



Jeunes talents sportifs en route vers le succès

Renseignements pour les parents

Les sept principes de la Charte d'éthique du sport

Ensemble en faveur d'un sport sain, respectueux et correct !

1 Traiter toutes les personnes de manière égale !

La nationalité, le sexe, l'âge, l'orientation sexuelle, l'origine sociale, les préférences religieuses et politiques ne sont les éléments d'aucun désavantage.

2 Promouvoir l'harmonie du sport avec l'environnement social !

Les exigences relatives à l'entraînement et à la compétition sont compatibles avec la formation, l'activité professionnelle et la vie de famille.

3 Favoriser le partage des responsabilités !

Les sportifs et les sportives sont associés aux décisions qui les concernent.

4 Respecter pleinement les sportifs et les sportives au lieu de les surmener !

Les mesures prises pour atteindre les objectifs sportifs des individus ne lèsent ni leur intégrité physique ni leur intégrité psychique.

5 Eduquer à une attitude sociale juste et à un comportement responsable envers l'environnement !

Les relations mutuelles entre les personnes comme l'attitude envers la nature sont empreintes de respect.

6 S'opposer à la violence, à l'exploitation et au harcèlement sexuel !

La prévention s'effectue sans faux tabous : être vigilant, sensibiliser, intervenir à bon escient.

7 S'opposer au dopage et aux toxicodépendances !

Expliquer sans relâche et, en cas de consommation, réagir immédiatement.

Les parents influencent de manière décisive l'évolution de la carrière des enfants et des jeunes. Soutenir, encourager et lâcher prise au bon moment, telle est la difficile tâche qui incombe aux parents dont l'enfant est doué en sport. Sur le chemin qui sépare l'enfant doué du sportif d'élite de la relève, toute une série de décisions importantes doivent être prises.

Extrait de la Charte d'éthique du sport :

2^e principe éthique du sport : harmonie entre le sport et l'environnement social !

Beaucoup de sportifs qui ne suivent pas un programme d'entraînement intensif dans le cadre du sport d'élite considèrent leur engagement sportif, c'est-à-dire le temps qu'ils consacrent à l'entraînement et à la compétition/au match, comme une activité parmi d'autres. Les jeunes vont à l'école, suivent un apprentissage ou étudient, les adultes exercent une activité professionnelle ou familiale, les aînés sont à la retraite. Les exigences diverses de ces différents domaines d'activité et étapes de la vie doivent également être prises en compte dans l'environnement sportif. Les responsables sportifs ne doivent pas uniquement s'assurer que les sportifs restent enthousiastes pour leur spécialité et ne sont pas non plus seulement chargés de leur garantir un encouragement et un encadrement optimaux. Ils doivent également suffisamment communiquer avec les sportifs et aborder à temps les difficultés que ces derniers pourraient éprouver dans d'autres domaines de leur vie. Les défis qui apparaissent dans le sport de compétition peuvent ainsi être maîtrisés conjointement, dans le cadre d'une discussion ouverte.



Sarah Arnold

10 ans, tennis, Swiss Olympic Talents Card nationale

Entraînement 4 à 5 fois par semaine (tennis),
entraînement de condition physique

Compétitions 5 à 6 tournois par an en Suisse et en
Allemagne

Plus grand succès Victoire au tournoi de Lyss

Rêve sportif Faire partie du top 10 mondial

Formation 4^e année d'école primaire

Objectif

professionnel Joueuse de tennis professionnelle

A côté de l'école, as-tu suffisamment de temps à consacrer au sport ?

Le lundi, je suis parfois un peu stressée après l'école, car l'entraînement commence juste après. Sinon, tout va bien.

Tes professeurs te soutiennent-ils d'une quelconque façon ?

Oui, ils sont heureux que je sois un talent (rires). Je peux également participer à des tournois en période scolaire. Mais il est vrai je ne suis pas mauvaise à l'école.

Tes parents te soutiennent-ils dans tes objectifs sportifs ?

Oui, ma mère pense parfois que je m'entraîne trop et que j'ai besoin de plus de pauses. Parfois, c'est vrai qu'une pause me ferait du bien. Mais je ne trouve pas non plus que c'est trop difficile.

Quelle est la position de tes parents par rapport à une carrière dans le sport d'élite ?

