

## Modèle de développement des athlètes



## **Softball Québec**

ÉDITION

2013 - 2017



# Table des matières

<b>Table des matières</b> .....	<b>2</b>
<b>1. Mise en contexte</b> .....	<b>4</b>
<b>2. Schéma du cheminement idéal de l'athlète</b> .....	<b>8</b>
2.1 Cheminement pour atteindre l'équipe nationale .....	8
2.2 Aperçu des différents stades.....	11
<b>3. Exigences du sport de haut niveau</b> .....	<b>112</b>
3.1 Contexte de performance sur le plan international .....	12
3.2 Portrait de l'athlète de niveau international .....	16
3.3 La réalité du Québec au niveau féminin.....	19
3.4 La réalité du Québec au niveau masculin .....	21
<b>4. Rappel des principes fondamentaux de croissance et de maturation</b> .....	<b>22</b>
4.1 Sport à spécialisation tardive .....	22
4.2 Principes fondamentaux de croissance et de maturation .....	22
4.3 Constat : situation actuelle .....	25
4.4 Suivi du modèle de Softball Canada .....	26
<b>5. Cadre de référence</b> .....	<b>27</b>
5.1 Les objectifs de développement (modèle canadien).....	27
5.2 Particularités québécoises .....	36
5.3 Modèle de développement lanceurs - receveurs .....	38
5.4 Qualification des entraîneurs québécois .....	41
5.5 Qualification des officiels québécois .....	43
5.5.1 Recrutement.....	43
5.5.2 Suivi .....	43
5.5.3 Ligue d'Excellence .....	44
5.5.4 Outils complémentaires .....	44
5.6 Cadre de gestion .....	45
5.6.1 Les parents .....	47
5.6.2 Les gérants .....	47
5.6.3 Les entraîneurs .....	47
5.6.4 Programme des équipes du Québec .....	47
<b>6. Exigences liées aux programmes contribuant au développement de l'excellence</b> .....	<b>49</b>
6.1 Catégorisation des athlètes.....	49
6.1.1 Espoir .....	49
6.1.2 Relève .....	49
6.1.3 Élite .....	49
6.1.4 Excellence.....	50
6.2 Processus de classement des athlètes.....	50



---

6.2.1	Critères de qualification "élite" et "relève".....	50
6.2.2	Mode de fonctionnement - classement:.....	50
6.3	Programme des Équipes du Québec.....	52
6.4	Programme sport-études .....	53
6.4.1	Plan d'action .....	54
6.4.2	Recrutement des athlètes au programme sport-études balle-rapide .....	55
6.4.3	Admissibilité des athlètes au programme sport-études balle rapide .....	55
6.4.4	Gestion du programme sport-études en balle rapide .....	56
6.4.5	Sélection des entraîneurs .....	56
6.4.6	Supervision des athlètes.....	57
6.5	Championnat international de balle rapide de Montréal .....	57
6.5.1	Financement des athlètes.....	57
6.5.2	Organisation d'un championnat canadien .....	57
6.6	Réseau de développement .....	58
6.6.1	Jeux du Québec.....	58
6.7	Académie du softball et Centre provincial d'entraînement .....	59
6.7.1	Mission de l'académie .....	59
6.7.2	Objectifs .....	59
6.7.3	Les 2 divisions .....	59
6.7.4	Le Centre provincial d'entraînement (Claude Robillard) .....	60
6.8	Camp d'entraînement Québec-Floride.....	60
6.9	Compétitions de préparation aux Jeux du Canada.....	61
<b>7.</b>	<b>Présentation des projets soumis aux fins de soutien financier .....</b>	<b>62</b>
<b>8.</b>	<b>Stratégie de diffusion.....</b>	<b>63</b>
<b>9.</b>	<b>Conclusion .....</b>	<b>64</b>
<b>10.</b>	<b>Annexes.....</b>	<b>65</b>



# 1. Mise en contexte

La fédération sportive de Softball Québec a développé, au fil des ans, un modèle de développement des athlètes en softball dans le but d'établir une base de référence pour ses participants.

Ce modèle précise l'encadrement requis lors des différents stades de développement de l'athlète en softball. Quoique le modèle inclut les différentes disciplines du softball (balle lente, rapide et orthodoxe), c'est en balle rapide que l'athlète pourra viser le haut niveau, l'excellence. La base est commune aux trois disciplines régies par Softball Québec.

Softball Canada a également lancé son modèle au niveau national et le Québec a grandement participé à son élaboration, étant précurseur dans cet exercice. Certaines particularités du modèle canadien diffèrent du modèle québécois mais les grandes orientations sont identiques. Afin d'alléger ce document, nous utiliserons le modèle canadien en annexe et expliquerons les différences au sein de ce document.

Depuis sa fondation en 1970, Softball Québec a mis de l'avant différentes notions de base étant supportées par ses programmes mais aucun document ne faisait l'intégration de toutes ces notions. L'évolution rapide du sport, surtout en balle rapide, a forcé la fédération, il y a quelques années à mieux structurer son programme d'excellence afin de demeurer compétitif sur les scènes nationales et internationales.

Ce document n'est pas uniquement axé sur l'excellence. Il explique des cibles et les étapes pour y arriver. En comprenant le but et les objectifs visés au sein des actions, il est plus facile de suivre les orientations.

## Volet féminin

C'est en 1994 que les grands travaux ont débuté avec la mise en place du tout premier programme de développement de l'excellence. Le Secrétariat au loisir et au sport du Gouvernement du Québec fut d'une aide précieuse en établissant les balises de ce plan et ce, pour toutes les fédérations sportives. Le programme des Équipes du Québec a vu le jour avec les catégories midget (17-19 ans) devenu U18 aujourd'hui, junior (20-23 ans) qui est le U21 aujourd'hui et senior (24 ans et plus) maintenant 22 ans et plus autant du côté masculin que féminin. Le championnat international de balle rapide de Montréal a également vu le jour cette année-là en plus des différents programmes visant à supporter ces athlètes, notamment le volet excellence des arbitres, les programmes de dépistages provinciaux, etc.

Au début des années 2000, d'autres volets se sont ajoutés au programme de l'excellence. Notamment, le sport-études softball, l'académie du softball et l'expansion des Équipes du Québec dans les catégories benjamin (13-14 ans) nommé U14 aujourd'hui et cadet (15-16 ans) maintenant appelé U16 féminin. Ces deux nouvelles équipes provenaient du réseau de développement féminin et évoluaient à temps partiel sous forme d'équipes étoiles dans le programme des Équipes du Québec.

Le cycle 2005-2009 fut très productif pour le programme des Équipes du Québec. Non seulement il est passé d'une quinzaine d'entraîneurs de haut niveau à une trentaine mais il compte un nombre important de collaborateurs experts qui sont venus aider à effectuer l'analyse de l'état de la situation, à élaborer un plan à moyen et long terme favorisant le développement des athlètes de haut niveau.

C'est ainsi que le programme des Équipes du Québec a été modifié pour un programme par année de naissance au niveau féminin dans les catégories les plus jeunes, visant l'élargissement des bases de développement, formant un plus grand nombre d'athlètes qui devront se démarquer en étant mieux préparés lorsque viendra le temps de passer aux catégories de performance (U18 à senior, donc 17 ans et plus). La balle rapide étant un sport à développement tardif, cette nouvelle direction était optimale.

Pour sa part le cycle 2009-2012 a été tout aussi chargé. Plusieurs améliorations ont été apportées au programme féminin au cours de cette période. La qualité des entraîneurs sur le programme n'a pas cessé de s'améliorer. Au cours de ce cycle, pratiquement tous les entraîneurs ont reçu leur certification complète au



programme « Introduction à la compétition », les athlètes du programme sont donc très bien encadrées. Pour ajouter à cet encadrement des entraîneurs, le volume des activités de développement a pris un énorme essor au cours du dernier cycle. Par exemple, un congrès des Rebelles a été créé avec des conférences importantes pour les athlètes, entraîneurs et parents. Des gens de renom ont participé à ces congrès tel que, Étienne Boulay et Sylvie Fréchette. Le sentiment d'appartenance au programme est quelque chose d'important pour le comité de développement de l'excellence, c'est pourquoi, des activités de leadership et de développement de l'identité ont été mises de l'avant.

Au niveau terrain, il est important de noter qu'au cours du cycle 2009-2012 le U21 féminin a fait son retour sur le programme et ce, de façon remarquable en remportant une médaille d'argent au championnat canadien senior de 2012. Toutes les catégories se développent très bien car on peut parler d'amélioration notable des performances sur la scène nationale. L'avenir semble très prometteur pour le programme féminin. Le comité de développement de l'excellent aimerait par contre être en mesure dans les années à venir d'emmener plus d'athlètes au niveau des équipes nationales et des universités américaines.

### **Volet masculin**

Si une « machine » est en place du côté féminin, la situation est quelque peu différente du côté masculin et ce, pour différentes raisons.

Au début des années 2000, la balle rapide masculine était encore très forte et centralisée dans la région de Québec. Au cours du cycle 2009-2013, un groupe du Centre du Québec a pris en charge le volet masculin. Certains membres de la région de l'Outaouais travaillent également en lien avec ce volet.

La grande différence du côté masculin est sa particularité régionale. Alors que le côté féminin possède une dizaine de régions passablement actives, seulement 4 régions sont réellement actives du côté masculin en balle rapide.

À défaut d'avoir une structure bien établie comme le féminin, ces quatre régions se partagent la composition des Équipes du Québec masculines et le travail effectué auprès de ces athlètes est remarquable compte tenu du contexte. Les athlètes sont identifiés localement et immédiatement intégrés au programme des Équipes du Québec sans passer par un réseau de développement officiel.

Quelques compétitions régionales sont organisées pour les plus jeunes mais sans plus. L'absence de championnat canadien dans les catégories U14 (13-14 ans) et U16 (15-16 ans) masculin fait en sorte qu'il n'y a pas une nécessité aussi marquante de former des équipes du Québec à ces âges. Les formations locales et régionales peuvent participer intégralement dans les championnats de l'Est du Canada et bien y performer. En 2013 par contre, Softball Canada tente de mettre en place un championnat canadien dans la catégorie U16 masculin. Il est présentement en recueil d'information à savoir si le projet est viable ou non.

Au cours du cycle 2009-2012, le comité masculin a tout d'abord mis de l'avant un très solide comité de gestion du volet masculin. Ce comité regroupe un bon nombre de tête importante du milieu masculin et travaille sur le réseau mineur en plus d'œuvrer du côté de l'excellence (les équipes du Québec). Ces derniers structurent également un réseau de compétitions. Plusieurs démarches très intéressantes ont été instaurées au cours du dernier cycle et semblent mises en place pour revenir années après années. Parmi ces activités ont retrouvés l'organisation d'une clinique avec un spécialiste de renommée internationale, l'organisation d'un championnat sur la scène nationale et la mise en place d'activités de développement spécifique au sport tel que, des cliniques de lanceurs et receveurs. Cet excellent travail a porté fruit car des athlètes masculins ont, dans le dernier cycle, évolué avec les équipes nationales tant au niveau senior (Mathieu Roy) qu'au niveau junior (Michael Lamontagne). Les athlètes qui nous ont représenté au sein des équipes Nationales ont fait excellente figure lors des événements internationaux auxquels ils ont pris part. Les entraîneurs du côté masculin sont de mieux en mieux formés tout comme pour le volet féminin. Des formateurs ont aussi été formés dans les régions de Québec et Centre du Québec afin de pouvoir répondre à cette demande croissante de formation.



Pour les années à venir, l'objectif au niveau masculin sera de continuer à ouvrir les horizons des régions. Ce travail d'ouverture fera en sorte d'augmenter leur bassin. Les régions les plus sujettes au développement sur le plan du masculin seraient les suivantes : Québec, Chaudières Appalaches, Centre du Québec, Outaouais et l'Est du Québec.

### **Collaboration entre programme**

Une belle chimie s'est développée entre les Équipes du Québec masculines et féminines. Plusieurs échanges de bons procédés et de services sont en place. Par exemple, il n'est pas rare de voir l'Équipe du Québec senior féminine se diriger à Québec pour profiter d'excellentes pratiques au bâton en compagnie des lanceurs masculins.

L'équipe du Québec Senior féminine visite aussi la région du Centre du Québec à chaque saison pour jouer des matchs contre l'équipe du Québec U18 masculine ou contre un regroupement de joueurs des équipes du Québec masculine. Les matchs sont de très bons calibres et c'est intéressant de voir les équipes travailler ensemble et ce, dans un même objectif. Plusieurs athlètes du programme féminin participent aux cliniques de formation du volet masculin. Nous n'aurions pas vu, il y a quelques années, autant de travail d'équipe entre les programmes féminin et masculin. C'est très intéressant pour l'avenir.

### **Élaboration du Modèle**

Les entraîneurs travaillent également beaucoup mieux ensemble, les plus expérimentés s'efforcent de partager leurs connaissances avec les nouveaux. La composition du comité de travail à l'élaboration du Modèle de développement de l'athlète 2009-2012 n'avait pas fait exception à cette règle. Sept (7) personnes avaient travaillées à l'élaboration du modèle.

- Claude Vinet, entraîneurs de plus de 20 ans d'expérience.
- Louis Dupont, entraîneurs depuis plus de 2 décennies.
- Jacques Bergeron, entraîneur et ancien athlète d'élite.
- Marc-Olivier Dagenais, entraîneur émérite ayant participé à l'élaboration du modèle provincial et national.
- Mélanie Chicoine-Cotnoir, membre de l'équipe du Québec Senior féminine.
- Sophie Bédard, directrice du programme de l'excellence de la fédération.
- Annie Michaud, arbitre membre du comité des arbitres de la fédération.

Le modèle pour le cycle 2013-2017 a surtout été créé au cours du cycle 2009-2012. Un comité de révision et de mise à jour a été mis de l'avant en 2013 pour valider ce modèle et le mettre au goût du jour pour le prochain cycle soit, 2013-2017.

### **Comité de révision et de mise à jour**

C'est donc fort d'une belle expertise provinciale que nous avons présenté la version 2009-2012 du Modèle de développement des athlètes en softball. Pour la période 2013-2017 nous partons du document présenté précédemment en y ajoutant diverses modifications pour mettre le modèle au goût du jour et le rendre plus simple à utiliser. Le comité de développement de l'excellence supervisé par Marc-Olivier Dagenais a travaillé à la mise à niveau de ce document.

