

Trousse de lobbying des parents (À photocopier au besoin)

Les parents et les prestataires de soins devraient encourager les centres préscolaires, les écoles, les organismes de loisirs communautaires et les organismes de sport à offrir des programmes d'activité physique de qualité. L'un des moyens à leur disposition consiste à poser les bonnes questions. Bien que non exhaustive, la liste qui suit offre un bon moyen d'amorcer la discussion.

Questions : Programmes préscolaires et scolaires

Aménagements sportifs

1. Les enfants ont-ils accès à un espace extérieur assez grand, où ils peuvent, en toute sécurité, courir et jouer à des jeux vigoureux, y compris des bottés et des lancers?

Oui Non

2. Les enfants ont-ils accès à un espace intérieur assez grand, où ils peuvent, en toute sécurité, courir et jouer à des jeux vigoureux, y compris des bottés et des lancers?

Oui Non

3. Ces espaces sont-ils disponibles seulement aux heures réservées à des activités organisées, ou sont-ils aussi accessibles à d'autres moments pour des activités sont-ils?

Oui Non

4. Les enfants ont-ils accès à de l'équipement leur permettant de s'exercer à grimper, à se pendre par les mains ou à la renverse, ou à explorer d'autres positions?

Oui Non

Équipement

5. Y a-t-il suffisamment d'équipement pour permettre à tous les enfants de jouer en même temps?

Oui Non

6. Les enfants ont-ils à leur disposition des balles et ballons de couleurs, de tailles et de textures différentes?

Oui Non

7. Les enfants ont-ils accès à des pelles, à des cerceaux et à des bâtons de taille appropriée?

Oui Non

8. Y a-t-il des tapis où les enfants peuvent faire des roulades et des culbutes?

Oui Non

9. Les enfants ont-ils accès à des trotinettes et à d'autres jouets sur roues qu'ils peuvent conduire?

Oui Non

10. L'équipement est-il disponible pour des activités libres – ou seulement à des moments précis?

Oui Non

11. L'équipement est-il très coloré et en bon état?

Oui Non

Programmes et personnel

12. Pour les bébés, l'horaire quotidien inclut-il une période d'au moins 30 minutes réservée à des jeux structurés (sous la direction d'un adulte), et ce, tous les jours?

Oui Non

13. Pour les toutpetits et les enfants, l'horaire quotidien inclut-il une période d'au moins 60 minutes réservée à des jeux structurés (sous la direction d'un adulte), et ce, tous les jours?

Oui Non

14. Les responsables de programmes veillent-ils à ce que l'enseignement offert favorise le développement des fondements du mouvement, des déterminants de la condition motrice (enfants de la naissance à 8 ou 9 ans) et des habiletés sportives de base (enfants de 8 ou 9 ans jusqu'au début de l'adolescence)?

Oui Non

15. Les responsables de programmes ont-ils la formation requise pour aider les enfants à développer les fondements du mouvement, les déterminants de la condition motrice et les habiletés sportives de base?

Oui Non

16. Pendant les périodes de jeux non structurés, les enfants sont-ils incités à opter pour des jeux physiques vigoureux?

Oui Non

17. Offre-t-on aux enfants la possibilité de relever de petits défis pour élargir la gamme de leurs habiletés motrices (en les encourageant, par exemple, à sauter sur un tapis mou à partir d'un point surpassant légèrement leur zone de confort)?

Oui Non

18. Est-ce que les prestataires de soins participent aux activités physiques avec les enfants afin de leur montrer par l'exemple qu'il est important d'être actif?

Oui Non

19. Encourage-t-on les filles, autant que les garçons, à être actives physiquement?

Oui Non

20. Les enfants ayant un handicap sont-ils intégrés à toutes les activités physiques?

Oui Non

Trousse de lobbying des parents (À photocopier au besoin)

Conclusion à tirer selon le nombre de réponses affirmatives (« Oui ») obtenues :

Entre 17 et 20 : Ce programme favorise un développement optimal du savoir-faire physique. Continuez d'inscrire votre enfant à ce programme et incitez d'autres parents à y inscrire leurs enfants.

Entre 13 et 16 : Il s'agit d'un bon programme qui pourrait être excellent si on y apportait quelques petites améliorations. Discutez avec les responsables des moyens qu'ils pourraient prendre pour améliorer leur programme. Il est probable qu'ils accueilleront favorablement vos commentaires puisqu'ils ont, à l'évidence, le souci de développer le savoir-faire physique des enfants.

Entre 9 et 12 : Ce programme ne permet pas de développer le savoir-faire physique des enfants, en dépit de la petite place laissée à l'activité physique. Vous devez avoir une discussion sérieuse avec les responsables du programme pour les aider à l'améliorer. S'ils ne montrent aucune volonté d'améliorer les choses, commencez à chercher un autre programme pour votre enfant.

