs sur lesquels vous concentrer et, au bout du compte, de prioriser les stratégies à utiliser.

Mission/Vision	Besoins des athlètes

Classez les éléments constitutifs ci-dessous selon leur ordre d'importance par rapport aux priorités de votre organisation, en fonction de vos énoncés de mission et de vision ainsi que des besoins de vos athlètes. Transcrivez ce classement au bas de la page 21, à la ligne *Classement des priorités*.

Appartenance	Autonomie	Maîtrise	Défi	Engagement	Sens
Faire partie d'un groupe	Avoir la capacité de faire des choix	Avoir du succès	Avoir l'impression d'être mis à l'épreuve de manière appropriée	Se sentir impliqué	Faire en sorte que cela compte

### Classez les éléments constitutifs :

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_

## Étape 2 : Liste de vérification d'une participation de qualité

### Objectif :

La présente *Liste de vérification d'une participation de qualité* est conçue pour aider les concepteurs de programme à identifier i) des stratégies pour renforcer le soutien fondamental offert par l'environnement physique, social et du programme de leur programme ainsi que ii) les principaux éléments constitutifs (appartenance, autonomie, maîtrise, défi, engagement et sens) qu'il importe de superposer à la base, afin d'améliorer la qualité de l'expérience et de la participation des athlètes.

<b>2a)</b>	<b>Évaluez à quel point votre organisation cible correctement chacune de ces stratégies.</b> 0 = Stratégie non ciblée : L'organisation n'a pas eu recours à cette stratégie. 1 = Stratégie partiellement ciblée : Certains éléments de cette stratégie ont été mis en œuvre, mais des améliorations sont possibles. 2 = Stratégie pleinement ciblée : Cette stratégie est bien intégrée et l'organisation en est satisfaite.
<b>2b)</b>	<b>Justifiez votre pointage actuel au moyen d'exemples précis.</b> Par exemple, si votre organisation a accordé un point à Accès à l'équipement, vous pourriez justifier ce pointage en précisant « nous disposons de fauteuils roulants de sport, mais il manque certains équipements, notamment des gants facilitant la préhension et des sangles pectorales. »
<b>2c)</b>	<b>Transcrivez votre pointage actuel aux éléments constitutifs correspondants.</b> Ligne par ligne, transcrivez le pointage actuel à chacune des cases vides des colonnes Éléments constitutifs ciblés. Par exemple, si un 2 est inscrit dans la colonne du pointage actuel pour l'accessibilité, on doit transcrire ce 2 sur la même ligne, dans les colonnes Appartenance, Autonomie et Engagement.
<b>2d)</b>	<b>Calculez les points.</b> Additionnez les points dans chaque colonne des éléments constitutifs pour obtenir des pointages propres à chaque élément constitutif. Additionnez les points de chacun des éléments constitutifs pour obtenir un pointage total pour la stratégie fondamentale. Il n'y a pas de seuil pour un « bon » ou un « mauvais » pointage. Ces pointages servent uniquement à vous aider à cibler les stratégies et les éléments constitutifs par rapport auxquels des améliorations sont possibles (et l'environnement dans lequel ils se trouvent), puis à évaluer leur évolution au fil du temps.

## Étape 2 : Liste de vérification de l'environnement physique

### Rappels pour remplir la liste de vérification :

2a) Dans la case Pointage, évaluez à quel point votre organisation intègre **actuellement** chacune de ces stratégies sur une échelle de 0 à 2.

2b) Dans la case Justification du pointage, justifiez votre pointage **actuel** au moyen d'exemples précis.

2c) Dans les cases Éléments constitutifs ciblés, procédez ligne par ligne et transcrivez le pointage actuel dans chacune des cases vides.

2d) Calculez les points des éléments constitutifs. Additionnez les points de chaque colonne des éléments constitutifs, puis ceux de chaque élément constitutif pour obtenir le pointage total.