Quelques personnes d'influence dans le monde de la balle-rapide au Québec ont mis la main à la pâte pour présenter ce nouveau modèle :



### *Fédération sportive de Softball Québec*

---

- Marc-Olivier Dagenais, directeur de l'excellence sur le conseil d'administration de la fédération. Il possède un bagage exceptionnel en entraînement du softball mais aussi en entraînement physique.
- Geneviève Houle, coordonnatrice technique et développement à la fédération. Elle évolue sur l'équipe du Québec Senior et fait partie du programme d'excellence depuis plus de 12 ans.
- Cassandra Morais, chargé de projets à l'excellence. Elle agit aussi à titre d'entraîneur sur le programme depuis plus de 5 ans en plus d'être entraîneur au niveau sport-études.
- Chantal Gagnon, directrice générale de la fédération.
- Jocelyn Lacroix, arbitre de niveau 4, membre du comité des arbitres de la fédération.



## 2. Schéma du cheminement idéal de l'athlète

Les différents stades de développement d'un athlète en softball ont été définis en 7 étapes. Tel que le démontre l'illustration de forme circulaire que l'on peut retrouver dans les pages à venir, être actif pour la vie (Vie active) et ce, à tous les âges, est l'ultime objectif. Les orientations stratégiques et les valeurs mises de l'avant par Softball Québec ne sauraient être plus claires à ce niveau. Chaque joueur doit pouvoir évoluer au niveau de jeu qu'il ou elle le désire. Il ne faut pas forcer un athlète à la compétition s'il n'en a pas envie tout comme il faut offrir l'encadrement nécessaire aux athlètes qui veulent atteindre le plus haut niveau, l'équipe nationale.

À cet effet, chacune des étapes inclus le principe "Vie active" et démontre non seulement les structures d'accueil et réseaux de compétitions, programmes et services de la fédération pour le haut niveau mais pour la masse également. Nous avons jugé pertinent d'intégrer les deux notions compte tenu des stades de développement qui précise l'âge des athlètes, notamment pour les stades 3, 4 et 5 où le participant aura l'option d'entrer dans un cheminement vers l'excellence ou de continuer son parcours récréatif au sein de notre sport.

### 2.1 Cheminement pour atteindre l'équipe nationale

Quoique les 7 stades englobent tous les services offerts en incluant la notion « Vie active », il n'en demeure pas moins que pour atteindre le haut niveau en softball, l'athlète doit passer par des structures d'accueil très précises. À cet effet, les deux images suivantes présentent à haut niveau le chemin optimal à parcourir afin d'atteindre les équipes nationales de balle rapide féminine en page 9 et masculine en page 10.



## Chemin optimal pour atteindre l'équipe nationale senior féminine Stades de développement d'une athlète en softball

U8 (4-8 ans)	U10 (9-10 ans)	U12 (11-12 ans)	U14 (13-14 ans)	U16 (15-16 ans)	U18 (17-18 ans)	U21 (19 à 21 ans)	Senior (22 ans et plus)
Atome (Apprendre à jouer)	Atome	Moustique	Benjamin	Cadet	Midget	Junior	Senior
Local	Local	Local	LFFEQ	LFFEQ			
		LFFEQ	AAA	AAA	AAA	AAA	AAA
			Sport-Études	Sport-Études	Sport-Études	USA	USA
					Équipe Canada Junior	Équipe Canada Junior ou Senior	Équipe Canada Senior
Festival B	Festival B	Festival B ou Provincial AA	Provincial AA ou Championnat Canadien	Provincial AA ou Championnat Canadien ou/et Jeux du Québec	Championnat Canadien	Championnat Canadien et Jeux du Canada	Championnat Canadien
<b>Stade de développement</b>							
Apprendre à Jouer							
	Apprendre à s'entraîner						
			S'entraîner à s'entraîner				
				S'entraîner à la compétition			
						Vivre pour gagner	
Association locale	Association locale ou régionale (LFFEQ) et sport-études		Association régionale ou centre d'excellence et sport-études	Centre d'excellence et Sport-Études	Centre d'excellence		

Ce que nous devons comprendre de ce tableau est qu'à titre d'exemple, une athlète féminine de 14 ans évoluant au sein de l'équipe du Québec (AAA) ou du réseau de développement (AA) est sur la bonne voie pour atteindre l'équipe nationale féminine vers l'âge de 20 ans mais si elle évolue toujours au niveau local, ses chances d'y parvenir sont très minces.



## Chemin optimal pour atteindre l'équipe nationale senior masculine Stades de développement d'un athlète en softball

U8 (4-8 ans)	U10 (9-10 ans)	U12 (11-12 ans)	U14 (13-14 ans)	U16 (15-16 ans)	U18 (17-18 ans)	U21 (19 à 21 ans)	Senior (22 ans et plus)
Atome (Apprendre à jouer)	Atome	Moustique	Benjamin	Cadet	Midget	Junior	Senior
Local	Local	Local	Local	Local			
				AAA	AAA	AAA	AAA
					Équipe Canada Junior	Équipe Canada Junior	Équipe Canada Senior
				Championnat Canadien	Championnat Canadien	Championnat Canadien et Jeux du Canada	Championnat Canadien
<b>Stade de développement</b>							
Apprendre à Jouer							
	Apprendre à s'entraîner						
			S'entraîner à s'entraîner				
					S'entraîner à la compétition		
						Vivre pour gagner	
Association locale				Association locale ou Équipe du Québec AAA	Équipe du Québec AAA		

Dans le même ordre d'idée que pour les filles, un athlète masculin de 18 ans doit essentiellement faire partie de l'Équipe du Québec U18 s'il veut augmenter ses chances de faire partie de l'équipe nationale senior un jour.



## 2.2 Aperçu des différents stades

**Enfant actif** vise à intéresser les enfants à l'activité physique, à l'apprentissage des habiletés fondamentales du mouvement de la course, du saut, de l'attrapé, du pivotement, de la frappe et du lancer et de les relier au jeu.

**S'amuser grâce au sport** ajoute au développement des habiletés fondamentales du mouvement et repose sur une base générale de capacités physiques.

**Apprendre à s'entraîner, S'entraîner à s'entraîner, et S'entraîner à la compétition** se concentrent sur le développement des habiletés propres au softball, en assurant un niveau approprié de plaisir tout en ajoutant l'aspect compétition au jeu.

**Apprendre et s'entraîner à gagner** accentue le changement vers la vraie haute performance, y compris un centre d'attention sur l'entraînement individuel et les résultats de performance en compétition.

**Vivre pour gagner** insiste sur les résultats de performance et l'excellence internationale.

**Vie active** est le stade final du continuum et ce stade peut commencer n'importe quand après que la joueuse ou le joueur a commencé à pratiquer le softball. Ce stade reflète le désir individuel, la compétence et l'intérêt personnel dans le sport et il appuie la participation et l'activité de toute une vie non seulement en softball mais sous d'autres formes d'activité physique. La participation peut se réaliser comme joueur, entraîneur, administrateur de ligue ou comme bénévole.

Vous pouvez voir plus en détail les caractéristiques de chaque stade ainsi que les structures d'accueil et les différents services offerts par la fédération en annexe de ce document, pages 65 à 73. Ces structures et services seront détaillés un peu plus loin dans ce guide.



## 3. Exigences du sport de haut niveau

### 3.1 Contexte de performance sur le plan international

Dans le dernier cycle, le Canada possédait deux équipes nationales au niveau senior soit, une féminine et une masculine. Lorsque le sport était présent au niveau des Olympiques, le support financier a été accru au niveau féminin dû à ce statut particulier. En raison de ce budget augmenté, le programme féminin avait par le fait même, un plus grand nombre d'activités. Par contre, 2008 fut la dernière participation du Softball aux Olympiques. Depuis ce temps, les moyens sont revenus très similaires tant au niveau féminin que masculin.

Il va sans dire que ce statut pourrait être révisé au cours des prochaines années si le softball est réintégré sur le programme des Jeux Olympiques de 2020. Afin d'améliorer les chances d'un retour du sport aux Olympiques, un partenariat a été mis de l'avant entre la fédération internationale de softball et la fédération internationale de baseball. Ces deux associations font front commun pour présenter une demande conjointe dans le but de faire un retour aux Jeux Olympiques de 2020.

Le nombre et la durée des activités de l'équipe nationale féminine varient beaucoup selon l'année. Cependant, d'une année à l'autre, l'équipe a généralement au début juin des camps de sélection et d'entraînement.

Par la suite, entre le mi-juin et la mi-juillet, l'équipe participe habituellement à une série de compétitions préparatoires d'envergure internationale (Coupe Canada, Coupe du Monde, etc.) en plus de disputer des séries de matchs hors concours contre les équipes nationales de d'autres pays.

Le but est de se préparer adéquatement pour la ou les compétitions majeures de l'année (Jeux Panaméricains, Championnat du Monde, Qualifications pour les Jeux Panaméricains, etc.) qui se tiennent généralement entre la mi-juillet et la fin août. Ces compétitions majeures représentent généralement le clou de la saison pour l'équipe féminine.

Dans une année typique, l'équipe disputera entre 20 et 25 matchs en plus de bénéficier de 10 à 15 jours par années d'entraînement. Les matchs sont de 7 manches et ont une durée moyenne de 1h40.

Au niveau du programme masculin, la réalité est légèrement différente en raison des moyens financiers plus limités du programme. Il y a moins de variations d'une année à l'autre dans le nombre et la durée des activités de l'équipe.

L'équipe tiendra généralement un camp d'entraînement allant de quelques jours à une semaine et disputera quelques matchs préparatoires hors-concours en sol canadien et participera à une ou deux compétitions internationales. L'équipe masculine dispute entre 12 et 20 matchs par années en moyenne au niveau international. Chaque match est d'une durée de 7 manches et dure environ 1h45.

La catégorie junior n'est pas en reste. Softball Canada forme des équipes de façon sporadique dans cette catégorie afin de participer à divers événements spécifiques. Softball Québec a été présent lors de ces divers événements lors des dernières années avec des athlètes sur les équipes tant au niveau féminin que masculin. Le mode de procédé pour former ces équipes est assez simple. Si nous sommes dans une année pour laquelle on retrouve un événement, un camp sera organisé servant à la détection de talents. De ces camps, des athlètes sont sélectionnés afin de participer au camp de sélection final. L'équipe sera formée suite à ce dernier camp et ira après quelques jours d'entraînement conjoint, participer à l'événement international en question.



Voici un horaire type pour l'Équipe du Canada Senior Féminine

### Horaire 2014 de l'équipe nationale senior féminine



#### Camps d'identification de l'équipe nationale féminine

Date	Événement	Endroit
11 au 14 juin	Camp d'identification régional de l'Est	Brampton, ON
25 au 28 juin	Camp d'identification régional de l'Ouest	Cloverdale, C.-B.



#### Coupe du monde de softball IX des États-Unis (Irvine, CA)

Date	Événement	Partie	Heure
7 au 13 juillet	Coupe du monde de softball IX	À déterminer	À déterminer



#### Championnat international ouvert de balle rapide du Canada (Surrey, C.-B.)

Date	Événement	Partie	Heure
15 au 21 juillet	Championnat international ouvert	À déterminer	À déterminer



#### Championnat du monde féminin XIV de la ISF (Haarlem, Pays-Bas)

Date	Événement	Partie	Heure
15 août	Championnat du monde XIV	Canada c. Porto Rico	19h30 HAE
17 août	Championnat du monde XIV	Canada c. République tchèque	1h00 HAE
18 août	Championnat du monde XIV	Canada c. Nouvelle-Zélande	2h00 HAE
	Championnat du monde XIV	Canada c. Chine	22h30 HAE
20 août	Championnat du monde XIV	Canada c. Japon	1h00 HAE



Date	Événement	Partie	Heure
	Championnat du monde XIV	Canada c. Russie	22h30 HAE
21 août	Championnat du monde XIV	Canada c. Cuba	18h30 HAE
22 août	Championnat du monde XIV	Ronde éliminatoire	À déterminer
23 août	Championnat du monde XIV	Ronde éliminatoire	À déterminer
24 août	Championnat du monde XIV	Ronde des médailles	À déterminer

Voici un horaire type de l'équipe féminine du Canada junior une année sans événement international :

### Horaire 2014 de l'équipe nationale junior féminine



#### Camps d'identification de l'équipe nationale junior féminine

Date	Événement	Endroit
14 au 15 juin, 2014	Camp d'identification de l'Est	Brampton, ON
26 au 27 juin, 2014	Camp d'identification de l'Ouest	Cloverdale, C.-B.
26 au 27 juillet, 2014	Camp d'identification Centrale	Saskatoon, SK

Voici un horaire type de l'équipe masculine du Canada Senior :

### Horaire 2014 de l'équipe nationale senior masculine



#### Camp de l'équipe nationale junior masculine

Date	Événement	Endroit
13 au 15 juin	Camp	Brampton, ON



#### Championnat panaméricain masculin IX (Parana, Argentine)

Date	Événement	Endroit
24 octobre au 3 novembre	<u>Championnat panaméricain masculin IX</u>	Parana, Argentine



Voici un horaire type de l'équipe masculine du Canada junior une année où il y a des événements internationaux :

### Horaire 2014 de l'équipe nationale junior masculine



#### Camp de sélection de l'équipe nationale junior masculine

Date	Événement	Endroit
22 au 25 mai	Camp de sélection	Brampton, ON



#### Entraînement pré-compétition de l'équipe nationale junior masculine

Date	Événement	Endroit
2 au 9 juillet	Entraînement pré-compétition / Parties hors-concours	Vancouver, C.-B.



#### Championnat du monde junior masculin X de la ISF (Whitehorse, YT)

Date	Événement	Partie	Heure
11 juillet	Championnat du monde X	Canada c. République tchèque	19h30 HAP
12 juillet	Championnat du monde X	Canada c. Argentine	19h30 HAP
13 juillet	Championnat du monde X	Canada c. États-Unis	19h30 HAP
14 juillet	Championnat du monde X	Canada c. Nouvelle-Zélande	19h30 HAP
15 juillet	Championnat du monde X	Canada c. Australie	19h30 HAP
16 juillet	Championnat du monde X	Canada c. Mexique	14h00 HAP
	Championnat du monde X	Canada c. Danemark	19h30 HAP
17 juillet	Championnat du monde X	Canada c. Japon	19h30 HAP
18 juillet	Championnat du monde X	Canada c. Singapour	17h00 HAP
19 juillet	Championnat du monde X	Ronde éliminatoire	
20 juillet	Championnat du monde X	Ronde des médailles	



## 3.2 Portrait de l'athlète de niveau international

Le softball est un sport à développement tardif; c'est-à-dire que les joueurs de softball arrivent à maturité et au sommet de leur potentiel un peu plus tard que dans d'autres sports. Le softball est un sport technique dans lequel l'expérience, la qualité technique et l'intelligence tactique sont des facteurs de performance plus importants que la vitesse ou la puissance.