Ils trouvent ça bien.

Tes parents t'accompagnent-ils aux entraînements et aux compétitions ?

Ma mère ne vient presque jamais, parce qu'elle travaille de nuit. Mon père m'accompagne presque toujours, à l'entraînement aussi. Il me conduit et me regarde aussi. Je suis un entraînement individuel deux fois par semaine et puis un entraînement de groupe avec deux entraîneurs et cinq autres filles.

Tes parents te soutiennent-ils financièrement ?

Oui, ils paient tout. J'ai un sponsor. J'achète ses produits un peu moins cher.

Le rôle des parents

Une histoire typique : un enfant désigne le sport comme étant sa matière préférée. Pendant son temps libre, il pratique régulièrement un sport dans un club. Les parents l'accompagnent aux manifestations sportives, assument les tâches d'encadrement et de service. Les entraînements se multiplient, les compétitions/matches passent du statut local au statut régional et national. Les parents assument ainsi le rôle de donateurs et de sponsors. Ils sont en outre responsables du matériel, cuisinier et chauffeur en même temps.

Dans le sport d'élite, la famille est un soutien important. L'engagement d'un talent dans le sport d'élite implique un engagement familial, soit une implication des parents et de la famille en matière de temps, d'argent et de prestations de soutien.

Que signifie le terme « doué en sport » ?

Un enfant doué en sport réalise des performances supérieures à la moyenne et se fait remarquer par ses capacités (ses dispositions) et sa volonté de performance accrue. Les capacités supérieures à la moyenne laissent présager d'une évolution des prestations prometteuse au niveau national et international, à condition de suivre un entraînement correspondant.

Des prestations supérieures à la moyenne pendant l'enfance ne sont pas une garantie de prestations de haut niveau par la suite. Le développement de talents est un processus d'évolution actif, doté d'un accompagnement pédagogique et guidé par l'entraînement.

Conseils aux parents qui ont un enfant doué en sport

- Faites la paix avec votre propre passé sportif. Vous éviterez ainsi de reporter vos projections sur votre enfant doué en sport.
- Laissez votre enfant expérimenter les différentes possibilités qu'offre l'activité sportive. Aimer bouger est essentiel.
- Montrez à votre enfant que les défaites font également partie du sport et sont une opportunité d'apprendre.
- N'intervenez jamais dans un match en donnant des instructions ou en corrigeant des décisions.
- Offrez un soutien inconditionnel à votre enfant et ne soyez jamais impatient de voir venir les progrès ou les succès.
- Pensez-y : le succès est une chose personnelle. Il ne dépend pas directement de la victoire dans une compétition. Le succès, cela signifie que votre enfant a réalisé une bonne performance compte tenu de ses possibilités actuelles.

La motivation de réaliser des exploits sportifs et de s'entraîner assidûment doit venir de l'enfant. Des liens affectifs positifs et la sécurité sont une clé pour l'accomplissement d'une performance.



Lukas Meili

17 ans, hockey sur glace, Swiss Olympic Talents Card nationale

Entraînement 6 fois par semaine, condition physique, musculation, match, yoga

Compétitions Environ 50 matchs par saison et 6 ou 7 tournois avec l'équipe nationale, dont beaucoup à l'étranger

Plus grand succès 2^e place au FOJE en 2008

Rêve sportif Jouer dans une équipe en Amérique du Nord ou au Canada

Formation Apprentissage de menuisier

Objectif

professionnel Hockeyeur en Amérique du Nord

A côté de l'école, as-tu suffisamment de temps à consacrer au sport ?

Oui, j'ai un bon maître d'apprentissage. Il me donne toujours congé quand j'ai un match avec l'équipe nationale. Je m'entraîne chaque soir, mais j'arrive bien à tout concilier.

Tes professeurs te soutiennent-ils d'une quelconque façon ?

J'ai de la chance avec mon maître d'apprentissage. Il me soutient.

Tes parents te soutiennent-ils dans tes objectifs sportifs ?

Ils me soutiennent totalement. Sinon, cela ne serait pas du tout possible étant donné que je n'ai pas de voiture.

Quelle est la position de tes parents par rapport à une carrière dans le sport d'élite ?

Pour mes parents, il est important que je termine mon apprentissage. C'est également important pour moi. Si je veux ensuite faire carrière dans le sport d'élite, ils n'ont rien contre.