Moins de 9 : Si d'autres programmes sont disponibles dans votre collectivité, empresses-vous de les contacter, sans hésiter, renseignez-vous à leur propos et inscrivez votre enfant à un programme qui accorde une meilleure place au développement du savoir-faire physique.

Questions : Programmes structurés de sport mineur

Aménagements sportifs

1. Les enfants ont-ils accès à tout l'espace nécessaire pour développer leurs habiletés sportives et jouer à des jeux vigoureux, en toute sécurité?

Oui Non

2. Les enfants ont-ils accès à tout l'espace nécessaire pour pratiquer leur sport ainsi que pour courir et jouer à des jeux vigoureux?

Oui Non

3. L'espace disponible est-il approprié, compte tenu du sport pratiqué?

Oui Non

4. Les enfants ont-ils accès à un espace qui n'est pas strictement réservé au sport et qu'ils peuvent utiliser pour des activités libres?

Oui Non

Equipment

5. Y a-t-il suffisamment d'équipement pour permettre à tous les enfants de pratiquer leur sport en même temps?

Oui Non

6. Les enfants ont-ils accès à de l'équipement sportif adapté (taillé sur mesure), selon leur taille et leur force?

Oui Non

7. Les enfants ont-ils accès à l'équipement de sécurité nécessaire et cet équipement est-il constamment utilisé?

Oui Non

8. Les enfants ont-ils accès à de l'équipement qui n'est pas propre à leur sport, afin de développer un large éventail d'habiletés sportives de base?

Oui Non

9. L'équipement est-il en bon état?

Oui Non

10. Les enfants ont-ils accès à l'équipement sportif lors des périodes d'activités libres, qui peuvent ainsi se dérouler en toute sécurité – ou n'ont-ils accès à cet équipement que lors des périodes d'activités structurées et supervisées?

Oui Non

Programmes et personnel

11. Les fondements du mouvement et les déterminants de la condition motrice sont-ils appris, consolidés et mis en pratique dans la séance?

Oui Non

12. Les habiletés sportives de base sont-elles apprises, consolidées et mises en pratique dans la séance?

Oui Non

13. Offre-t-on une chance égale à tous les enfants d'apprendre et de pratiquer?

Oui Non

14. Est-ce que tous les enfants ont un temps de jeu égal?

Oui Non

15. Est-ce que tous les enfants peuvent jouer à différents postes et essayer différentes épreuves?

Oui Non

16. Le rapport entre le temps réservé à la pratique sportive et celui consacré à la compétition est-il approprié (au moins 70% du temps à la pratique du sport, et au plus 30 % du temps à la compétition)?

Oui Non

Trousse de lobbying des parents (À photocopier au besoin)

17. Est-ce que les adultes qui dirigent les jeunes mettent l'accent sur l'apprentissage et l'amélioration des habiletés sportives, et non sur la victoire?

Oui Non

18. Les dirigeants du sport et les entraîneurs sont-ils dûment formés ou certifiés?

Oui Non

19. Si le groupe comprend des enfants ayant un handicap, ces derniers sont-ils inclus dans toutes les activités physiques?

Oui Non

20. Les dirigeants du sport et les entraîneurs font-ils en sorte que le sport soit amusant?

Oui Non

Veillez faire le décompte des réponses affirmatives.

Conclusion à tirer selon le nombre de réponses affirmatives (« Oui ») obtenues :

Entre 17 et 20 : Ce programme favorise un développement optimal du savoir-faire physique. Continuez d'inscrire votre enfant à ce programme et incitez d'autres parents à y inscrire leurs enfants.

Entre 13 et 16 : Il s'agit d'un bon programme qui pourrait être excellent si on y apportait quelques petites améliorations. Discutez avec les responsables des moyens qu'ils pourraient prendre pour améliorer leur programme. Il est probable qu'ils accueilleront favorablement vos commentaires puisqu'ils ont, à l'évidence, le souci de développer le savoir-faire physique des enfants.

Entre 9 et 12 : Ce programme ne permet pas de développer le savoir-faire physique des enfants, en dépit de la petite place laissée à l'activité physique. Vous devez avoir une discussion sérieuse avec les responsables du programme pour les aider à l'améliorer. S'ils ne montrent aucune volonté d'améliorer les choses, commencez à chercher un autre programme pour votre enfant.

Moins de 9 : Si d'autres programmes sont disponibles dans votre collectivité, courez vite y inscrire votre enfant, n'ayez aucune hésitation, renseignez-vous sur ces autres programmes et inscrivez votre enfant à un programme qui accorde une meilleure place au développement du savoir-faire physique.

L'action des parents : cheminement par étapes

Pour obtenir des changements dans les programmes offerts, vous devez d'abord, en tant que parents, vous renseigner sur le savoir-faire physique et le développement à long terme du participant/athlète, puis réunir de l'information sur les programmes offerts à l'école et dans la collectivité et, enfin, être prêts à défendre vos idées lors des réunions parents-enseignants et des réunions des organismes de sport mineur de manière à obtenir les changements souhaités.