Stratégie	Définition	Exemples	Pointage  (0-2)	Éléments constitutifs ciblés						Justification du pointage
				Appartenance	Autonomie	Maîtrise	Défi	Engagement	Sens	
<b>Accessibilité</b>	Les installations sont configurées pour permettre aux participants d'y accéder.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Des toilettes et des vestiaires accessibles sont disponibles et peuvent accueillir tous les participants.</li> <li>Les entrées et les sorties sont larges; l'accès à l'équipement est spacieux.</li> </ul>								
<b>Déplacements et accès</b>	Le milieu sportif est situé de manière pratique pour les participants; les participants peuvent facilement y accéder.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les installations sont facilement accessibles en transport en commun.</li> <li>Un stationnement accessible est disponible.</li> <li>Le bâtiment dispose de rampes et d'ascenseurs.</li> </ul>								
<b>Endroits sûrs</b>	Les participants sont assurés de la sécurité des installations et des lieux.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le personnel est adéquatement formé et accrédité.</li> <li>Une supervision ou une surveillance appropriée est offerte (au besoin).</li> <li>Les installations et l'équipement sont modernes.</li> </ul>								
<b>Accès à l'équipement</b>	Les participants ont accès à l'équipement qui convient à leurs besoins ou à leur niveau de compétition.	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'équipement est disponible ou abordable.</li> <li>L'équipement est de la taille appropriée pour le participant (par exemple, fauteuils roulants, prothèses, gants facilitant la préhension).</li> </ul>								
<b>Éléments constitutifs ciblés dans l'environnement physique</b>				/2	/6	/4	/4	/8	0	<b>Pointage total : /24</b>

## Étape 2 : Liste de vérification de l'environnement du programme

Stratégie	Définition	Exemples	Pointage  (0-2)	Éléments constitutifs ciblés						Justification du pointage
				Appartenance	Autonomie	Maîtrise	Défi	Engagement	Sens	
<b>Type de sport</b>	Le type de sport ou l'activité convient parfaitement aux besoins des participants.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le rugby en fauteuil roulant est conçu pour des participants dont au moins trois membres présentent une déficience fonctionnelle (par exemple, la quadriplégie).</li> <li>Les participants qui désirent être en communion avec la nature peuvent participer à des activités extérieures (par exemple, l'aviron adapté et le ski alpin adapté).</li> </ul>								
<b>Taille du programme</b>	Le programme sportif cherche des moyens afin d'attirer assez de participants pour être autosuffisant et offre différentes façons de participer.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le programme met en œuvre des stratégies pour attirer de nouveaux membres (par exemple, mentorat par les pairs, journées d'essai).</li> <li>Le programme offre des occasions de participer autres que dans un rôle d'athlète (par exemple, chef d'équipe, responsabilités administratives).</li> </ul>								
<b>Financement et coût</b>	Le programme dispose d'un financement subvenant aux besoins primaires liés à la participation des participants et son coût est aussi bas que possible.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le programme est à faible coût ou offre des subventions ou des stratégies pour que les participants obtiennent une aide financière.</li> </ul>								

## Étape 2 : Liste de vérification de l'environnement du programme

Stratégie	Définition	Exemples	Pointage  (0-2)	Éléments constitutifs ciblés						Justification du pointage
				Appartenance	Autonomie	Maîtrise	Défi	Engagement	Sens	
<b>Options</b>	Les participants ont le choix entre des activités couvrant divers niveaux d'habileté, et même différents sports dans certains cas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les participants ont la possibilité d'occuper différents rôles ou positions (par exemple, défense, attaque).</li> <li>Les participants peuvent décider de modifier l'activité ou le milieu pour satisfaire à leurs besoins particuliers (par exemple, modifier la hauteur du filet ou le niveau d'aide).</li> </ul>								
<b>Niveau de défi individuel</b>	Après avoir consulté chaque athlète, l'activité est conçue de façon individuelle, pour mettre au défi de manière appropriée tous les participants et même faire sortir les athlètes de leur zone de confort.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les activités ou l'équipement sont modifiés pour s'adapter à différents niveaux d'habileté (par exemple, les règles, la hauteur du filet, la taille du terrain de jeu). Un suivi des progrès du participant est effectué pour adapter le niveau de défi au fil du temps (par exemple, le réduire pour des conditions dégénératives; l'augmenter si l'on démontre une amélioration).</li> </ul>								
<b>Activités sécuritaires</b>	Les activités sportives comportent un niveau de risque raisonnable et limitent les risques de blessure.	<ul style="list-style-type: none"> <li>La température est contrôlée pour les participants ayant des difficultés en matière de thermorégulation.</li> <li>L'équipement est moderne et de la taille appropriée.</li> </ul>								
<b>Classification</b>	Le processus de classification assure l'égalité des chances ainsi qu'une compétition juste et limite les risques d'aliénation.	<ul style="list-style-type: none"> <li>La classification est propre au sport et comporte une évaluation dans des contextes naturalistes (par exemple, le terrain de jeu).</li> <li>Les classificateurs sont adéquatement formés ou accrédités.</li> </ul>								