Tes parents t'accompagnent-ils aux entraînements et aux compétitions ?

Oui, aux entraînements. Nous allons aux compétitions en car. Ils viennent de temps à autres assister aux matchs du club. Mais ils ne viennent en fait jamais aux matchs de l'équipe nationale.

Tes parents te soutiennent-ils financièrement ?

Oui. Mais en tant que gardien, la plupart des choses sont mises à ma disposition par le club, les crosses, les gants, pour que nous ayons tous le même équipement.

Le rôle de l'entraîneur et du club

Le talent de mon enfant est-il encouragé de façon appropriée ? Bon nombre de parents se posent cette question lorsque leur adolescent commence à engranger les premiers succès dans des compétitions régionales et nationales et fait preuve de persévérance dans sa spécialité sportive.

Plus le niveau de performance est élevé, plus la tentation d'exercer une influence sur les entraîneurs et les fonctionnaires du club est grande. Souvent, les parents ne croient pas l'entraîneur capable d'encourager correctement « leur talent sportif ». Ce faisant, ils ne stimulent pas mais freinent plutôt la carrière de leur enfant. En effet, les tensions ont un effet négatif sur le jeune talent.

Ceux qui travaillent main dans la main avec l'entraîneur agissent dans l'intérêt de leur enfant et l'aident également à accepter des décisions difficiles.

L'école et le sport : une double charge de travail

Pour les adolescents doués en sport, il importe que leur environnement se montre compréhensif face à la double charge de travail que représentent l'école et le sport. L'environnement peut largement contribuer à ce que les enfants et les jeunes assument leurs obligations scolaires et sportives de manière responsable. Si les personnes chargées de leur éducation font preuve de la flexibilité requise, les jeunes sportives et sportifs ont plus de facilité à concilier l'école et l'entraînement. Toute mauvaise note ne signifie pas que le sportif se désintéresse de l'école. Très souvent, les jeunes doués en sport sont extrêmement motivés pour l'école, malgré plusieurs entraînements par semaine, et gèrent sans problème les deux domaines en parallèle.

L'offre d'écoles de promotion du sport s'est étoffée. Celui qui opte sérieusement pour une promotion sportive peut être admis dans une école appropriée.

Promotion optimale du talent

La détection des talents et la promotion dans la spécialité sportive incombent aux clubs et aux fédérations sportives. En règle générale, les talents bénéficient d'une première promotion au sein du club. Ensuite, ils cheminent vers un cadre de la relève régional ou national. Les talents sportifs et leurs parents doivent très bien connaître ce cheminement dans la spécialité sportive qui les intéresse et être informés des étapes exigées, ainsi que des critères de sélection.

Dans différents cantons, des concepts de promotion cantonaux existent ou sont en cours d'élaboration, avec pour objectif de repérer des talents et de les soutenir dans leur promotion. Etant donné que les dépenses pour l'entraînement s'élèvent déjà facilement à CHF 10 000.- par an pour les jeunes, ces soutiens financiers sont appréciables.



Andrea Von Büren

17 ans, fauteuil roulant de course, Sport Scholarship Future, Swiss Olympic Card Paralympics

Entraînement 7 à 8 fois par semaine sur 5 jours

Compétitions 10 à 12 compétitions, essentiellement en Suisse

Plus grand succès Triple championne du monde aux CM juniors aux États-Unis en 2008 (400 m, 1500 m et 5000 m)

Rêve sportif Une médaille aux Jeux Paralympiques

Formation Classe de sport à la Wirtschaftsmittelschule

Objectif professionnel Domaine commercial ou social

A côté de l'école, as-tu suffisamment de temps à consacrer au sport ?

L'école est actuellement ma priorité. Ce n'est pas toujours simple de tout concilier. Chez moi, c'est plutôt le temps libre qui en pâtit.

Tes professeurs te soutiennent-ils d'une quelconque façon ?

Oui, je fréquente la classe de sport de la Wirtschaftsmittelschule. Nous pouvons faire la maturité en 4 ans au lieu de 3. Nous avons moins d'heures de cours par semaine et des créneaux pour l'entraînement à la place. Avoir congé pour participer à des compétitions n'est pas un problème, surtout quand les notes sont bonnes.