Il y a cependant une grande différence entre les hommes et les femmes. Selon le plan de développement à long terme du joueur et de la joueuse de softball, les femmes atteignent l'excellence internationale après l'âge de 19 ans tandis que c'est surtout après l'âge de 23 ans chez les hommes.

La joueuse féminine atteindra son plein potentiel autour de l'âge de 24-25 ans tandis que c'est plutôt vers l'âge de 28-29 ans que le joueur masculin l'atteindra.

La différence peut s'expliquer par 2 facteurs. Le premier facteur est physiologique; c'est-à-dire que les femmes atteignent leur « peak » physique naturel au début de la vingtaine tandis que les hommes atteignent le même « peak » dans la 2<sup>e</sup> moitié de la vingtaine.

Le deuxième facteur qui explique aussi cette différence est la structure de développement. Chez les femmes, il y a une structure de compétition très développée au niveau universitaire, surtout aux États-Unis. La presque totalité des joueuses qui font partie du programme de l'équipe nationale féminine ont joué au niveau universitaire. Pendant 4 ans, à raison de 20-25 heures par semaine pendant 7 à 8 mois par année, elles bénéficient d'un encadrement de haut niveau avec des entraîneurs professionnels d'un réseau de compétition bien structuré pour se développer. Les hommes n'ont pas cette structure.

Les actions principales que l'on retrouve au niveau du softball sont les suivantes :

- Lancer par le lanceur et relais par les joueurs de position
- Élan au bâton par le frappeur
- Sprint linéaire de 60 pieds exemple : marbre au 1<sup>er</sup> but (environ entre 2,6 et 3,5 secondes)
- Sprint semi-circulaire de 120 à 180 pieds exemple : marbre au 2<sup>e</sup> but (environ entre 5,5 et 10 secondes en fonction de la distance parcourue)
- Course d'attrapée (moins de 7 secondes)
- Glissades

En résumé :

- 1) Le softball comporte beaucoup d'actions explosives qui vont rechercher majoritairement comme qualité physique la puissance musculaire.
- 2) Ce sport demande des actions de très courtes durée c'est-à-dire de moins de 10 secondes. La qualité physique qui est surtout mise de l'avant avec cela est le système anaérobie alactique (sous forme de vitesse)

Le softball est un sport dont il n'y a pas de morphologie type même au niveau international. Tous les types de morphologies peuvent être utiles si on sait les utiliser à bon escient. Sans avoir de données anthropométriques spécifiques, il nous est quand même possible de faire quelques analyses de ce qu'on retrouve au niveau terrain. Il est très évident de voir qu'un lanceur de grande taille sera avantagé au niveau de la vitesse et de la possibilité à faire des effets par rapport à un lanceur de petite taille. On retrouve souvent aussi les joueurs les plus rapides dans les positions de centre de l'avant-champ et au niveau des voltigeurs. Les joueurs les plus costauds se retrouveront souvent au niveau des coins de l'avant-champ et comme receveur.

Pour atteindre l'excellence internationale, l'athlète de softball devra démontrer :

### Sur le plan physique

- Puissance musculaire
- Vitesse et agilité
- Coordination



- Puissance du bras (qualité physique spécifique)
- Vitesse d'élan (qualité physique spécifique)

#### Sur le plan technico-tactique

- Une grande maîtrise d'un éventail de gestes techniques (frappe, relais, amortis, course sur les buts, glissades, attrapés de ballons et de roulants, etc.).
- Bonne compréhension du jeu pour prendre la bonne décision rapidement en fonction des multiples situations possibles au softball

#### Sur le plan psychologique

- Prise de décision rapide et vivacité d'esprit
- Contrôle des émotions
- Gestion de stress
- Contrôle de l'attention

Chacune des positions défensives à ses propres exigences donc, recherche souvent un certain type d'athlète.

#### Premier but

La qualité essentielle d'un joueur de premier but est l'habileté d'attraper. Cependant, les tâches du joueur de premier but dépassent le simple fait d'attraper une balle et de toucher le coussin. La position du joueur de premier but nécessite également un bon jeu de pieds et de l'agilité, sans oublier un bon maniement du gant. Voici quelques responsabilités demandées au joueur de premier but :

- Position sur le terrain
- Jeu de pieds sur le coussin
- Amortis
- Troisième prise échappée
- Autres responsabilités

#### 2<sup>e</sup> but

Le deuxième but et l'arrêt-court sont des positions défensives clés au softball. Elles exigent des réflexes prompts, une prise de décision rapide et de l'agilité. La majorité des balles sont dirigées vers le centre du terrain, souvent dans l'espace à couvrir par le joueur de deuxième but. Il est presque toujours impliqué dans les situations de double jeu.

Voici les tâches spécifiques au joueur de deuxième but :

- Positions défensives
- L'amorti
- Le lancer de côté
- Initier le double jeu
- Effectuer un pivot de double-jeu
- Autres tâches

#### Arrêt-court

L'arrêt-court est un joueur défensif d'une importance cruciale, souvent considéré comme le joueur clé de l'avant-champ. Les qualités primordiales d'un bon arrêt-court ressortent par sa mobilité, la portée de ses gestes techniques et un sens du jeu du softball. Le joueur d'arrêt-court doit être un très bon joueur défensif et posséder un bras puissant.

Voici les tâches fondamentales du joueur d'arrêt-court :



- Positions défensives
- Mobilité
- Exécuter le pivot de double jeu
- Jouer le trou
- Autres tâches

### 3<sup>e</sup> but

Le territoire du joueur de troisième but est le « coin chaud ». Certaines frappes avec puissance rendent difficiles les jeux défensifs du joueur de troisième but; la courte distance avec le marbre laisse peu de temps pour réagir. Il doit se protéger des amortis et être prêt pour un roulant ou un coup en flèche des frappeurs droitiers.

Le joueur de troisième but doit avoir des réflexes extrêmement vifs accompagnés d'une grande agilité. Jouer au troisième but exige des habiletés défensives au-dessus de la moyenne et un puissant bras pour les longs relais.

Voici certaines habiletés particulières et des jeux spécifiques au joueur de troisième but :

- Positions défensives
- Jouer l'amorti
- Lancer par en-dessous
- Attraper les balles frappées faiblement
- Autres tâches

### Voltigeurs

Les qualités recherchées des bons voltigeurs sont la capacité d'anticipation, la vitesse dans les courses et la précision d'un relais puissant. Les joueurs de champ extérieur comme les joueurs d'avant-champ ont à développer des techniques spécifiques reliées à leur fonction qui sont les suivantes :

- Positions défensives
- Départ
- Attraper les roulants
- Attraper les ballons au-dessus de la tête
- Relayer avec puissance
- Attraper en plongeant
- Couvrir les buts

### Normes d'entraînement

Softball Canada a mis sur pied quelques normes au niveau physique pour aider à faire sa sélection au sein de l'équipe nationale. Voici ce qu'un athlète féminin au niveau national devrait être en mesure de réaliser :

### Lanceur

	<b>Norme minimale</b>	<b>Meilleure d'équipe nationale</b>
Balle rapide	60mph	65mph
Changement de vitesse	15-18 mph plus lent que maximum	
N'importe quel (2) des suivants:		
Balle montante	58mph	60mph
Balle courbe	58mph	60mph
Balle tire-bouchon (Screw)	60mph	62mph



### Receveur

	Norme minimale	Meilleure d'équipe nationale
Lancer: M-2B	< 2.00 secondes	1.84 secondes
Relâchement gant à gant	< 0.95	0.80

### Conditionnement Général

	Norme minimale (4 de 9)	Meilleure d'équipe nationale
Vitesse de lancer (par dessus)	> 55 mph	65 mph
Plank	2.00 min	3.00 min
Test Beep (Léger)	6	8.5
Agilité Pro	6.0	5.00
Redressements assis	30 en 1 min	60 en 1 min
Pompes (push ups)	15 en 1 min	25 en 1 min

On peut également retrouver dans le modèle canadien à la page 57 plusieurs détails concernant les principes directeurs de ce stade de développement « Vivre pour gagner ».

## **3.3 La réalité du Québec au niveau féminin**

La grande majorité (environ le 2/3) des filles qui évoluent sur le programme de l'équipe nationale proviennent de l'un des deux grands bassins de joueuses au Canada, soit l'Ontario et la Colombie-Britannique.

L'autre tiers provient généralement des provinces avec des bassins de taille moyenne; soit l'Alberta, le Manitoba, le Québec et la Saskatchewan. Chacune de ces provinces a généralement entre 1 et 2 représentantes sur le programme de l'équipe nationale. Ce fut le cas pour le Québec au cours des 10 dernières années. Le Québec se compare donc aux autres provinces ayant des bassins de joueuses similaires.

Le Québec a toutefois un défi de taille pour les prochaines années. Le softball est devenu très compétitif au niveau international et le calibre de jeu ne cesse de s'améliorer. Pour une fille qui aspire à représenter le Canada sur la scène internationale, le passage par les rangs universitaires américains est pratiquement devenu un incontournable. Comme décrit ci-haut, la structure du softball universitaire est conçu sur mesure pour maximiser le développement des athlètes de haut niveau.

Le défi du Québec est de pouvoir envoyer des filles à ce niveau afin de continuer à avoir des représentantes sur la formation canadienne. Contrairement aux autres provinces anglophones, la majorité des jeunes filles jouant au softball à un niveau compétitif au Québec, ne grandissent pas en rêvant d'obtenir une bourse d'étude sportive et de faire carrière au niveau universitaire. Quelques athlètes y vont et y sont allés au cours des dernières mais elles sont plus l'exception à la règle contrairement aux autres provinces. Cela peut, en grande partie, s'expliquer par 4 facteurs. Le plus gros facteur est la barrière linguistique.

Comme la majorité des jeunes filles ne sont pas bilingues ou ne vont pas dans une école anglophone, la perspective d'aller étudier en anglais loin de la maison mets souvent un frein à leurs ambitions et leur ardeur.

L'autre facteur important est que nous donnons déjà un encadrement sportif de qualité centralisé de 15 à 20 heures par semaine pour assurer leur développement alors plusieurs ne ressentent pas le besoin de s'exiler aux États-Unis. Le soutien et l'encadrement que nous donnons aux athlètes ne se comparent évidemment pas à celui du système universitaire américain mais il est de loin le meilleur en sol canadien.



Un autre facteur important est l'absence de modèles. Comme le Québec a envoyé peu de filles au sud de la frontière, les jeunes athlètes qui poussent dans nos programmes d'excellence ont peu d'exemples dont elles peuvent suivre les traces.

Finalement, le dernier facteur est que les entraîneurs au Québec savent plus ou moins le processus pour aider les athlètes à se dénicher un poste au sein d'une équipe universitaire. Le processus est long, complexe et doit être commencé tôt. Ce processus doit être amorcé dans la catégorie U16 (15-16 ans) pour donner aux athlètes et à leurs parents le temps de sérieusement considérer cette option et de trouver la bonne école.

Il ne faut pas passer sous silence le couteau à double tranchant qui viendra avec l'accroissement du nombre d'athlètes qui iront faire carrière aux États-Unis puisqu'il faudra les convaincre de revenir jouer pour les équipes du Québec durant l'été. Après 8 mois de softball intensif aux États-Unis, plusieurs athlètes perdent leur sentiment d'appartenance envers leur équipe provinciale en plus d'être souvent exténuées de leur année. Elles choisissent souvent de ne pas jouer l'été. C'est un phénomène qui est très présent dans les autres provinces et que nous avons vécu au cours des dernières années avec les quelques athlètes québécoises qui ont pris part à un programme universitaire américain.

Notre objectif pour les prochaines années est d'avoir au moins 2-3 filles qui poursuivront une carrière dans les rangs universitaires aux États-Unis.

Pour pouvoir accomplir le tout, nous devons mettre en œuvre un plan d'action pour aider les athlètes, les entraîneurs et les parents à comprendre le processus à suivre pour y arriver. C'est pourquoi nous avons une personne ressource qui se charge d'informer les athlètes intéressés sur les possibilités, les options et le processus pour faire carrière au niveau universitaire. Le sujet est aussi abordé lors des différentes rencontres avec les parents du programme des Équipes du Québec.

Le processus doit être amorcé vers la fin du secondaire 4 ou le début de secondaire 5 et comprends beaucoup d'étapes et de choses à faire tel que :

- Comprendre la réalité et les demandes du softball universitaire
- Comprendre le fonctionnement du processus de recrutement
- Identifier les besoins financiers de l'athlète
- L'élaboration d'un profile et d'un CV de joueuse
- La confection d'une vidéo de recrutement
- Déterminer le type de collège et de programme académique répondant aux aspirations académiques de l'athlète
- Les échéanciers et les dates importantes
- Communiquer avec les entraîneurs
- Passer les examens requis (SAT, TOEFL, etc.)
- S'inscrire auprès de la NCAA si c'est la ligue choisie
- Traduction et certification des bulletins de notes
- Élaboration d'une stratégie de marketing de l'athlète



- Etc.

Notre plan d'action pour favoriser un plus grand nombre d'athlètes de chez nous à tenter l'aventure américaine est de :

- 1) Tenir des réunions d'information avec les athlètes, les parents, et les entraîneurs pour les éduquer sur les points élaborés ci-haut.
- 2) Encourager les entraîneurs à :
  - a. Discuter de cette option avec leurs athlètes et de les encourager à la poursuivre si elles démontrent un certain intérêt
  - b. Mettre sur pied des profils de joueuses et des vidéos de leurs athlètes et de les rendre disponibles pour les recruteurs
  - c. Participer à des tournois de type "showcase" ou "exposure" dont le but est de mettre en évidence les athlètes auprès des recruteurs (par exemple le Canada Cup à Vancouver)
- 3) Encourager les athlètes à :
  - a. Considérer cette option en leur présentant celle-ci lorsqu'elle arrive en secondaire 3 ou 4
  - b. Mieux maîtriser l'anglais
  - c. Avoir un bon rendement scolaire

### **3.4 La réalité du Québec au niveau masculin**

N'ayant pas de programme universitaire masculin en softball, la presque totalité du recrutement se fait dans les championnats canadiens et les athlètes sont invités à des camps de sélection pour la formation de l'équipe de premier niveau, le senior masculin.

Le Québec compte un nombre d'athlètes talentueux au niveau masculin et la participation du Québec dans les championnats canadiens U18, U21 et Senior est maintenant stable. À cet effet, plusieurs joueurs ont été invités au fil des ans à participer au programme national junior lorsque certaines compétitions internationales sont organisées. Un athlète des équipes du Québec, Michael Lamontagne a représenté la belle province lors du Championnat du monde junior de 2012 où le Canada a terminé quatrième.