## Étape 2 : Liste de vérification de l'environnement du programme

Stratégie	Définition	Exemples	Pointage  (0-2)	Éléments constitutifs ciblés						Justification du pointage
				Appartenance	Autonomie	Maîtrise	Défi	Engagement	Sens	
<b>Diversité</b>	Tenir compte du degré d'intégration auprès d'athlètes non handicapés, ou même d'un groupe de membres dont les habiletés diffèrent.	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Jumeler ou regrouper des participants aux habiletés semblables.</li> <li>•Jumeler ou regrouper des participants aux habiletés complémentaires.</li> <li>•Adapter l'activité pour qu'elle mette au défi tous les participants; établir les pauses ou les exercices en fonction de mesures relatives (par exemple, le pourcentage de l'effort) plutôt qu'absolues.</li> </ul>								
<b>Éléments constitutifs ciblés dans l'environnement du programme</b>				/10	/8	/10	/10	/8	/10	<b>Pointage total : /56</b>

Il existe plusieurs stratégies dans l'environnement social, qui constituent une base sur laquelle développer une expérience et une participation de qualité. Nous avons organisé ces stratégies en quatre groupes : 1) Entraîneur ou instructeur, 2) Pairs, 3) Famille et 4) Général, pour aider à mieux définir les domaines précis de l'environnement social qu'il pourrait être nécessaire de cibler.

## Étape 2 : Liste de vérification de l'environnement social – Entraîneur ou instructeur

Stratégie	Définition	Exemples	Pointage  (0-2)	Éléments constitutifs ciblés						Justification du pointage
				Appartenance	Autonomie	Maîtrise	Défi	Engagement	Sens	
<b>Connaissances, habiletés et apprentissages de l'entraîneur ou de l'instructeur</b>	L'entraîneur ou l'instructeur possède des connaissances et des compétences techniques suffisantes, par rapport au sport ainsi qu'au contexte propre à la situation de handicap, pour concevoir une activité appropriée. Dans les cas où l'entraîneur ou l'instructeur ne possède ni ces compétences ni ces connaissances, il collabore avec les athlètes et demande leur avis.	<ul style="list-style-type: none"> <li>•L'entraîneur est formé ou accrédité par rapport au sport qui lui est propre.</li> <li>•L'entraîneur possède une expérience de travail dans des contextes sportifs ou de situation de handicap.</li> <li>•L'entraîneur sollicite la contribution de ressources et de personnes fiables (par exemple, d'entraîneurs expérimentés).</li> <li>•L'entraîneur sollicite des idées auprès de l'athlète afin de mieux répondre à ses besoins ou d'apporter des adaptations.</li> </ul>								
<b>Soutien à l'autonomie par l'entraîneur ou l'instructeur</b>	L'entraîneur trouve des façons pour que les athlètes perçoivent qu'ils ont un certain contrôle sur les programmes d'entraînement ou les activités.	<ul style="list-style-type: none"> <li>•L'entraîneur permet aux athlètes de choisir l'habileté ou la technique sur laquelle il leur importe le plus de travailler.</li> <li>•L'entraîneur offre des choix d'activités aux athlètes durant la séance d'entraînement.</li> </ul>								
<b>Compétences interpersonnelles de l'entraîneur ou de l'instructeur</b>	L'entraîneur développe un style de leadership orienté sur le soutien et entretient des relations positives avec les participants, qui inspirent confiance.	<ul style="list-style-type: none"> <li>•L'entraîneur démontre de l'intérêt envers les vies personnelles des athlètes et se soucie de leur bien-être.</li> <li>•L'entraîneur fait preuve de compréhension à l'égard des besoins et des objectifs des athlètes et est en mesure de nouer des liens avec eux.</li> <li>•L'entraîneur modélise des valeurs positives pour les athlètes (par exemple, le respect et l'esprit sportif).</li> </ul>								

## Étape 2 : Liste de vérification de l'environnement social – Entraîneur ou instructeur

Stratégie	Définition	Exemples	Pointage  (0-2)	Éléments constitutifs ciblés						Justification du pointage
				Appartenance	Autonomie	Maîtrise	Défi	Engagement	Sens	
<b>L'entraîneur ou l'instructeur crée des rôles</b>	L'entraîneur encourage activement chaque membre à occuper des rôles, qui sont essentiels pour le groupe, et il veille à ce que ces contributions soient reconnues.	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'entraîneur attribue des rôles individuels aux membres du groupe ou crée des rôles dont les participants peuvent décider de s'acquitter (par exemple, capitaine de l'équipe, responsable de l'équipement, coordonnateur des événements sociaux).</li> <li>L'entraîneur reconnaît les contributions des membres du groupe en les félicitant, en les récompensant, etc.</li> </ul>								
<b>Suivi des progrès de l'athlète par l'entraîneur ou l'instructeur</b>	L'entraîneur dirige l'évaluation ou encourage les athlètes à surveiller eux-mêmes leurs progrès pour qu'ils sachent lorsqu'ils se sont améliorés, même légèrement.	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'entraîneur met en œuvre régulièrement des évaluations de la forme physique ou des habiletés ou il note les progrès de l'athlète.</li> <li>L'entraîneur fournit des registres d'entraînement aux athlètes, pour qu'ils y consignent leurs progrès personnels ou leurs notes.</li> </ul>								
<b>Éléments constitutifs ciblés dans l'environnement social : Entraîneur ou instructeur</b>				/4	/4	/8	/8	/6	/4	<b>Pointage total : /34</b>