Tes parents te soutiennent-ils dans tes objectifs sportifs ?

Oui, totalement. Je ne peux pas conduire. Mon père me conduit donc

chaque fois. Ma mère me soutient à la maison pour ce qui est du domaine scolaire. Lors des compétitions, ils sont tous les deux très présents.

Quelle est la position de tes parents par rapport à une carrière dans le sport d'élite ?

En Suisse, c'est difficile de ne miser que sur le sport. On ne reçoit pas beaucoup de prix et la plupart des sportifs travaillent au moins à 25 %.

Tes parents t'accompagnent-ils aux entraînements et aux compétitions ?

Oui, mais je m'entraîne aussi en partie à la maison sur la poulie et dans la salle de musculation.

Tes parents te soutiennent-ils financièrement ?

Oui, plus ou moins. J'ai aussi trouvé plusieurs sponsors.

Swiss Olympic Talents Card

En étroite collaboration avec J+S et avec les fédérations sportives nationales, Swiss Olympic Talents décerne les « Swiss Olympic Talents Cards nationales et régionales » aux talents qui font partie d'un cadre d'encouragement d'une fédération. La « Swiss Olympic Talents Card internationale » est décernée aux talents qui obtiennent une « Sport Scholarship Top » ou une « Sport Scholarship Future ». En général, les talents titulaires d'une telle carte peuvent être admis dans une école de promotion du sport, mais ils doivent également suivre un entraînement sérieux.

Les entraîneurs, le responsable de la relève ou le responsable de l'assistance aux athlètes de la fédération indiquent aux talents quelles sont les performances requises pour recevoir la « Swiss Olympic Talents Card » et comment ils peuvent l'obtenir.

Les critères d'attribution d'une « Swiss Olympic Talents Card » sont définis pour chaque spécialité sportive. Outre les performances réalisées dans le cadre de compétitions/matches, les tests de performances, l'évolution des performances, les facteurs psychologiques, le volume d'entraînement, l'environnement social, les prédispositions physiques, la résistance et le niveau de développement biologique entrent également en ligne de compte. Plusieurs communes et cantons soutiennent les talents titulaires d'une « Swiss Olympic Talents Card ».

Formation et profession

Le diplôme obtenu au terme d'une formation ouvre les portes d'une carrière professionnelle pendant mais surtout après le sport d'élite. Pour concilier le sport d'élite et la formation/profession de manière optimale, il faut une école flexible ou un employeur flexible. Il s'agit souvent d'une denrée rare.

Suivre une formation professionnelle initiale tout en bénéficiant d'une promotion dans le sport d'élite demande beaucoup de réflexion et de planification. Les parents jouent un rôle de soutien important dans la question du choix d'une profession.

Swiss Olympic travaille en collaboration avec un réseau de conseillers des centres d'information professionnelle (CIP) cantonaux, spécialisés dans le conseil aux sportifs et aux entraîneurs. En outre, Swiss Olympic élabore actuellement des pools d'entreprises formatrices favorables au sport de performance dans différents cantons.

Armée

Avec son concept de promotion du sport d'élite, l'armée témoigne d'une volonté claire d'encourager le sport de compétition. La promotion comprend l'école de recrues pour sportifs d'élite, qui a lieu à Macolin pendant 13 semaines après une instruction de base de 5 semaines. La formation de moniteur de sport militaire (MSM) figure à l'avant-plan. Une grande importance est également accordée aux entraînements spécifiques aux différentes spécialités sportives, dirigés par des entraîneurs de fédération qualifiés.

Par ailleurs, sous certaines conditions, les sportifs ont aussi la possibilité de consacrer leurs cours de répétition (CR) à un entraînement spécifique à leur spécialité sportive.

www.baspo.admin.ch > Thèmes > Sport d'élite > Promotion du sport d'élite dans l'armée



Severin Baumann

16 ans, unihockey, équipe nationale M18, Sport Scholarship Future, Swiss Olympic Talents Card internationale

Entraînement 3 à 4 fois par semaine en salle, musculation, jogging

Compétitions 16 matchs par saison et 7 ou 8 play-offs

Plus grand succès Champion suisse 2008 avec les moins de 16 ans, membre du cadre M19

Rêve sportif Joueur de unihockey en Suède ou en Finlande

Formation Gymnase

Objectif

professionnel Professeur de sport

A côté de l'école, as-tu suffisamment de temps à consacrer au sport ?