Au niveau senior, le Québec a longtemps été absent de la scène nationale ce qui explique le peu de représentation québécoise au sein de l'équipe nationale senior masculine. Le Québec refait une entrée graduelle à ce niveau, il serait donc probable de voir plus d'un athlète masculin du Québec rejoindre les rangs de cette équipe au cours des prochaines années. D'ailleurs, depuis quelques années, le Québec est représenté sur cette équipe de mains de maître par Mathieu Roy. Très jeune représentant sur cette équipe d'expérience, il est l'un des piliers importants de l'équipe du Canada en ayant entre autre aidé l'équipe à remporter la médaille d'or des Jeux Panaméricains de 2012 à Medellin en Colombie. Mathieu revient tout juste, en 2013, d'une participation au championnat du monde à Auckland en Nouvelle-Zélande.



## 4. Rappel des principes fondamentaux de croissance et de maturation

### 4.1 Sport à spécialisation tardive

Le softball est nettement un sport à spécialisation tardive, surtout en ce qui concerne la discipline de la balle rapide (« Fastpitch»). En effet, il est généralement reconnu que les athlètes qui y évoluent atteignent leur plein potentiel au début de la vingtaine pour les femmes et vers la mi-vingtaine pour les hommes.

Plusieurs facteurs contribuent à cette situation. D'abord, comme dans tout sport l'apprentissage et la maîtrise des techniques et stratégies de base exigent plusieurs centaines d'heures d'entraînement. Puis, l'étape des techniques et tactiques avancées requiert aussi son lot de travail. De plus, le rythme plutôt lent caractérisant le softball (particulièrement vrai en balle rapide) présente un obstacle supplémentaire pour le jeune athlète.

Un match de softball étant une succession d'actions discrètes en mode discontinu, l'athlète doit apprendre à utiliser les temps morts. Réservées à l'analyse, l'anticipation, la communication des stratégies retenues et la visualisation, ces pauses font partie de l'essence du jeu. Et l'enseignement de la gestion de celles-ci constitue une tâche importante de l'entraîneur.

En outre, la trame sur laquelle repose le déroulement du match est constituée d'une chaîne de confrontations entre le lanceur et le frappeur. Frapper est une habileté sportive très complexe : la balle arrive à une vitesse habituellement supérieure à 100 km/h et elle provient d'une distance inférieure à 13 mètres ! De plus, le lanceur habile, et rusé, a fort probablement doté la balle d'une vitesse de rotation suffisante pour en modifier la trajectoire normale : ce pourrait devenir une courbe, une montante, etc. Le frappeur doit donc être combatif (combativité contrôlée) et concentré. Il doit consacrer de nombreuses heures à parfaire la technique de son élan ; mais il doit de plus apprendre à analyser le lanceur adverse et reconnaître en une fraction de seconde le type de lancer.

Avant d'affronter le lanceur, le frappeur doit procéder à une analyse de la situation tenant compte du pointage, de la manche, de la stratégie offensive et du type de lanceur en présence. Et il doit réviser cette analyse entre chaque lancer. Au moment du lâcher de la balle, il doit en évaluer la vitesse, repérer le sens et la vitesse de rotation (bref, « lire l'effet »), projeter un point d'impact supposé selon la localisation future prévue de la balle. Après cette lecture rapide, le frappeur doit prendre la bonne décision concernant l'élan à prendre (ou non) puis exécuter celui-ci de la bonne manière : ceci produit alors (si tous les voyants lumineux sont au vert !) un bon contact. Et on espère que la balle se retrouvera en lieu sûr... Lecture, décision et action en une fraction de seconde.

Cela nécessite de nombreuses années de travail pour construire et automatiser cette réponse, ce geste. La préparation mentale, pour cet aspect du jeu, est essentielle. De l'autre côté de l'équation, dans ce duel, se trouve le lanceur. Ce dernier doit effectuer de nombreux lancers au cours d'un match; de tels lancers exigent puissance et précision. Au niveau le plus élevé, la cible n'est qu'un point particulier à la limite de la zone des prises ou près de celle-ci. Et comme indiqué ci-dessus, le lanceur doit maîtriser plusieurs types de lancers afin de semer le doute dans l'esprit du frappeur et de le déjouer. Comme pour le frappeur, le lanceur devra consacrer de nombreuses années pour développer son art.

### 4.2 Principes fondamentaux de croissance et de maturation

Les catégories dans le sport sont traditionnellement basées sur l'âge chronologique des participants. L'âge chronologique est le nombre d'années et de jours écoulés depuis la naissance. Or, un groupe d'enfants ou de jeunes adolescents du même âge chronologique peuvent avoir plusieurs années de différence sur le plan de l'âge biologique et de la maturité physique motrice et cognitive.



Le modèle de développement à long terme du joueur de softball (DLTJ) au Canada, récemment élaboré par Softball Canada et endossé par Softball Québec (tout en l'adaptant à notre réalité), est conçu en fonction de l'âge biologique, de la maturité, et non pas sur l'âge chronologique. Même si tous suivent les mêmes stades de maturation, le moment du déclenchement de certaines phases, le taux et le niveau de maturité des diverses qualités diffèrent entre les individus. Afin d'obtenir un modèle de développement crédible, basé sur des critères scientifiquement reconnus, nous avons besoin d'identifier la maturation précoce, tardive ou moyenne chez un enfant pour aider à concevoir la formation appropriée, l'entraînement (contenu, volume et intensité) et les programmes de compétition correspondant au niveau de préparation et de réceptivité du joueur. Dans les prochaines pages vous trouverez des recommandations ainsi que des contre-indications pour chacun des stades de développement.

#### Apprendre à jouer (U8-U10)

##### Recommandations :

- Développer les qualités motrices ainsi que la coordination qui est encore relativement déficiente.
- Utilisation de ludiques et tenter d'utiliser beaucoup de jeux et activités qui demandent l'utilisation globale du corps.
- Le jeune apprend plus facilement en observant et en expérimentant dans un délai très court ensuite.
- Tenter de diminuer les stimuli externes au sport pour garder l'attention sur la tâche en sachant que les jeunes athlètes ont un temps d'attention très court.
- Varier les ateliers et les activités pour conserver l'intérêt des athlètes.
- C'est en créant de petit succès que le jeune athlète développe aussi son estime et sa confiance en lui.
- Dans ces catégories, il est possible de jumeler les garçons et les filles dans les mêmes activités sans avoir de problème quelconque.
- Tenter d'avoir de petits groupes de travail ou sinon peut-être utiliser les parents dans les activités.
- Dans ces groupes d'âges les jeunes aiment reproduire des actions produites par les adultes.
- Mettre de l'emphase sur le renforcement positif.

##### Contre-indications :

- Utilisations de jeux ou d'activités trop répétitives et très formelles.
- Faire de la spécialisation dans une position.
- Que les jeunes soient au froid ou au chaud pour une trop longue période.
- Mettre l'accent sur des résultats ou sur la performance.
- Avoir de longues explications ardues.

#### Apprendre à s'entraîner (U10 à U14)

##### Recommandations :

- Dans ces groupes d'âges il est bon de commencer à introduire des routines.
- Mettre l'accent sur l'apprentissage.
- Les jeunes aiment faire des activités amicales donc tenter d'inclure les amis dans le sport.
- Les athlètes de ce stade cherchent à se faire accepter par leurs pairs et mettent beaucoup d'emphase sur le concept d'équipe.
- Le focus et la concentration augmentent de niveau.
- Continuer à mettre de l'emphase sur l'apprentissage moteur et les techniques de base. Il est aussi possible d'introduire de plus en plus des règles de jeu ainsi que de la tactique.
- Les jeunes ont de plus en plus un meilleur temps de réaction.
- On peut impliquer de plus en plus les athlètes dans la prise de décision concernant les diverses activités. Ils apprécient être impliqués.
- Pour l'entraîneur il est bon d'établir clairement les limites et d'agir de façon constante pour que le jeune sache à quoi s'attendre.
- Tenter d'emmener le jeune à devenir un athlète complet pour se faire il est bon d'encourager le jeune athlète à pratiquer plus d'un sport ou d'une activité sportive.
- Commencer à introduire dans les entraînements des simulations de compétitions.



- L'entraînement en vue de compétition doit s'orienter vers des objectifs visant à emmener l'athlète à se développer techniquement ou tactiquement plutôt que vers la victoire.

Contre-indications :

- Faire de la spécialisation dans une position.
- Mettre de l'accent sur la victoire ainsi que la pression de la performance. Il est recommandé de tenter de diminuer ou de retirer le plus possible les expériences compétitives déplaisantes ou encore non valorisantes pour les athlètes.
- Toujours tenter d'éviter les longues explications.

S'entraîner à s'entraîner (U14 et U16)

Recommandations :

- L'athlète cherche et souhaite améliorer sa technique. Il peut aussi afficher une attitude très compétitive.
- L'athlète voue une importance primordiale au concept d'équipe.
- Le jeune a des capacités d'apprentissage qui sont plus élevées qu'elles ne l'ont été depuis leur début de leur carrière.
- Si on incorpore des jeux dans les entraînements il est bon de mettre des jeux à caractère compétitif et d'équipe car l'athlète aime bien ces aspects.
- Il existe bien souvent un grand écart de maturité entre les garçons et les filles. Les filles atteignent souvent leur sommet de maturation plus tôt que les garçons.
- Chercher à faire connaître des exemples et des modèles positifs à l'athlète pour qu'il puisse s'y identifier.
- Opter pour la nouveauté. Les athlètes de ce stade de développement sont curieux.
- Les athlètes ont une capacité de garder le focus et l'attention sur la tâche pour une bonne période.
- Ce stade est une période bien choisie pour consolider des apprentissages moteurs très spécifiques et complexes.
- Toujours tenter de mettre plus de temps sur l'entraînement que sur les périodes de compétitions.
- Lors d'entraînement en force il est bien important de s'assurer d'avoir une excellente exécution de mouvements.
- On peut emmener les athlètes à voyager pour aller chercher un niveau de compétitions dans ce stade de développement.

Contre-indications :

- Organiser l'horaire de l'athlète pour que ce dernier participe à plus de séances de compétitions que de périodes de réels entraînements.
- Mettre de la pression pour que l'athlète performe.
- Avoir un temps passif plus grand qu'un temps actif lors d'une séance d'entraînement.

S'entraîner à la compétition (U16 à U21) :

Recommandations :

- L'athlète aime les défis et il a besoin de nouveauté car il est très curieux.
- Le niveau d'attention est élevé il est donc possible de tenir de plus longue séance d'entraînement ou de demander un focus accru de l'athlète.
- C'est une période propice à la consolidation des apprentissages moteurs fins ainsi qu'à l'enseignement de tactiques plus complexes.
- Emmener les athlètes à prendre eux même leurs décisions en situation de partie et de jeu.
- Il est bien de très bien connaître son équipe comme dans tous les stades d'ailleurs mais cela est bien important car l'importance de la compétition devient de plus en plus importante chez certains individus.
- On peut emmener les athlètes à voyager pour aller chercher un niveau de compétitions plus élevés.
- Ajuster le niveau d'entraînement lors d'un début d'apparition de douleurs quelconques à des articulations par exemple.



- Traiter l'athlète comme un adulte.
- Si on veut emmener l'athlète vers une spécialisation au niveau position par exemple il est possible que ce travail demande un entraînement casi annuel pour y parvenir.
- On doit inclure au niveau des entraînements la force-vitesse ainsi que la vitesse car ce sont des qualités athlétiques bien importantes dans la pratique du softball.
- Le volume de travail augmente progressivement d'année en année.
- Lorsque l'entraînement prend une place importante pour l'athlète le temps passé tant au niveau de l'entraînement général, spécifique qu'à la compétition est de plus en plus similaire.

Contre-indications :

- Si on met de l'emphase sur un groupe musculaire spécifique et qu'on ne travaille pas son antagoniste cela pourrait créer des problèmes de développement musculaire. Dans le même principe il est bien important de toujours penser à travailler en bilatéralité.

Vivre pour gagner (U21 et Senior) :

Recommandations :

- Les principales fonctions physiologiques ont atteint un stade complet de développement permettant d'entraîner toutes les qualités athlétiques voulues.
- On peut faire diminuer la proportion du temps d'entraînement consacré à la préparation générale pour mettre plus d'emphase sur la préparation spécifique en vue de compétitions ciblées.
- La vie externe au sport que ce soit sur le plan professionnel et personnel, prend plus de place et comme entraîneur il faut en être conscient.
- Les athlètes de ce stade de développement ont bien souvent un bagage très grand et diversifié tant sur le plan professionnel que sportif permettant ainsi le transfert de connaissances et d'expériences vers notre sport. Il faut donc savoir les utiliser.
- C'est à ce stade que la force, la vitesse ainsi que la puissance musculaire atteignent leur apogée.
- Il est intéressant de penser à intégrer des athlètes dans la gestion et l'organisation de l'équipe.
- Il est recommandé d'inclure dans les entraînements des activités axées sur la compétition.

Contre-indications :

- Aucune

### 4.3 Constat : situation actuelle

La définition actuelle de nos catégories d'âge semble en accord avec le DLTJ. Il faudrait toutefois porter une attention particulière aux joueurs à la maturité précoce dans les catégories inférieures.

Au niveau du programme d'excellence féminin, la décision de construire des équipes selon l'année de naissance (dont les 1992 constituent la 1<sup>ère</sup> vague) constitue une avancée, une amélioration. Bon nombre des athlètes identifiées en 2006, nées en 1992 et qui faisaient partie à l'époque de la catégorie U14, sont toujours au sein du programme dans la catégorie U21 et représenteront d'ailleurs le Québec aux Jeux du Canada à l'été 2013 à Sherbrooke. Il en est de même pour les athlètes qui se sont jointes au programme dans les années subséquentes (nées en 1993, 94...).

Le réseau de développement féminin n'est pas en mesure de suivre cette directive de formation par année de naissance faute d'un bassin de joueuses suffisant. Il respecte toutefois les catégories d'âge de Softball Canada.

Au niveau masculin, la situation est différente en ce sens que les équipes locales et régionales respectent généralement les catégories d'âge de Softball Canada mais les Équipes du Québec ne sont pas construites par année de naissance mais bien par catégorie d'âge. Le bassin est de loin insuffisant pour prendre cette direction.



## 4.4 Suivi du modèle de Softball Canada

La première partie du document canadien couvre bien la notion de croissance et de maturation. En terme de diffusion, la présentation du modèle de Softball Canada est facile à comprendre, imagée et plus invitante à lire que des tableaux arides dans un fichier texte. Nous sommes d'avis que la majorité des intervenants en softball pourront appliquer le modèle après en avoir pris connaissance et il appartiendra aux dirigeants de Softball Québec de compléter ces principes de croissance et de maturation lors de différentes activités provinciales, notamment les formations d'entraîneurs, le congrès de Équipes du Québec, le site Internet et les publications mensuelles tels le Coup Sûr.