## Étape 2 : Liste de vérification de l'environnement social – Pairs

Stratégie	Définition	Exemples	Pointage  (0-2)	Éléments constitutifs ciblés						Justification du pointage	
				Appartenance	Autonomie	Maîtrise	Défi	Engagement	Sens		
<b>Environnement de groupe</b>	Les participants à l'activité sportive forment progressivement un groupe uni, à mesure qu'ils poursuivent des objectifs communs. L'environnement de groupe est soutenu et est favorisé par les entraîneurs et les chefs ainsi que par les autres membres du groupe.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'entraîneur ou le chef encourage le groupe à déterminer des objectifs.</li> <li>• Des possibilités d'activités renforçant l'esprit d'équipe sont offertes.</li> <li>• Les athlètes sont regroupés en sous-groupes ou en équipes poursuivant des objectifs communs, qui se serrent les coudes au fil du temps.</li> </ul>	25								
<b>Mentorat ou modèle</b>	Les participants 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/aprentissage.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les participants les plus expérimentés agissent comme modèles en matière de comportements et donnent des instructions ainsi que des conseils aux participants les moins expérimentés.</li> <li>• Le programme favorise les occasions de mentorat (c'est-à-dire, soutien par un pair).</li> </ul>									
<b>Éléments constitutifs ciblés dans l'environnement social : Pairs</b>					/4	0	/4	0	/2	/2	<b>Pointage total : /12</b>

## Étape 2 : Liste de vérification de l'environnement social – Famille

Stratégie	Définition	Exemples	Pointage  (0-2)	Éléments constitutifs ciblés						Justification du pointage
				Appartenance	Autonomie	Maîtrise	Défi	Engagement	Sens	
<b>Informar les membres de la famille</b>	L'organisation sportive fournit aux membres de la famille (par exemple, aux parents) des occasions de s'informer sur le sport.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les organisations sportives offrent des ressources ou des ateliers en ligne pour renseigner les membres de la famille à propos du sport (par exemple, l'équipement, les coûts, les types de sport).</li> </ul>								
<b>Soutien et intégration de la famille</b>	Les membres de la famille soutiennent de façon générale la pratique du sport et offrent leur soutien de façon à favoriser l'autonomie. Les organisations offrent des rôles dont les membres de la famille peuvent s'acquitter au sein de la communauté sportive.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les membres de la famille assistent aux événements sportifs à titre de spectateurs ou de bénévoles.</li> <li>• Les membres de la famille ont des occasions de s'impliquer au sein de comités (par exemple, les collectes de fonds) ou d'occuper des rôles associés au sport (par exemple, entraîneurs ou arbitres).</li> </ul>								
<b>Éléments constitutifs ciblés dans l'environnement social : Famille</b>				/4	0	0	0	/4	/4	<b>Pointage total : /12</b>

## Étape 2 : Liste de vérification de l'environnement social – Général

Stratégie	Définition	Exemples	Pointage  (0-2)	Éléments constitutifs ciblés						Justification du pointage
				Appartenance	Autonomie	Maîtrise	Défi	Engagement	Sens	
<b>Harcèlement</b>	Les athlètes sont protégés contre le harcèlement et la discrimination durant toutes leurs interactions sociales (par exemple, avec d'autres participants, bénévoles, responsables de programme et spectateurs).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toutes les personnes participant au programme doivent suivre une formation sur la lutte contre le harcèlement.</li> <li>• Les personnes doivent rendre compte de leurs actes.</li> </ul>								
<b>Attitudes à l'égard du sport</b>	Les participants perçoivent les attitudes sociétales positives par rapport au sport, particulièrement celles des membres d'organisations sportives.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les bénévoles présents lors d'événements sportifs traitent les athlètes non handicapés et ceux en situation de handicap de façon équitable.</li> <li>• Des messages positifs à propos du sport sont diffusés (par exemple, dans les médias).</li> </ul>								
<b>État de personne handicapée</b>	Les athlètes reçoivent un traitement et un soutien équitables dans le cadre de leur participation auprès d'athlètes non handicapés ou dans des installations partagées. On prend le sport au sérieux.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les ressources (par exemple, le financement, l'équipement, le personnel de soutien) sont affectées de façon équitable dans les milieux sportifs pour personnes en situation de handicap et ceux pour personnes non handicapées.</li> <li>• Les athlètes sportifs sont traités avec respect dans le cadre de leur entraînement ou de compétitions.</li> </ul>								
<b>Parcours uniques</b>	Les participants sont soutenus dans le cadre de leurs parcours individuels dans le sport, qu'ils soient orientés vers la compétition d'élite de calibre international ou les activités sportives récréatives.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les participants ont connaissance d'occasions diversifiées de pratiquer un sport (c'est-à-dire, différents types de sport ou niveaux de compétition).</li> <li>• On permet aux participants d'essayer différentes activités sportives et de passer à des niveaux de compétition supérieurs lorsqu'ils sont prêts à le faire.</li> </ul>								
<b>Éléments constitutifs ciblés dans l'environnement social : Général</b>				/8	/2	/2	/2	/4	/4	<b>Pointage total : /22</b>