Première étape : Lire et comprendre le document "Au Canada, le sport c'est pour la vie". Pour plus d'information, consultez www.dlta.ca, ww.coach.ca, et www.capherd.ca

Deuxième étape : Utilisez le questionnaire précédent pour cueillir l'information sur les programmes préscolaire, scolaire, communautaire et de sport mineur auxquels est exposé votre enfant.

Troisième étape : Recrutez d'autres parents concernés, évitant de vous retrouver seul avec vos revendications. Suggérez une rencontre de groupe pour discuter des informations recueillies et des changements souhaités.

Quatrième étape : Comme groupe, une fois les problématiques identifiées, focalisez sur 2 ou 3 recommandations majeures. Exemple: une période quotidienne consacrée au développement des fondements du mouvement dans le programme préscolaire; un plus grand volume de temps attribué à l'apprentissage des habiletés sportives, un temps de jeu égal pour tous les participants dans le programme communautaire.

Cinquième étape : prenez rendez-vous avec le directeur, l'intervenant ou le responsable du programme. Évitez une rencontre immédiatement avant ou après la pratique sportive. Vous recherchez l'attention complète du responsable. Difficile avec de nombreux enfants dans les parages.

Sixième étape : Assurez-vous que le responsable rencontré comprend votre message et que votre but est de l'aider à agir dans le meilleur intérêt des enfants – que vous souhaitez travailler de concert avec lui pour obtenir des améliorations au programme.

Septième étape : Dites clairement ce que vous voulez obtenir – insistez sur les améliorations que vous souhaitez, et non sur ce qui va mal à votre avis.

Huitième étape : Assurez-vous qu'à la fin de l'entretien, les mesures que le responsable doit prendre sont clairement définies, et le calendrier des changements requis bien établi. Fixez un rendez-vous de suivi, lors duquel vous pourrez faire le point sur l'état de la situation. Offrez votre aide, et tenez parole!

Neuvième étape : Si vous ne parvenez pas à vous entendre avec votre interlocuteur – le temps est peut-être venu de songer à inscrire votre enfant à un autre programme.

Trousse de lobbying des parents (À photocopier au besoin)

Pour en savoir plus

Il existe d'excellents programmes au Canada et ailleurs dans le monde, et nous vous encourageons à visiter les sites Web ci-dessous, où vous trouverez de l'information détaillée sur des programmes et activités qui pourraient être profitables pour votre enfant.

www.dlta.ca

Site Web canadien consacré au développement à long terme du participant/athlète et aux sujets connexes. Une excellente source à consulter pour commencer.

www.quebecenforme.org

Site québécois contenant de l'information sur la promotion de l'activité physique et de la santé, l'accent étant spécialement mis sur les enfants de 4 à 12 ans.

www.cahperd.ca

Le site Web des spécialistes de l'éducation physique du Canada. On y retrouve une foule de renseignements utiles pour les parents, les enseignants et toute personne intéressée par le savoir-faire physique. On peut acheter des ressources intéressantes et adaptées à divers groupes d'âge.

www.2010legaciesnow.com/221

L'adresse où vous pouvez télécharger l'excellente brochure HOP (Healthy Opportunities for Preschoolers) qui porte sur l'activité physique chez les jeunes d'âge préscolaire.

www.kino-quebec.qc.ca

Site où on trouve de l'information sur les programmes du Québec visant à promouvoir l'activité physique.

www.reginainmotion.org

Site contenant de l'information sur les programmes communautaires qui encouragent l'activité physique – dont les centres préscolaires actifs.

www.sparc.org.nz

Ce site de la Nouvelle-Zélande présente une série de brochures qui peuvent être téléchargées et qui font la promotion de l'activité chez les jeunes enfants. Une qui mérite d'être signalée est celle intitulée « Eyes' need to move too » (Les yeux aussi doivent bouger!). Couvre le stade « Enfant actif » du DLTP/A.

www.sportfitcanada.com

C'est le lien pour le programme SportFit, qui recommande les activités qui pourraient le mieux convenir aux enfants en fonction de résultats de quelques tests physiques simples.

www.cpra.ca

Association canadienne des parcs et loisirs - Organisme veillant à l'essor des services de parcs et de loisirs pour la santé communautaire.

www.coachesofcanada.com

Entraîneurs du Canada - Organisme regroupant les entraîneurs et ayant comme mission de faire progresser la profession au Canada.

www.pch.gc.ca/progs/sc/prog/cns-nsc

Centres canadiens multisports - Réseau de centres d'entraînement pour les athlètes de haut niveau, dont ceux ayant un handicap.

www.pch.gc.ca/progs/sc/federations/index_fcm

Organismes nationaux de sport - Ci-dessous apparaissent les liens de chaque organisme national de sport, aidée en partie, sous forme de contributions de Sport Canada.