Certaines mises en garde ne sont pas présentes dans le modèle canadien. Par exemple, l'enseignement hâtif de certaines techniques comme des balles tombantes de type « roll-over » qui peuvent être désastreuses sur le développement d'un athlète, causer des blessures permanentes si enseignées à un moment de poussée de croissance rapide. Puisque le Québec a ajouté un modèle spécifique de développement pour les lanceurs et les receveurs, il aura tout le luxe de s'assurer de bien mettre en garde les entraîneurs, les lanceurs et les parents à ce niveau.

## 5. Cadre de référence

### 5.1 Les objectifs de développement (modèle canadien)

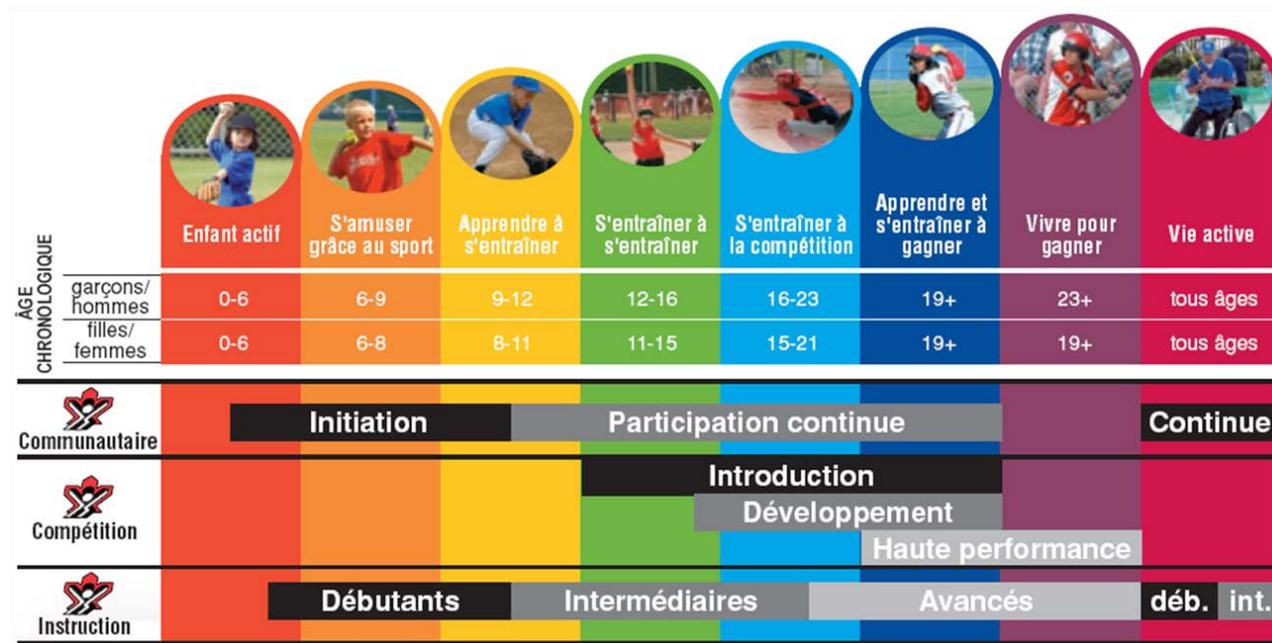
Les différents stades de développement sont très bien décrits dans le modèle canadien. On peut retrouver les objectifs de développement par stade tant sur les plans physique, technique, tactique et psychologique. Softball Québec entend utiliser presque intégralement le document canadien.

On peut également y retrouver les principes directeurs, les volumes d'entraînement et de compétitions suggérés selon la période de l'année ainsi que certaines recommandations afin de favoriser l'atteinte des objectifs fixés à chacun des stades. Dans les pages qui suivent il sera plus simple de parler par catégorie d'âge et ainsi catégorie de jeu dans le modèle québécois.

Les sept (7) stades suivants ont été définis :

- Enfant actif (garçons et filles de 0 à 6 ans)
- S'amuser grâce au sport (garçons de 6 à 9 ans et filles de 6 à 8 ans)
- Apprendre à s'entraîner (garçons de 9 à 12 ans et filles de 8 à 11 ans)
- S'entraîner à s'entraîner (garçons de 12 à 16 ans et filles de 11 à 15 ans)
- S'entraîner à la compétition (garçons de 16 à 23 ans et filles de 15 à 21 ans)
- Apprendre et s'entraîner à gagner (hommes et femmes de 19 ans et plus)
- Vivre pour gagner (hommes 23 ans et plus, femmes 19 ans et plus)
- Vie active (garçon et filles, hommes et femmes de tous âges)

Stades de développement du modèle canadien





- Catégorie Apprendre à Jouer (U8)

Cette catégorie est une catégorie d'éveil face au sport. On peut parler même d'un éveil aux activités sportives en générales. Ce qui est recherché est de développer le jeune dans son ensemble sur un paquet de facteurs qui feront de lui un athlète mais d'abord et avant tout une personne active dans le futur.

Objectifs :

- Regrouper les jeunes de 8 ans et moins pour leur faire découvrir les rudiments du sport.
- Développer les habiletés motrices de base qui seront lui être utiles par la suite dans toutes les facettes du softball mais aussi de sa vie en générale.

Au plan physique (environ 45%)

- Le jeune apprend à courir, lancer, attraper et frapper un objet qui est de plus en plus avec les entraînements en mouvement.
- Développement des habiletés motrices de bases tel que l'agilité, la coordination, l'équilibre et la vitesse.

Au plan psychologique (environ 5%)

- Faire en sorte que le jeune athlète se retrouve dans un environnement stimulant l'emmenant à développer une confiance en soi positive.
- On veut que le jeune fasse toujours de son mieux et persévère dans ses apprentissages.

Au plan tactique (environ 5%)

- Trouver une bonne orientation spatiale et être sécuritaire dans ses diverses activités.

Au plan théorique (environ 5%)

- Apprentissage du langage du sport, les termes généraux des différentes actions mais aussi du matériel utilisé.
- Tranquillement débiter à introduire quelques règlements du sport pour s'assurer de la sécurité du jeune mais aussi des autres qui l'entoure.

Au plan personnel (environ 10%)

- Apprendre et jouer dans le respect de soi et des pairs.
- Apprendre de travailler en équipe.
- Emmener le jeune à prendre quelques décisions simples.

Au plan technique (environ 30%)

- Apprendre comment placer son corps dans l'espace pour être en mesure de commencer à exécuter les diverses actions que demande le sport.



- Catégorie Atome (U10)

Très semblable à la catégorie précédente les différences résident dans le fait que le jeune athlète comprend de mieux en mieux le fonctionnement de son corps. Il se trouve à être de plus en plus stable et intègre mieux les différentes règles de bases du sport. C'est pour ces raisons que contrairement à la catégorie Apprendre à jouer au niveau atome on commence à jouer de réelle partie. C'est surtout au niveau du lanceur qui demande un mouvement plus complexe qu'on fait bien souvent l'usage d'un parent ou un entraîneur lanceur. On veut rester aussi au niveau jeu donc les points ne prennent pas vraiment d'importance à ce stade.

- Catégorie Moustique (U12)

Dans cette catégorie on commence à introduire le lanceur athlète. On utilise encore le parent ou l'entraîneur lanceur au besoin. Cette catégorie demande aux jeunes de comprendre les règles de jeu de plus et ainsi prendre des décisions de plus en plus rapidement. Le jeune athlète doit s'ajuster à un objet en mouvement et doit réagir aux mouvements et décisions de son adversaire mais aussi de ses coéquipiers.

Objectifs :

Emmener l'athlète à jouer de réelles parties et commencer à voir ce qui peut être possible dans le sport en participant à une ligue organisée et structurée ainsi qu'une possibilité de participer au festival provincial B.

Au plan physique (environ 30%)

- Le jeune stabilise de plus en plus ses acquis au niveau de ses habiletés physiques de bases.
- On travaille de plus en plus sur la coordination autant œil et mains par exemple que haut du corps et bas du corps.
- Le but de travailler en équilibre dans toutes les sphères du jeu est de plus en plus important.

Au plan psychologique (environ 5%)

- Chercher à emmener l'athlète vers une meilleure concentration et garder le focus sur la tâche pour une période de plus en plus longue.
- Travailler avec le jeune pour qu'il garde une confiance en lui des plus positive le plus souvent possible.

Au plan tactique (environ 10%)

- Commence à comprendre le positionnement des différents joueurs ainsi que leurs rôles.

Au plan théorique (environ 10%)

- Connaissance du vocabulaire du sport (position, matériel, réglementation).

Au plan personnel (environ 5%)

- Le jeune athlète apprend de plus en plus à être autonome dans ses décisions entre autre.



- Apprentissage de l'esprit sportif tant dans la défaite que dans la victoire. On ne cherche pas à mettre de l'emphase tant sur l'un que sur l'autre par contre.

Au plan technique (environ 40%)

- Introduction au lanceur moulinet.
- Apprentissage des déplacements et positionnements des différentes positions.
- Connaissance de la base des positions de base au bâton. Avec cette bonne base il sera plus facile de travailler par la suite sur le développement de l'élan en tant que tel.
- Savoir comment et quand courir les buts pour le faire d'une manière adéquate.

- Catégorie Benjamin (U14)

Dans cette catégorie d'âge les jeunes commencent à connaître tranquillement leurs forces et commencent à savoir à quelles positions ils veulent jouer plus régulièrement. Comme entraîneur par contre il faut toujours dans cette catégorie continuer à penser développement. On souhaite faire des joueurs de softball complets qui savent jouer et connaissent les rudiments du plus grand nombre de positions défensives, de cette manière l'athlète sera beaucoup moins bloqué dans son développement et pourra plus facilement trouver sa place sur une équipe. Les lanceurs dans cette catégorie commencent à être de plus en plus en contrôle de ce qu'ils font et vont commencer à contrôler un effet de type changement de vitesse pour la plupart.

Objectifs :

- On commence dans cette catégorie à identifier les athlètes qui sont plus performants et qui ont un meilleur potentiel de développement.
- On commence à tranquillement apprendre des spécificités de chacune des positions.
- Les athlètes jouent vraiment de plus en plus pour eux car ils apprécient le sport plus que jouer pour quelqu'un d'autre.
- Début du mode compétitif pas pour réellement gagner mais pour voir ce que peut être de faire de la compétition dans un sport d'équipe.

Au plan physique (environ 25%)

- Travailler la vitesse anaérobie. L'athlète a très rarement un effort plus long que 10 secondes à faire.
- Conserver toutes les acquisitions précédentes au niveau de la base des qualités athlétiques.

Au plan psychologique (environ 5%)

- Introduction à la motivation et à la volonté de persévérer et de s'améliorer entre autre.

Au plan tactique (environ 10%)

- Faire le bon choix de jeu au bon moment.



- Choisir les bons lancés pour s'élancer.

Au plan théorique (environ 5%)

- Connaissance grandissante des règlements.

Au plan personnel (environ 5%)

- Les jeunes prennent de plus en plus conscience qu'ils appartiennent à une équipe et qu'ils ont un engagement envers celle-ci.
- Ils apprennent tranquillement la discipline.

Au plan technique (environ 50%)

- Le lanceur commence à apprendre un effet supplémentaire et commence à consolider tranquillement son changement de vitesse.
- Tant au niveau offensif que défensif les jeunes apprennent tranquillement la succession de mouvement corrects qu'ils doivent exécuter pour que ça fonctionne et avoir une bonne technique.

- Catégorie Cadet (U16)

Dans cette catégorie les athlètes commencent à compétitionner et commencent à se construire comme athlète. Ils sont de plus en plus connaissant de leurs capacités et savent exécuter des mouvements et prendre des décisions de plus en plus complexes.

Objectifs :

- Développer tranquillement des joueurs de positions.
- Emmener les athlètes vers la compétition.
- Emmener les meilleures athlètes féminines des différentes régions du Québec vers les Jeux du Québec.
- Faire en sorte que les athlètes soient capables de gérer de prendre des décisions terrains de plus en plus sans l'aide des entraîneurs.

Au plan physique (environ 25%)

- Endurance anaérobique.
- Commencer à travailler tranquillement en puissance.
- Conserver les qualités athlétiques de bases toujours solides même si elles ont été plus développées dans les années précédentes.

Au plan psychologique (environ 5%)

- Augmentation du niveau de concentration et du temps de focus sur la tâche.



- Aller chercher un dialogue interne positif. Tenter de passer par-dessus une erreur pour pouvoir passer de la défensive à l'offensive sans garder l'erreur en tête ou vice-versa.

Au plan tactique (environ 15%)

- Apprentissage de la mise en place du deuxième jeu.
- Consolidation du choix de jeu pour le premier jeu à faire.

Au plan théorique (environ 5%)

- Prise de conscience de plus en plus grandissante des règlements.
- Apprentissage de l'importance d'une bonne nutrition et de l'implantation de saines habitudes de vie dans le mode de vie d'un athlète qui fait de la compétition.

Au plan personnel (environ 5%)

- Les jeunes deviennent de plus en plus autonome et discipliner.
- Les athlètes savent l'importance d'un esprit de groupe et d'équipe positif s'ils veulent que l'équipe fonctionne.

Au plan technique (environ 45%)

- Perfectionnement des différentes techniques plus avancées pour le lanceur mais aussi pour les joueurs de positions.
- Apprentissage de l'auto-correction au niveau des mouvements. Les athlètes commencent à comprendre ce qu'ils font et sont capable d'analyser leurs mouvements de plus en plus pour faire des correctifs d'un geste à l'autre.

#### - Catégorie Midget (U18)

Les athlètes dans cette catégorie d'âge deviennent de plus en plus des athlètes accomplis sur plusieurs aspects. Dans cette catégorie les athlètes connaissent les techniques, les tactiques, la base de tous les mouvements, ils doivent maintenant être capable de faire et prendre des décisions le plus rapidement possible. Au niveau midget on cherche à augmenter la vitesse du jeu en général.

Objectifs :

- Les athlètes doués et talentueux sont déjà ciblés il faut donc les emmener vers des apprentissages beaucoup plus spécifiques. On peut commencer à parler de plus en plus de spécialisation dans cette catégorie.
- Augmenter la vitesse de prise de décision et de réaction aux différentes situations que ce soit offensif ou défensif.

Au plan physique (environ 35%)

- Commence à travailler en force maximale.
- Continuer à travailler aussi en force vitesse.