## Étape 3 : Outil d'évaluation et d'amélioration du programme – Rassembler toutes les données

**Objectif :** Calculez le pointage de la liste de vérification et évaluez les forces et les faiblesses de votre programme afin de déterminer les éléments constitutifs et les stratégies que vous pourriez envisager de cibler pour améliorer la qualité de la participation.

**Directives :** Transcrivez vos points de la liste de vérification au tableau ci-dessous. Calculez le pointage total. Classez vos totaux de 1, pointage le plus élevé, à 6, pointage le plus faible. Comparez-les au classement de vos priorités. Effectuez l'analyse FFPM.

	Appartenance	Autonomie	Maîtrise	Défi	Engagement	Sens
Environnement physique	/2	/6	/4	/4	/8	0
Environnement du programme	/10	/8	/10	/10	/8	/10
Environnement social : Entraîneur ou instructeur	/4	/4	/8	/8	/6	/4
Environnement social : Pairs	/4	0	/4	0	/2	/2
Environnement social : Famille	/4	0	0	0	/4	/4
Environnement social : Général	/8	/2	/2	/2	/4	/4
<b>Total</b>	<b>/32</b>	<b>/20</b>	<b>/28</b>	<b>/24</b>	<b>/32</b>	<b>/24</b>
<b>Nombre de stratégies fondamentales</b>	<b>16</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	<b>12</b>	<b>16</b>	<b>12</b>
<b>Moyenne</b>						
<b>Totaux (1-6) : 1 = Pointage le plus élevé; 6 = Pointage le plus faible</b>						
<b>Classement des priorités (à transcrire de la page 10)</b>						

### Analyse FFPM : Quelles comparaisons pouvez-vous faire entre vos totaux et le classement de vos priorités?

**Forces :** Quels éléments constitutifs sont les forces de votre programme? Dans quelle mesure ces forces correspondent-elles aux priorités de votre programme? En d'autres mots, les éléments constitutifs ayant obtenu les totaux les plus élevés correspondent-ils aux éléments constitutifs classés en haut de vos priorités?

**Faiblesses :** Quels éléments constitutifs correspondent aux priorités de votre programme, mais n'en sont actuellement pas les forces? En d'autres mots, y a-t-il des éléments constitutifs qui étaient classés en haut de vos priorités, mais qui ont obtenu de faibles totaux?

**Occasions :** Identifiez jusqu'à trois éléments constitutifs sur lesquels votre programme pourrait se concentrer pour améliorer la qualité de la participation des athlètes.

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

## Étape 4 : Outil d'évaluation et d'amélioration du programme – Établir un plan pour améliorer la qualité du programme

- **4a)** Identifiez jusqu'à trois éléments constitutifs sur lesquels votre programme devrait se concentrer pour améliorer la qualité de l'expérience et de la participation des athlètes. Ciblez des domaines d'intervention prioritaires en comparant vos totaux et le classement de vos priorités.
- **4b)** Identifiez des stratégies fondamentales que votre programme pourrait intégrer pour soutenir ces éléments constitutifs. Consultez la page 23 pour un guide de référence rapide sur les stratégies fondamentales propres à chaque élément constitutif.
- **4c)** Prenez quelques notes sur la façon dont ces stratégies peuvent être intégrées à votre programme. Considérez s'il y a des occasions à venir pour intégrer ces stratégies, comme un camp d'entraînement, des possibilités de financement, etc.

<b>Élément constitutif priorisé</b> (appartenance, autonomie, maîtrise, défi, engagement, sens)	<b>Stratégies fondamentales</b> Ciblez deux ou trois stratégies fondamentales qui pourraient être intégrées à votre programme.	<b>Notes</b> Envisagez la façon dont les stratégies seront intégrées. Y a-t-il des occasions ou des menaces à l'horizon?