A l'école, les examens tombent souvent tous pendant les deux ou trois mêmes semaines. Je dois alors bien répartir mon temps, pour commencer à étudier assez tôt. Jusqu'ici, il n'y a jamais eu de complications.

Tes professeurs te soutiennent-ils d'une quelconque façon ?

Oui, il arrive par exemple que je puisse reporter un examen ou avoir congé.

Tes parents te soutiennent-ils dans tes objectifs sportifs ?

Mes parents ont toujours trouvé que le sport était quelque chose de sympa et que je devais faire ce qui me plaisait. Ils m'ont toujours soutenu dans ce domaine.

Quelle est la position de tes parents

par rapport à une carrière dans le sport d'élite ?

Je ne pense pas qu'ils soient contre. Ils savent que je travaille dur et que je ne fais pas que rêver. Il leur importe toutefois aussi que je termine une formation.

Tes parents t'accompagnent-ils aux entraînements et aux compétitions ?

Oui, ils viennent me chercher à l'entraînement, pour que je ne rentre pas trop tard et que j'aie suffisamment d'heures de sommeil. Ils viennent aussi souvent voir les matchs à domicile.

Tes parents te soutiennent-ils financièrement ?

Oui, comme je ne travaille pas, mes parents paient tout. La contribution d'encouragement de Swiss Olympic nous soulage un peu.

Où trouver de l'aide ?

Les interlocuteurs suivants connaissent la situation des jeunes talents et de leurs parents et leur prodigent aide et conseils.

Conseils au sein de la fédération sportive

Dans chaque fédération sportive nationale, les responsables de l'assistance aux athlètes accompagnent et conseillent les sportifs d'élite. Ils sont des interlocuteurs au même titre que les entraîneurs.

Vous obtiendrez leur adresse directement auprès de la fédération sportive concernée.

Les personnes ci-dessous peuvent donner de plus amples informations sur des domaines particuliers de la promotion :

- Entraîneur
- Responsable de l'assistance aux athlètes
- Responsable du sport d'élite / responsable de la relève
- Responsable de la planification de carrière
- Coordinateur sportif de l'école
- Responsable cantonal de la promotion de la relève

Conseils par Swiss Olympic

En tant qu'association faîtière de toutes les fédérations sportives, Swiss Olympic propose des informations sur la planification de carrière, le sport d'élite et l'école. Le département « Career Services » de Swiss Olympic offre aux futurs sportifs d'élite une aide et des conseils pour planifier leur carrière et concilier le sport avec l'école et l'exercice d'une profession.

Adresse de contact :

Swiss Olympic

Promotion des athlètes / Career Services

Maison du Sport, case postale 606, 3000 Berne

Tél. 031 359 71 34, fax 031 352 33 80

careerservices@swissolympic.ch

Pour de plus amples informations, prière de consulter les sites suivants :

www.swissolympic.ch/fr/careerservices

www.swissolympic.ch/fr/programmesscolaires

www.swissolympic.ch/fr/responsableauxathletes

www.swissolympic.ch/fr/talentscard

www.swissolympic.ch/fr/medecinesportive

www.swissolympic.ch/fr/alimentationsportive

www.swissolympic.ch/fr/psychologiesportive

www.jeunesseetsport.ch

Photo de couverture : Lara Gut, médaillée d'argent aux CM de ski alpin 2009 en super-combiné dames ; de gauche à droite :

Norma Tipaldi (physiothérapeute), Mauro Pini (entraîneur), Pauli Gut (père de Lara) et Gabriella Almici Gut (mère de Lara)

Impressum

Auteur / rédaction : Eva Woodtli Wiggenhauser
Groupe d'encadrement : Sascha Korner Schoch, Ralph Rüdüsüli Laurent, Matthias Zurbuchen
Illustrations : Wiggenhauser & Woodtli, Benken (ZH)
Photos : Keystone / Kurt Schorrer / EQ Images
Impression : Printgraphic AG Berne
Editeur : Swiss Olympic, Ittigen près de Berne
Traduction : Semantis Translation SA, Lausanne
1^{re} édition : 2009

National Supporter



Leading Partners