- Les entraînements physiques sont de plus en plus spécifiques au sport.

Au plan psychologique (environ 10%)

- Les athlètes apprennent à savoir gérer leur stress.
- Les athlètes commencent à être de plus en plus à l'aise avec des concepts de base de la psychologie tels que la confiance en soi, la motivation, l'auto-activation. Ils en connaissent les rudiments ils doivent maintenant être capable de les appliquer dans les différentes situations.

Au plan tactique (environ 10%)

- Les athlètes sont en mesure de mettre de l'avant les réponses motrices appropriées.
- Les athlètes apprennent à avoir tranquillement un plan de compétition.

Au plan théorique (environ 5%)

- Après avoir pris conscience de l'importance des bonnes habitudes de vie et de la nutrition les athlètes doivent tranquillement être en mesure d'appliquer les principes appris lors de leurs années précédentes au niveau sportif.
- Les athlètes connaissent de plus en plus les règlements plus pointilleux et savent comment faire en sorte de jouer toujours dans le respect de ces derniers.

Au plan personnel (environ 5%)

- Les athlètes prennent de plus en plus conscience de l'importance de l'entraînement et apprennent de plus en plus à mieux gérer leur temps par rapport au sport mais à leur vie en générale.
- Pratiquant le sport pour la plupart des athlètes depuis quelques temps déjà les athlètes sont en mesure de mettre de l'avant un esprit sportif et d'équipe adéquate.

Au plan technique (environ 35%)

- Les athlètes tentent de plus en plus de garder leurs schémas techniques appris mais veulent y ajouter de la puissance ainsi que de la vitesse dans leur exécution.
- Les lanceurs de leur côté tentent de spécialiser de plus en plus leurs lancés autre que leur rapide.

- Catégorie Junior (U21)

Dans cette catégorie les athlètes sont impliqués au niveau compétitif depuis quelques années déjà et connaissent maintenant les rudiments de l'entraînement ainsi que de la compétition. Les athlètes doivent donc s'assurer d'avoir la meilleure condition physique possible ainsi que de savoir gérer les situations de stress pour pouvoir performer et s'adapter peu importe les conditions externes qui pourraient modifier leur performance.



Objectifs :

- Entraînement des meilleurs athlètes au niveau provincial pour pouvoir les emmener vers les Jeux du Canada.
- Les athlètes développent au moins une spécialité pour la plupart.
- Les lanceurs ne sont souvent que des lanceurs dans cette catégorie et améliorent de plus en plus leur art. Les lanceurs possèdent bien souvent un lancer autre que leur rapide qui sera leur marque de commerce ou leur lancé dominant.

Au plan physique (environ 25%)

- Travailler encore en force maximale et en force vitesse. Le but étant toujours d'être plus explosif dans tous les mouvements effectués.
- Pour ce qui est des qualités athlétiques sur lesquels reposent les bases des athlètes l'important est de maintenir tous les acquis réalisés à un plus jeune âge.

Au plan psychologique (environ 15%)

- Les athlètes doivent continuer à utiliser leur passion, leur motivation et leur volonté dans la pratique de leur sport.
- Pour ce qui est plus difficile de contrôler il est important que dans cette catégorie les athlètes soient en mesure de se connaître et savoir quel est le niveau d'activation qu'ils doivent aller chercher pour atteindre leur sommet de performance.
- La concentration sur la tâche est primordiale car dans cette catégorie la différence entre un athlète et un autre réside dans les détails.

Au plan tactique (environ 20%)

- L'exécution du deuxième jeu devient naturelle.
- Les athlètes sont en mesure de prendre des décisions au niveau tactique et comprennent l'importance des petits jeux et des détails. Tout réside dans la production d'un seul petit point à la fois.
- Les athlètes sont de plus en plus en mesure de mettre à exécution un plan d'équipe avec un bon pourcentage de réussite.

Au plan théorique (environ 5%)

- Les athlètes vivent dans cet univers sportif depuis plusieurs années donc il est important de maintenir le niveau de connaissance théorique du sport.

Au plan personnel (environ 5%)

- Les athlètes doivent savoir connaître leurs forces, leurs faiblesses et leurs manières de réagir à tel ou tel situation.
- Il y a de plus en plus de création de leader dans les équipes ce qui est très important au niveau de la dynamique d'une équipe.



Au plan technique (environ 30%)

- On améliore les détails technique tant au niveau de la frappe, de la défensive que de la course sur les buts car ce sont les petits détails qui au final feront la différence sur le résultat.

- Catégorie Senior (22 ans et plus)

Cette catégorie regroupe des athlètes qui jouent au softball depuis plusieurs années. La modification de geste technique du tout au tout n'est souvent plus l'objectif primordial dans cette catégorie ou recherche plus la maximisation du résultat. Souvent c'est le niveau psychologique et le concept d'équipe qui vient jouer beaucoup car ce sont les petits détails qui vont faire l'énorme différence sur le résultat final.

Objectifs :

- Maintenir les acquis des dernières années.
- Focuser sur les petits points techniques qui pourraient améliorer les résultats
- Utilisation des techniques qui fonctionnent pour chaque athlète pour atteindre leur sommet de performance. Tant au niveau psychologique qu'au niveau de la préparation physique d'avant compétition.

Au plan physique (environ 25%)

- Maintien des capacités physiques de base
- Tenter d'améliorer la puissance brute pour tenter de gagner de petits détails.

Au plan psychologique (environ 15%)

- Focus sur les techniques complexes de gestion du stress.
- Aller chercher la préparation spécifique d'avant partie et tournoi pour que chaque athlète soit à son sommet de performance au bon moment. Tout passe par la connaissance personnel pour l'athlète et la connaissance de ses athlètes pour l'entraîneur.

Au plan tactique (environ 20%)

- On maintient les tactiques apprises au cours des années.
- L'athlète est en mesure de s'ajuster à un nouvel environnement tel qu'un nouvel entraîneur, de nouveaux coéquipiers et de nouveaux adversaires pour pouvoir exécuter la stratégie mise de l'avant pour en venir à la victoire. Cela devrait se produire avec un taux de réussite très près de la perfection.

Au plan théorique (environ 5%)

- Les athlètes vont surtout avoir à apprendre sur ce qui entoure le sport et qui pourrait améliorer leur performance dans leur sport (nutrition, biomécanique par exemple sont ce genre d'aspects)

Au plan personnel (environ 5%)



- Les athlètes font du sport un rythme de vie et le softball fait partie bien prenante de leur vie.
- Le leadership des athlètes prend une importance capitale.

Au plan technique (environ 30%)

- Les apprentissages rendu dans cette catégorie vont varier d'un athlète à l'autre car l'athlète focusera beaucoup plus sur les détails qu'il aura besoin pour améliorer sa performance au final.

## 5.2 Particularités québécoises

Le modèle canadien peut être suivi sans modifications majeures pour la plupart des québécois.

Pendant au niveau élite (AAA), le Québec est la seule province à effectuer une sélection provinciale pour participer aux divers événements canadiens et internationaux en balle rapide. Cette décision fut prise afin que la province demeure compétitive sans pouvoir compter sur le bassin de joueurs de plusieurs autres provinces.

Cette particularité amène un encadrement beaucoup plus serré des athlètes participant au programme des Équipes du Québec. Les volumes d'entraînement sont supérieurs à ce que le modèle canadien suggère et ce, à tous les stades de leur développement. Malgré ce facteur important, les objectifs sont les mêmes en terme de catégorie d'âge. L'accent est mis sur le développement dans les plus jeunes catégories même si le volume d'entraînement est supérieur.

Considérant cette particularité, plusieurs phases de l'entraînement sont mises de l'avant. La terminologie est assez simple et est divisé de la façon suivante sur une année. La phase de transition 1 est la sélection après le championnat canadien. La phase de transition 2 est la période hors saison qu'on pourrait aussi appeler la pré-saison. Cette période débute dès le mois d'octobre et englobe certaines petites compétitions préparatoires. Cette phase, au niveau provinciale, est plus longue que celle du modèle canadien. Tout ce qui est développement des habiletés et préparation générale, ce fait en gymnase au cours de cette période. Après la semaine de relâche académique donc, au début mars et ce jusqu'au mois d'avril, on entre dans une période de préparation, on pourrait aussi appeler cette phase la pré-compétition. Une fois sur les terrains extérieurs, on débute tout de suite avec une phase de compétitions préparatoires au cours des mois de mai et juin. Le but est d'atteindre les sommets de performances au cours des mois de juillet et août.

Outre les athlètes du programme des Équipes du Québec, les athlètes du programme sport-études en softball ainsi que les athlètes du réseau de développement féminin (à moins grande fréquence) sont également appelés à évoluer dans ce programme intérieur de parties et de tournois beaucoup mieux structuré, amusant et efficace qu'auparavant.

Les modifications de jeu à l'intérieur sont mineures et n'affectent pas la progression des athlètes, arbitres et entraîneurs. Le softball intérieur québécois est d'ailleurs une référence nationale. Softball Canada nous a demandé à maintes reprises d'en faire la démonstration lors de son congrès annuel.

Alors que les athlètes identifiés ci haut s'entraînent à l'année en moyenne 15 heures par semaine, les seules nuances observées sont au niveau des types d'entraînement suggérés selon les catégories d'âge. Par exemple, les athlètes de 20 ans et plus sont invités à pratiquer d'autres sports entre octobre et décembre et venir au centre d'entraînement provincial une seule fois par semaine durant cette période. Cette direction vise à conserver un meilleur équilibre mental et physique pour ces athlètes qui comptent plusieurs années au sein du programme d'excellence.



Le Centre provincial d'entraînement embauche des entraîneurs et spécialistes professionnels pour voir à toutes les facettes d'encadrement des athlètes. Chaque athlète possède un programme d'entraînement personnalisé supervisé par une professionnelle en kinésiologie. Les athlètes ont également des ateliers spécifiques donnés par différents intervenants, notamment en course (sprint), en nutrition, en psychologie, « team building », etc.

Les athlètes combinent entraînements par position et par équipe en ce sens que, le Centre provincial d'entraînement pourra accueillir tous les joueurs d'avant champ de toutes les équipes du Québec un soir donné alors qu'elles auront un entraînement d'équipe le lendemain soir.



### 5.3 Modèle de développement lanceurs - receveurs

Le modèle canadien ne fait aucune distinction quant à la position défensive des athlètes. Le Québec voit les choses différemment.

L'effort concerté de tous les membres d'une équipe en sport collectif est essentiel pour que celle-ci connaisse du succès en compétition. Cependant, même si le softball est un sport d'équipe, celui-ci est dominé par les lanceurs tant au niveau masculin que féminin et ce, à tous les niveaux de compétition.

Les succès d'une équipe reposent souvent sur la qualité du groupe de lanceurs. En fait, il est impossible de connaître du succès au softball sans compter sur des lanceurs solides. De plus, on ne peut passer sous silence l'importance d'avoir des receveurs de premier plan pour diriger les lanceurs. Un lanceur sera beaucoup plus efficace s'il est appuyé par un bon receveur derrière le marbre.

Étant donné la contribution majeure de ces deux positions aux succès d'une équipe, le fait qu'il faille plusieurs années et un grand volume d'entraînement pour développer un bon lanceur, nous avons décidé de créer un modèle de développement spécifique aux lanceurs-receveurs. Nous croyons que cela nous rendra beaucoup plus compétitif sur la scène nationale.

Ce modèle est appliqué depuis quelques années et les lanceurs québécois se retrouvent très souvent sur les équipes étoiles lors des championnats canadiens dans les catégories les plus jeunes. Le défi actuel est de contenir l'essoufflement de nos lanceurs étoiles qui tendent à quitter le programme à leur arrivée dans les catégories U21 et senior, surtout au niveau féminin où le modèle est appliqué en plus bas âge. Il faut donc doser adéquatement ce modèle bien qu'il ait fait ses preuves.

Depuis 2008, le programme a intégré un suivi personnalisé des lanceurs et des receveurs par un psychologue sportif spécialisé avec des athlètes ayant un fort impact au sein de leur équipe (i.e. gardien de but au hockey, quart arrière au football, etc.) Cet ajout est une des premières mesures d'atténuation du risque d'essoufflement ci haut mentionné. Nous travaillons beaucoup plus l'aspect mental avec ces athlètes ce qui devrait rapporter des dividendes dans un avenir rapproché.

Les deux prochaines pages qui indiquent les grandes lignes de ce modèle lanceur et receveur ne sont pas diffusées intégralement aux intervenants (entraîneurs, athlètes, parents). Elles sont présentées et expliquées lors de sessions organisées à cet effet et intégrées à nos cliniques et cours d'entraîneurs de façon à bien couvrir l'ensemble des différents axes, notamment le type de lancer à enseigner qui peut être dangereux pour des athlètes en pleine croissance, tel que mentionné antérieurement.