## Appartenance

Environnement	Stratégie	Exemple
Physique	Accessibilité	Les entrées et les sorties sont larges; l'accès à l'équipement est spacieux.
Programme	Type de sport	Les participants qui désirent être en communion avec la nature peuvent participer à des activités extérieures (par exemple, l'aviron adapté et le ski alpin adapté).
	Taille du programme	Le programme offre des occasions de participer autres que dans un rôle d'athlète (par exemple, chef d'équipe, responsabilités administratives).
	Options	Les participants peuvent décider de modifier l'activité ou le milieu pour satisfaire à leurs besoins particuliers (par exemple, modifier la hauteur du filet ou le niveau d'aide).
	Classification	Les participants sont classés avec des pairs dont les habiletés sont semblables.
	Diversité	Jumeler ou regrouper des participants aux habiletés semblables.
Social – Entraîneur ou instructeur	Compétences interpersonnelles de l'entraîneur ou de l'instructeur	L'entraîneur fait preuve de compréhension à l'égard des besoins et des objectifs des athlètes et est en mesure de nouer des liens avec eux.
	L'entraîneur ou l'instructeur crée des rôles	L'entraîneur reconnaît les contributions des membres du groupe en les félicitant, en les récompensant, etc.
Social – Pairs	Environnement de groupe	Les athlètes sont regroupés en sous-groupes ou en équipes poursuivant des objectifs communs, qui se serrent les coudes au fil du temps.
	Mentorat ou modèle	Le programme favorise les occasions de mentorat (c'est-à-dire, soutien par un pair).
Social – Famille	Informar les membres de la famille	Les membres de la famille ont des occasions d'en apprendre davantage sur le sport et d'appuyer la participation de leur proche au sport.
	Soutien et intégration de la famille	Les membres de la famille assistent aux événements sportifs à titre de spectateurs ou de bénévoles.
Social – Général	Harcèlement	Les personnes participant au programme sont tenues de suivre une formation sur la lutte contre le harcèlement.
	Attitudes à l'égard du sport	Les bénévoles présents lors d'événements sportifs traitent les athlètes non handicapés et ceux en situation de handicap de façon équitable.
	État de personne handicapée	Les athlètes sportifs sont traités avec respect dans le cadre de leur entraînement ou de compétitions.
	Parcours uniques	On permet aux participants d'essayer différentes activités sportives et de passer à des niveaux de compétition supérieurs lorsqu'ils sont prêts à le faire.

## Autonomie

Environnement	Stratégie	Exemple
Physique	Accessibilité	Les entrées et les sorties sont larges; l'accès à l'équipement est spacieux.
	Déplacements et accès	Les installations sont facilement accessibles en transport en commun.
	Accès à l'équipement	L'équipement est adapté pour satisfaire aux besoins des participants.
Programme	Type de sport	Les participants qui désirent être en communion avec la nature peuvent participer à des activités extérieures (par exemple, l'aviron adapté et le ski alpin adapté).
	Financement et coût	Le programme est à faible coût ou offre des subventions ou des stratégies pour que les participants obtiennent une aide financière.
	Options	Les participants peuvent décider de modifier l'activité ou le milieu pour satisfaire à leurs besoins particuliers (par exemple, modifier la hauteur du filet ou le niveau d'aide).
	Classification	Les participants ont des occasions d'être classés dans différents types de sport ou d'activités.
Social – Entraîneur ou instructeur	Connaissances, habiletés et apprentissages de l'entraîneur ou de l'instructeur	L'entraîneur sollicite des idées auprès de l'athlète afin de mieux répondre à ses besoins ou d'apporter des adaptations.
	Soutien à l'autonomie par l'entraîneur ou l'instructeur	L'entraîneur permet aux athlètes de choisir l'habileté ou la technique sur laquelle il leur importe le plus de travailler.
Social – Général	Parcours uniques	On permet aux participants d'essayer différentes activités sportives et de passer à des niveaux de compétition supérieurs lorsqu'ils sont prêts à le faire.

## Maîtrise

Environnement	Stratégie	Exemple
Physique	Endroits sûrs	Les installations et l'équipement sont modernes (c'est-à-dire, les participants se sentent en sécurité dans l'exercice de leurs habiletés).
	Accès à l'équipement	L'équipement est ajusté et adapté de façon convenable pour soutenir le développement des habiletés des participants.
Programme	Type de sport	Le type de sport ou l'activité convient parfaitement aux besoins des participants (par exemple, le rugby en fauteuil roulant est conçu pour des participants dont au moins trois membres présentent une déficience fonctionnelle).
	Options	Les participants peuvent décider de modifier l'activité ou le milieu pour satisfaire à leurs besoins particuliers (par exemple, modifier la hauteur du filet ou le niveau d'aide).
	Niveau de défi individuel	Les activités ou l'équipement sont modifiés pour s'adapter à différents niveaux de compétence (par exemple, les règles, la hauteur du filet, la taille du terrain de jeu).
	Activités sécuritaires	Les activités ou l'équipement sont modifiés ou supervisés de façon à s'adapter au développement d'habiletés (c'est-à-dire, les participants se sentent en sécurité dans l'exercice de leurs habiletés).
	Diversité	Jumeler ou regrouper des participants aux habiletés semblables.
Social – Entraîneur ou instructeur	Connaissances, habiletés et apprentissages de l'entraîneur ou de l'instructeur	L'entraîneur est formé ou accrédité par rapport au sport qui lui est propre.
	Compétences interpersonnelles de l'entraîneur ou de l'instructeur	L'entraîneur comprend les besoins ou les objectifs des participants.
	L'entraîneur ou l'instructeur crée des rôles	L'entraîneur reconnaît les contributions des membres du groupe en les félicitant, en les récompensant, etc.
	L'entraîneur ou l'instructeur fait le suivi de la progression de l'athlète	L'entraîneur fournit des registres d'entraînement aux athlètes, pour qu'ils y consignent leurs progrès personnels ou leurs notes
Social – Pairs	Environnement de groupe	Les participants ont des occasions d'apprendre de leurs pairs.
	Mentorat ou modèle	Les participants les plus expérimentés agissent comme modèles en matière de comportements et donnent des instructions et des conseils aux participants les moins expérimentés.
Social – Général	Parcours uniques	On permet aux participants d'essayer différentes activités sportives et de passer à des niveaux de compétition supérieurs lorsqu'ils sont prêts à le faire.

# Guide de référence rapide sur les stratégies fondamentales en fonction des éléments constitutifs

## Défi

Environnement	Stratégie	Exemple
Physique	Endroits sûrs	Les installations et l'équipement sont modernes (c'est-à-dire, les participants se sentent en sécurité d'essayer de nouvelles habiletés).
	Accès à l'équipement	L'équipement peut être adapté pour offrir différents niveaux de défi (par exemple, la taille du ballon ou la hauteur du filet).
Programme	Type de sport	Le type de sport ou l'activité peut être adapté pour offrir différents niveaux de défi (par exemple, avec ou sans contact).
	Options	Les participants ont la possibilité d'occuper différents rôles ou positions (par exemple, défense, attaque).
	Niveau de défi individuel	Un suivi des progrès du participant est effectué pour adapter le niveau de défi au fil du temps (par exemple, le réduire pour des conditions dégénératives; l'augmenter si l'on démontre une amélioration).
	Activités sécuritaires	Les activités ou l'équipement sont modifiés ou supervisés de façon à s'adapter au développement d'habiletés (c'est-à-dire, les participants se sentent en sécurité d'essayer de nouvelles habiletés).
	Classification	Les participants sont classés avec des pairs dotés du même niveau fonctionnel, mais qui mettent leurs habiletés au défi.
Social – Entraîneur ou instructeur	Connaissances, habiletés et apprentissages de l'entraîneur ou de l'instructeur	L'entraîneur collabore avec les athlètes ou sollicite des ressources pour augmenter le niveau de difficulté des activités pour chaque personne.
	Soutien à l'autonomie par l'entraîneur ou l'instructeur	L'entraîneur offre des options d'activités qui conviennent à différents niveaux d'habiletés.
	Compétences interpersonnelles de l'entraîneur ou de l'instructeur	L'entraîneur comprend les besoins ou les objectifs des participants.
	L'entraîneur ou l'instructeur fait le suivi de la progression de l'athlète	L'entraîneur met en œuvre régulièrement des évaluations de la forme physique ou des habiletés ou il note les progrès de l'athlète.
Social – Général	Parcours uniques	On permet aux participants d'essayer différentes activités sportives et de passer à des niveaux de compétition supérieurs lorsqu'ils sont prêts à le faire.