## Fédération sportive de Softball Québec

### Modèle de développement des lanceurs

Niveau	Technique	Tactique	Psychologique	Physique
<b>Apprendre à s'entraîner</b> (8-11 ans)  Objectif : Développer les habiletés sportives et introduire les habiletés en softball	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Introduction au mouvement de base</li> <li>. 85% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. 0% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Avoir du plaisir</li> <li>. Esprit sportif</li> <li>. Encouragement</li> <li>. 10% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Dissociation corporelle</li> <li>. 5% du temps d'entraînement</li> </ul>
<b>S'entraîner à s'entraîner (A)</b> (12-13 ans)  Objectif : Développer les capacités physiques et les habiletés en softball	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Développement de la mécanique de base (prise de la balle, enjambé, rotation corporelle, action du bras, lâché prise)</li> <li>. Rotation de la balle</li> <li>. 75% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Réglementation</li> <li>. 5% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Rôle du lanceur</li> <li>. Compréhension du processus de développement d'un lanceur (long-terme)</li> <li>. Gérer ses émotions</li> <li>. Composer avec les facteurs externes (arbitre, parents, environnement)</li> <li>. 10% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Échauffement</li> <li>. Coordination</li> <li>. Flexibilité</li> <li>. Équilibre</li> <li>. Prévention des blessures</li> <li>. 10% du temps d'entraînement</li> </ul>
<b>S'entraîner à s'entraîner (B)</b> (14-15 ans)  Objectif : Développer les capacités physiques et les habiletés en softball	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Stabilisation de la technique</li> <li>. Développement de la vitesse et du contrôle</li> <li>. Introduction du changement de vitesse</li> <li>. 70% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Premier lancer pour une prise</li> <li>. Obtenir 2 prises dans les 3 premiers lancers</li> <li>. Travailler le compte avec 2 prises</li> <li>. 10% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Concentration / Focus</li> <li>. Fixation d'objectifs</li> <li>. Éthique de travail / Discipline</li> <li>. 10% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Introduction à l'entraînement de la force, de l'endurance et de la puissance.</li> <li>. 10% du temps d'entraînement</li> </ul>
<b>S'entraîner à la compétition</b> (16-18 ans)  Objectif : Consolidation des habiletés en softball et de l'entraînement physique	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Raffinement du changement de vitesse</li> <li>. Développement de la montante et/ou tombante</li> <li>. Raffinement de la technique</li> <li>. 60% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Savoir analyser un frappeur (forces, faiblesses)</li> <li>. Apprendre comment exploiter les faiblesses d'un frappeur</li> <li>. 10% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Visualisation</li> <li>. Contrôle de l'activation</li> <li>. Gestion du stress</li> <li>. Motivation</li> <li>. Routines</li> <li>. Concept de l'optimum psychologique de performance (OPP)</li> <li>. 15% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Développement des qualités physiques</li> <li>. Conditionnement physique général</li> <li>. 15% du temps d'entraînement</li> </ul>
<b>Apprendre et s'entraîner à gagner et Vivre pour gagner</b> (19 ans et plus)  Objectif : Raffinement des habiletés en softball et de l'entraînement physique à intensité élevée	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Accroître le répertoire de lancers (courbe, « screwball », montante, tombante)</li> <li>. Raffinement de la technique</li> <li>. 50% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Utilisation de stratégies et tactiques avancées en fonction des rapports de dépistage et des notes sur les frappeurs adverses</li> <li>. 15% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Gestion des sources de stress (média, foule, pression, etc.)</li> <li>. Facteur intimidation</li> <li>. Préparation psychologique spécifique</li> <li>. Utilisation courante de techniques et stratégies psychologiques</li> <li>. Plan de pré-compétition et de compétitions pour l'atteinte de l'OPP</li> <li>. Préparation à la retraite</li> <li>. 20% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Haut niveau de préparation physique spécifique</li> <li>. 15% du temps d'entraînement</li> </ul>



Fédération sportive de Softball Québec

Modèle de développement des receveurs

Niveau	Technique	Tactique	Psychologique	Physique
<b>Apprendre à s'entraîner</b> (8-11 ans)  Objectif : Développer les habiletés sportives et introduire les habiletés en softball	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Emphase sur la sécurité</li> <li>. Mettre l'équipement</li> <li>. Attraper la balle</li> <li>. Position de base</li> <li>. 85% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. 0% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Avoir du plaisir</li> <li>. Esprit sportif</li> <li>. Encouragement</li> <li>. 10% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Dissociation corporelle</li> <li>. 5% du temps d'entraînement</li> </ul>
<b>S'entraîner à s'entraîner (A)</b> (12-13 ans)  Objectif : Développer les capacités physiques et les habiletés en softball	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Attraper des chandelles</li> <li>. Position avec coureurs et sans coureurs</li> <li>. Relais sur les buts</li> <li>. 70% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Réglementation</li> <li>. 10% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Rôle du receveur</li> <li>. Gérer ses émotions</li> <li>. Composer avec les facteurs externes (arbitre, parents, environnement)</li> <li>. 10% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Échauffement</li> <li>. Coordination</li> <li>. Flexibilité</li> <li>. Équilibre</li> <li>. Prévention des blessures</li> <li>. 10% du temps d'entraînement</li> </ul>
<b>S'entraîner à s'entraîner (B)</b> (14-15 ans)  Objectif : Développer les capacités physiques et les habiletés en softball	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Jouer l'amortie</li> <li>. Positionnement du gant</li> <li>. Bloquer le marbre (base)</li> <li>. Échange de la balle</li> <li>. 65% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Signaux</li> <li>. Communication</li> <li>. 15% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Développement du leadership</li> <li>. Communication</li> <li>. Concentration / Focus</li> <li>. Éthique de travail / Discipline</li> <li>. 10% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Introduction à l'entraînement de la force, de l'endurance et de la puissance</li> <li>. Force des jambes</li> <li>. Prévention des blessures</li> <li>. 10% du temps d'entraînement</li> </ul>
<b>S'entraîner à la compétition</b> (16-18 ans)  Objectif : Consolidation des habiletés en softball et de l'entraînement physique	<ul style="list-style-type: none"> <li>. « Pick-offs »</li> <li>. « Framing »</li> <li>. Jouer la balle passée</li> <li>. Bloquer le marbre (avancé)</li> <li>. 55% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Plan de match</li> <li>. Sélection de tirs</li> <li>. Savoir analyser un frappeur (forces, faiblesses)</li> <li>. Apprendre comment exploiter les faiblesses d'un frappeur</li> <li>. 15% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Combativité et intensité</li> <li>. Visualisation</li> <li>. Contrôle de l'activation</li> <li>. Gestion du stress</li> <li>. Motivation</li> <li>. Routines</li> <li>. Concept de l'optimum psychologique de performance (OPP)</li> <li>. 15% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Développement des qualités physiques</li> <li>. Conditionnement physique général</li> <li>. Prévention des blessures</li> <li>. 15% du temps d'entraînement</li> </ul>
<b>Apprendre et s'entraîner à gagner et Vivre pour gagner</b> (19 ans et plus)  Objectif : Raffinement des habiletés en softball et de l'entraînement physique à intensité élevée	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Polissage et raffinement de la technique</li> <li>. 40% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Utilisation de stratégies et tactiques avancées en fonction des rapports de dépistage et des notes sur les frappeurs adverses</li> <li>. Plan de pré-compétition</li> <li>. 20% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Gestion des sources de stress (média, foule, pression, etc.)</li> <li>. Facteur intimidation</li> <li>. Préparation psychologique spécifique</li> <li>. Utilisation courante de techniques et stratégies psychologiques</li> <li>. Plan de pré-compétition et de compétitions pour l'atteinte de l'OPP</li> <li>. Préparation à la retraite</li> <li>. 20% du temps d'entraînement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Haut niveau de préparation physique spécifique</li> <li>. Prévention des blessures</li> <li>. 20% du temps d'entraînement</li> </ul>



## 5.4 Qualification des entraîneurs québécois

Avec l'arrivée de l'académie du softball, du sport-études en softball, de la mise en place du centre provincial d'entraînement et de l'expansion du programme des Équipes du Québec, la qualification et l'embauche des entraîneurs ont grandement évolué au cours du dernier cycle et cette progression continuera au fil des ans.

Le nouveau programme du PNCE comporte son lot de défis puisqu'il exige une meilleure maîtrise des concepts de base en softball et cette maîtrise demande plus de temps de formation et de supervision qu'auparavant, surtout à l'introduction à la compétition.

Lors du cycle 2009-2012 la mise en place de la transition a été effectuée. Softball Canada régit le contenu de ces formations et ces derniers sont également pris au cœur de cette transition. Certains contenus ne sont pas encore complétés et testés, comme le contexte Compétition-Développement en français. Deux formations sont maintenant disponibles et peuvent répondre à la majorité des besoins de nos entraîneurs québécois. Il s'agit du Profil 1 – Sport communautaire qui s'adresse à des entraîneurs débutants, généralement des bénévoles et du Profil 2 – Compétition qui s'adresse à des entraîneurs encadrant un groupe d'athlètes afin d'améliorer leurs performances en vue des compétitions provinciales, nationales et internationales. La majeure partie de ces entraîneurs sont également des bénévoles ou reçoivent une compensation monétaire minime pour leur travail.

Pour les entraîneurs du programme des Équipes du Québec, du centre provincial d'entraînement, du sport-études et de l'Académie, ces derniers voient une plus grande valeur ajoutée à se perfectionner puisqu'ils utilisent à profusion les outils diffusés lors de ces formations. Cette mentalité n'est pas encore complètement acquise au réseau de développement et dans les rangs locaux qui comptent entièrement des entraîneurs bénévoles. La transition entre les deux profils est considérable.

Des efforts en gestion du changement ont été mis dans le cycle 2009-2013 et les entraîneurs du réseau de développement AA, participent maintenant activement aux formations du profil 2.

La politique en matière de sélection d'entraîneurs ne s'applique pas uniquement à ceux qui sont rémunérés et au niveau du programme de développement de l'excellence.

Les entraîneurs d'équipes mineures AA et B en charge d'une équipe membre de la fédération sont invités à suivre la formation « Profil 2 – Introduction à la compétition ».

Si l'entraîneur désire participer à un championnat provincial de classe A ou AA, il devra avoir suivi la formation « Profil 2 – Introduction à la compétition ». Il en sera de même pour les entraîneurs du niveau AAA en termes d'exigences sauf que ceux-ci devront être certifiés.

Il est important de préciser que le programme d'Excellence offre des formations complémentaires pour les entraîneurs désirant se perfectionner d'avantage et ces dernières sont offertes à tous quoiqu'elles visent particulièrement les entraîneurs du « Profil 2 ». À titre d'exemple, divers experts internationaux sont invités annuellement à donner des cliniques spécialisées qui ne sont pas sanctionnées par le PNCE mais qui peuvent être très bénéfiques pour le perfectionnement de nos entraîneurs.

Les outils sont donc en place afin d'aider nos entraîneurs œuvrant auprès de notre clientèle mineure. Les critères de sélection des entraîneurs sont laissés à la discrétion des clubs et associations. Nous leur fournissons des guides afin de se protéger contre les abuseurs. Il faut cependant être réaliste et admettre que les entraîneurs bénévoles ne se bousculent pas pour prendre une équipe à leur charge. Il est donc inutile de fournir de nombreux gabarits à ces associations puisqu'elles n'auraient jamais le luxe de s'en servir. Le plus important est donc mis de l'avant, la protection des enfants.

Dès qu'un entraîneur veut faire son entrée dans le programme l'excellence, les critères se resserrent.



Il y a quatre endroits où les entraîneurs peuvent être actifs dans le programme de développement de l'excellence.

Il y a d'abord l'Académie. Les intervenants de l'Académie ne sont pas sélectionnés en fonction de leur certification du PNCE mais bien par leur compétence. Par exemple, une athlète québécoise ayant participé aux Jeux Olympiques en softball, sera toujours la bienvenue à venir offrir une clinique malgré le fait qu'elle ne possède pas de certification officielle du PNCE. Différents entraîneurs chevronnés pourront faire de même selon leur champ d'expertise. Les critères sont alors beaucoup plus génériques et en fonction de chaque individu. Il faut également comprendre que puisqu'il s'agit pour la plupart d'activités ponctuelles, les rémunérations offertes par l'Académie ne sont pas exhaustives et couvrent habituellement les frais de déplacement, de coucher et de repas des formateurs.

Les trois endroits où la certification est vraiment prise en compte coïncident également avec les possibilités d'engagement d'entraîneurs à temps plein ou à mi-temps au sein du programme de l'excellence qui est entièrement géré par Softball Québec. Il s'agit des programmes sport-études, du centre provincial d'entraînement et des équipes du Québec.

Pour qu'un entraîneur soit sélectionné afin d'être en charge d'un programme sport-études, travailler au centre provincial d'entraînement ou devenir entraîneur chef d'une équipe du Québec, cet entraîneur doit posséder une certification profil 2 – compétition ou de niveau 3 ou être en voie de l'obtenir dans l'année en cours.

Les assistants entraîneurs de ces programmes doivent également suivre ce modèle à court terme.

Ces pré-requis mènent à une série de critères de sélection, sans s'y limiter :

- Antécédents de l'entraîneur (judiciaire ou autre);
- Volonté à vouloir se perfectionner;
- Capacité de travailler en équipe et au sein d'un programme;
- Expériences antérieures connexes;
- Résultats antérieurs connexes;
- Ouverture au transfert de connaissance à l'échelle provinciale;
- Capacité d'adaptation face à différentes situations et un environnement en évolution rapide;
- Être un bon ambassadeur pour Softball Québec autant sur la scène provinciale que nationale;
- Capacité d'encadrer des athlètes et de se doter d'une équipe d'entraîneurs;
- Flexibilité dans son horaire;
- Attentes salariales;
- Mobilisation envers le programme d'excellence de la fédération.

Les athlètes identifiés par la fédération participent parfois aux sport-études et également à l'équipe du Québec dans leur catégorie respective. Il est donc possible qu'un athlète doive travailler avec plusieurs entraîneurs en incluant ceux du centre provincial d'entraînement. Une mise à niveau entre les entraîneurs du programme est primordiale afin d'arrimer la méthodologie d'entraînement, ce qui est très laborieux.



## 5.5 Qualification des officiels québécois

Les officiels, plus particulièrement les arbitres, représentent un des services les plus nécessaires dans le sport du softball. Nous avons jugé important d'expliquer le cheminement de nos arbitres en softball.

### 5.5.1 Recrutement

Le recrutement de nouveaux arbitres commencent dans chacune des régions. Ces arbitres sont souvent recrutés directement à travers le bassin de joueurs mineurs ou via leurs familles proches. Des annonces dans les journaux et dans les centres jeunesse sont aussi efficaces.

Le recrutement d'arbitres adultes se fait plutôt de bouche à oreille au sein des joueurs des différentes ligues ainsi que parmi d'anciens joueurs. Tous ces nouveaux arbitres sont initiés par une clinique d'arbitres débutants avant le début de la saison. Ces cliniques sont données par des instructeurs formés par Softball Québec avec du matériel fourni par Softball Canada et adapté au besoin. Au cours de la saison, le comité provincial des arbitres reste en contact avec les arbitres en chef régionaux afin de repérer les arbitres ayant du potentiel et un intérêt pour des compétitions provinciales. Les arbitres en chef régionaux sont également les meilleurs juges concernant l'assignation des arbitres dans leur région au sein du niveau de compétition qui leur convient, toujours en prenant en considération leur âge, progression et compétence.

### 5.5.2 Suivi

Une fois que les arbitres sont entrés sur le réseau provincial, ils entrent dans une structure bien organisée. Chaque tournoi officiel de Softball Québec a un ou plusieurs superviseurs d'arbitres selon l'ampleur du tournoi. Ces superviseurs ont comme principale tâche d'encadrer les jeunes arbitres dans leur apprentissage au cours du tournoi. Les superviseurs leur donnent de nouveaux outils pour qu'ils puissent mieux faire face aux différentes situations durant ces compétitions et également à leur retour à la maison.

Les arbitres du réseau provincial AA sont classés comme étant des espoirs. Selon les performances de chacun au cours des différents championnats provinciaux, ils seront considérés et éventuellement sélectionnés pour arbitrer lors d'un championnat canadien mineur (catégorie U14 fille à U21 femme).