## Engagement

Environnement	Stratégie	Exemple
Physique	Accessibilité	Des toilettes et des vestiaires accessibles sont disponibles et peuvent accueillir le nombre de participants.
	Déplacements et accès	Le bâtiment dispose de rampes et d'ascenseurs.
	Endroits sûrs	Les installations et l'équipement sont modernes et sont supervisés de façon adéquate.
	Accès à l'équipement	L'équipement est de la taille appropriée pour le participant (par exemple, fauteuils roulants, prothèses, gants facilitant la préhension)
Programme	Type de sport	Le rugby en fauteuil roulant est conçu pour des participants dont au moins trois membres présentent une déficience fonctionnelle (par exemple, la quadriplégie).
	Financement et coût	Le programme est à faible coût ou offre des subventions ou des stratégies pour que les participants obtiennent une aide financière.
	Options	Les participants peuvent décider de modifier l'activité ou le milieu pour satisfaire à leurs besoins particuliers (par exemple, modifier la hauteur du filet ou le niveau d'aide).
	Activités sécuritaires	La température est contrôlée pour les participants ayant des difficultés en matière de thermorégulation.
Social – Entraîneur ou instructeur	Connaissances, habiletés et apprentissages de l'entraîneur ou de l'instructeur	L'entraîneur sollicite des idées auprès de l'athlète afin de mieux répondre à ses besoins ou d'apporter des adaptations.
	Soutien à l'autonomie par l'entraîneur ou l'instructeur	L'entraîneur permet aux athlètes de choisir l'habileté ou la technique sur laquelle il leur importe le plus de travailler.
	L'entraîneur ou l'instructeur crée des rôles	L'entraîneur attribue des rôles individuels aux membres du groupe ou crée des rôles dont les participants peuvent décider de s'acquitter (par exemple, capitaine de l'équipe, responsable de l'équipement, coordonnateur des événements sociaux).
Social – Pairs	Environnement de groupe	Les athlètes sont regroupés en sous-groupes ou en équipes poursuivant des objectifs communs, qui se serrent les coudes au fil du temps.
Social – Famille	Informar les membres de la famille	Les organisations sportives offrent des ressources ou des ateliers en ligne pour renseigner les membres de la famille à propos du sport (par exemple, l'équipement, les coûts, les types de sport).
	Soutien et intégration de la famille	Les membres de la famille ont des occasions de s'impliquer au sein de comités (par exemple, les collectes de fonds) ou d'occuper des rôles associés au sport (par exemple, entraîneurs ou arbitres).
Social – Général	Harcèlement	Les personnes participant au programme sont tenues de suivre une formation sur la lutte contre le harcèlement.
	Parcours uniques	On permet aux participants d'essayer différentes activités sportives et de passer à des niveaux de compétition supérieurs lorsqu'ils sont prêts à le faire.

# Guide de référence rapide sur les stratégies fondamentales en fonction des éléments constitutifs

## Sens

Environnement	Stratégie	Exemple
Programme	Type de sport	Les participants qui désirent être en communion avec la nature peuvent participer à des activités extérieures (par exemple, l'aviron adapté et le ski alpin adapté).
	Taille du programme	Le programme offre des occasions de participer autres que dans un rôle d'athlète (par exemple, chef d'équipe, responsabilités administratives).
	Options	Les participants ont la possibilité d'occuper différents rôles ou positions (par exemple, défense, attaque).
	Niveau de défi individuel	Les activités ou l'équipement sont modifiés pour s'adapter à différents niveaux d'habiletés et de défi.
	Diversité	Adapter l'activité pour qu'elle mette au défi tous les participants : par exemple, établir les pauses ou les exercices en fonction de mesures relatives (c'est-à-dire, le pourcentage de l'effort) plutôt qu'absolues.
Social – Entraîneur ou instructeur	Compétences interpersonnelles de l'entraîneur ou de l'instructeur	L'entraîneur démontre de l'intérêt envers les vies personnelles des athlètes et se soucie de leur bien-être.
	L'entraîneur ou l'instructeur crée des rôles	L'entraîneur attribue des rôles individuels aux membres du groupe ou crée des rôles dont les participants peuvent décider de s'acquitter (par exemple, capitaine de l'équipe, responsable de l'équipement, coordonnateur des événements sociaux).
Social – Pairs	Mentorat ou modèle	Le programme favorise les occasions de mentorat (c'est-à-dire, soutien par un pair).
Social – Famille	Informar les membres de la famille	Les membres de la famille ont des occasions d'en apprendre davantage sur le sport et d'appuyer la participation de leur proche au sport.
	Soutien et intégration de la famille	Les membres de la famille ont des occasions de s'impliquer dans les organisations ou les activités sportives.
Social – Général	État de personne handicapée	L'affectation des ressources et le traitement des athlètes sont équitables dans les milieux sportifs pour personnes non handicapées et de sport adapté.
	Parcours uniques	On permet aux participants d'essayer différentes activités sportives et de passer à des niveaux de compétition supérieurs lorsqu'ils sont prêts à le faire.