Lorsqu'ils ont reçus une évaluation satisfaisante lors d'un de ces championnats, ils deviennent membre du groupe relève. À ce moment, plusieurs formations spécifiques s'offrent à eux : cliniques d'instructeurs, cliniques de superviseurs, cliniques théoriques de niveau IV. Toutes ces formations sont données au niveau national et doivent être évaluées sur le terrain pour acquérir le niveau complet.

Lors des championnats canadiens U18 fille, U18 garçon et U21 femme, un arbitre ayant suivi une clinique de niveau IV théorique peut être recommandé à la fin du championnat pour l'obtention de son niveau IV complet. Lorsqu'un arbitre obtient son niveau IV complet ou obtient une évaluation satisfaisante lors de l'un de ces championnats canadiens, il devient membre du groupe élite des arbitres de Softball Québec.

Un instructeur et un superviseur doit également être évalué dans ses fonctions pour obtenir son plein niveau. De plus, les superviseurs sont également classés ce qui leur donne la possibilité d'exercer leurs fonctions à différents niveaux (provincial, national, international).

Finalement, lorsqu'un arbitre obtient une évaluation satisfaisante lors d'un championnat canadien senior féminin pour les femmes et senior masculin pour les hommes ou obtient son niveau V, il devient membre du groupe senior. Suite au niveau V canadien, l'arbitre aura l'opportunité d'obtenir son niveau international lors d'une clinique ou les connaissances théoriques et pratiques seront évaluées. Une fois ce niveau complété, il aura l'occasion d'être sélectionné pour différents événements internationaux.



### 5.5.3 Ligue d'Excellence

La ligue d'Excellence est le regroupement des Équipes du Québec qui évoluent entre elles. En dehors des championnats, les arbitres ont besoin d'arbitrer différents niveaux pour pratiquer les théories acquises en cliniques et en championnat. Pour ce faire, la ligue d'Excellence est un très bon outil. Elle offre différents niveaux de softball correspondant aux différentes catégories des championnats canadiens.

Les arbitres espoirs que l'on commence à considérer pour les championnats canadiens font leurs apprentissages de la compétition dans cette ligue. Nous pouvons réellement évaluer les progrès de ces jeunes arbitres dans ces circonstances s'approchant d'un championnat canadien.

Une assez grande différence en termes de maturité de jeu existe dans cette ligue et c'est pourquoi les arbitres relèves ont besoin d'expérimenter cette différence pour être fin prêts pour leurs prochains canadiens.

Les catégories supérieures de la ligue offrent une qualité de jeu unique au niveau féminin au Québec. À ce niveau, les arbitres élités doivent apprendre à bien travailler avec les receveurs, les entraîneurs et seules ces joueuses et entraîneurs de grande expérience peuvent leur apporter ces acquis.

En mode collaboration, les arbitres les plus expérimentés travaillent également avec les athlètes et entraîneurs des Équipes du Québec afin de leur enseigner les meilleures façons de faire, comment discuter avec un arbitre afin d'obtenir gain de cause sans se le mettre à dos, comment les receveurs devraient se placer afin de favoriser leur zone de prises, etc. Ce travail d'équipe est très positif. La ligue d'excellence se déplace en province, notamment pour donner la chance aux arbitres dans une démarche d'excellence de pouvoir les officier à quelques reprises durant l'été. Les arbitres du groupe relève et élite sont également appelés à arbitrer à l'intérieur lors des parties et des tournois du programme des Équipes du Québec et du sport-études.

La planification du programme d'Excellence de la fédération inclut sans contredit le développement des arbitres et regroupe des opportunités pour les athlètes mais également pour les arbitres de l'excellence.

### 5.5.4 Outils complémentaires

En plus de cette structure et de la ligue d'Excellence, d'autres moyens de perfectionnement donnés par le groupe senior s'offrent aux arbitres voulant progresser. À tous les ans, une école de perfectionnement est offerte aux arbitres des groupes espoirs, relèves et élités. Cette école a pour but, par groupe, de préparer les arbitres à leurs prochains défis. Par exemple pour le groupe espoir, plusieurs d'entre eux ont comme objectifs de faire un championnat canadien prochainement. Nous approfondissons donc les mécaniques exigées pour les championnats canadiens souvent difficiles à travailler dans les régions. De son côté, le groupe élite voit les subtilités de l'interprétation correcte des règlements.

L'expérience que les arbitres obtiennent lors des différents championnats vient en partie des collègues arbitres qu'ils rencontrent. Nous sommes choyés d'avoir à Montréal un championnat réunissant des participants des provinces voisines ainsi que des États-Unis. Les arbitres de l'extérieur sont également invités à y participer et le comité organisateur met en place plusieurs dispositions facilitant l'accueil de ces arbitres provenant de l'extérieur de la province, notamment une page complète sur le site Internet de l'événement, l'hébergement, des cadeaux souvenirs, du temps pour visiter Montréal, etc.

Les arbitres du programme peuvent ainsi profiter d'un excellent calibre de jeu et partager leur expérience avec des arbitres et superviseurs d'ailleurs. Malgré que les mécaniques diffèrent un peu, les arbitres ressortent énormément grandis de ces rencontres.

Depuis quelques années, les arbitres du programme peuvent prendre part à un réseau structuré de tournois masculins majeurs. Ces tournois offrent une opportunité aux arbitres de développer les différents



enseignements reçus dans leurs expériences acquises, dont celles portant sur la notion de la psychologie de l'arbitrage.

Finalement, le fait que le comité du championnat international de Montréal organise un championnat canadien par année en sol québécois dans une catégorie différente, favorise énormément notre programme de développement élite des arbitres puisque plusieurs arbitres québécois sont appelés à y participer à moindre coût. Ce championnat canadien est également un outil promotionnel formidable pour nos arbitres étant dans une démarche d'excellence mais n'ayant pas encore eu la chance de participer à un événement de cette envergure. Ils sont en mesure de le voir chez eux, de leurs propres yeux.

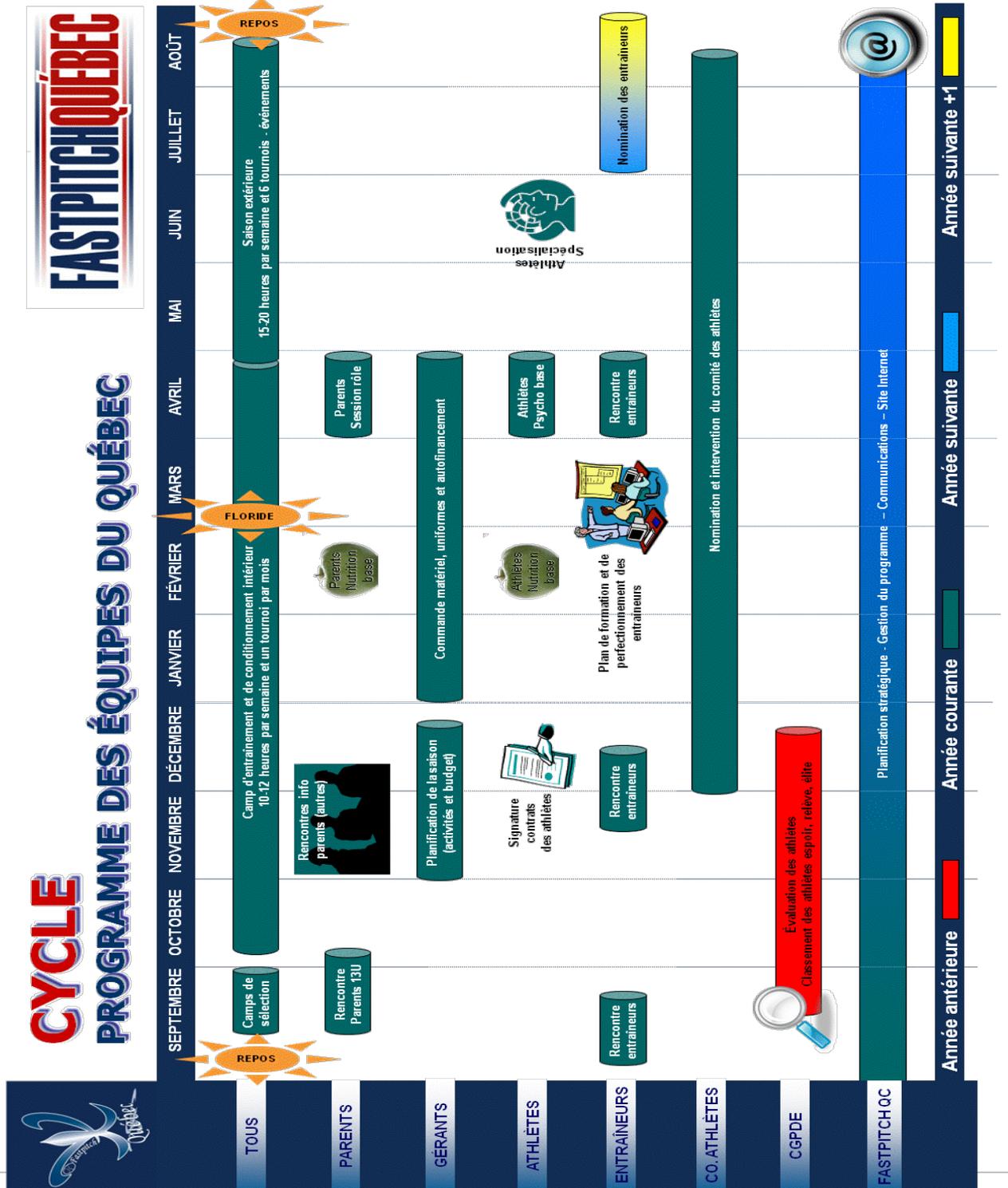
## **5.6 Cadre de gestion**

Softball Québec a créé un poste rémunéré à temps plein au cours du dernier cycle pour une coordonnatrice technique et développement de façon à assurer un cheminement logique entre les produits et services offerts à la masse mineure et ce, à tous les niveaux. Au niveau de la gestion du programme d'excellence féminin uniquement, une employée à temps partiel a été ajoutée au début 2013. De plus, une employée à temps partiel au niveau du développement mineur a aussi été intégrée aux employés de la fédération. La mise en place d'une structure plus spécifique au niveau des employés permettra un meilleur encadrement de notre structure mineure et ce, dans le but de permettre le développement de notre sport à tous les niveaux et de créer une unité entre les différents niveaux de classe (B, AA, AAA).

Au cours du cycle 2009-2012, les programmes ont énormément évolués, c'est pourquoi des comités surtout composés de parents ont été créés pour aider à la gestion des activités des programmes tant au niveau féminin que masculin.

Il a fallu mettre en place un nombre incalculable d'outils de gestion et de planification sans oublier un plan de communication efficace. Un site Internet dédié au programme était devenu essentiel, des rencontres ainsi que des formations dédiées aux parents furent mises de l'avant. Les services périphériques de soutien à la performance ont nécessité la création d'un passeport de l'athlète indiquant toutes les formations suivies par l'athlète et ses parents dès son entrée sur le programme.

Cycle du programme des Équipes du Québec





### 5.6.1 Les parents

Le tableau présenté à la page précédente est un outil de communication très efficace utilisé lors des rencontres avec les parents. Outre cet outil, un dépliant est remis afin d'expliquer l'encadrement général et les services et programmes offerts par le programme des équipes du Québec. Les parents sont invités à une rencontre par année à l'automne afin de bien expliquer les exigences et nouveautés du programme, on y aborde également des sujets comme les études, la priorisation et le cheminement idéal vers l'équipe nationale en passant pour le système universitaire américain. Pour les nouveaux parents, cette rencontre a lieu pendant les camps de sélection afin d'éviter toute ambiguïté et certains sujets sont allégés de façon à concentrer l'information à l'essentiel. Les attentes sont alors définies et claires, ils peuvent se retirer sans avoir pris un engagement à ce stade.

Au cours du dernier cycle, un congrès pour les athlètes a été créé lors duquel des ateliers spécifiques pour les parents ont été mises en place. Ces derniers sont, par exemple, invités à la session de nutrition puisque pour les plus jeunes, ce sont les parents qui ont généralement main mise sur l'alimentation de leurs enfants. Ils peuvent assister à des conférences sur la psychologie sportive pour être en mesure d'aider leur enfant dans leur cheminement. Les parents sont des parties prenantes très importantes.

### 5.6.2 Les gérants

Compte tenu dans l'ampleur des activités du programme, les gérants sont des personnes clés qui voient au bon déroulement des opérations. Ce sont généralement des parents dédiés à la cause qui ne comptent pas leurs heures. L'équipe de gestion des équipes du Québec travaille en majeure partie avec ces bénévoles afin de libérer les entraîneurs de toutes tâches administratives.

Le souci des détails est mis de l'avant et fait la notoriété du programme. Chaque athlète possède son « numéro » et le conserve jusqu'à son départ du programme. Cette mise en place est grandement réalisée par les gérants, en collaboration avec l'équipe de gestion du programme d'excellence.

### 5.6.3 Les entraîneurs

La nomination des entraîneurs se fait durant l'été afin de leur donner l'occasion de dépister au sein du réseau de développement, des compétitions majeures tels les championnats provinciaux et les Jeux du Québec et procéder aux invitations à leur camp de sélection en septembre. Les nominations sont d'une durée d'une ou deux années, selon le contexte. Par exemple, si l'entraîneur en est à sa première année sur le programme, le poste est automatiquement d'un an. Il en est de même si sa fille évolue pour l'équipe qu'il entraîne.

Une fois les entraîneurs nommés, une première rencontre a lieu au début du mois de septembre afin de finaliser la logistique des camps de sélection, préparer la saison intérieure (arrimage des enseignements, besoins précis, etc.) C'est également à ce moment que l'équipe de gestion de l'excellence fait part de l'évaluation de la saison précédente aux entraîneurs et explique les changements et améliorations et prend le relais avec les gérants pour tout le volet administratif, les rencontres avec les parents et les signatures de contrats.

D'autres rencontres sont également prévues afin de discuter des opportunités de formations spécifiques. Il faut préciser que les courriels d'information sont utilisés à profusion.

### 5.6.4 Programme des équipes du Québec

Le travail de gestion effectué par le programme des équipes du Québec est d'environ 80% logistique et 20% technique. Les activités comprises dans la segmentation plus techniques sont la nomination des entraîneurs, l'évaluation de programme (faite par l'équipe de gestion à la fin août de chaque



année), la mise en place des améliorations suite à cette évaluation (incluant communication aux parties prenantes affectées et développements afférents), la planification à long terme, la prise en charge des projets spéciaux, l'intégration entre les différents volets du programme d'excellence et l'assurance qualité technique des services offerts par les entraîneurs

Le volet logistique est considérable. Les outils communs incluant des gabarits de communication, les négociations des fournisseurs et commanditaires, les cartes de crédits des équipes sont le genre de services offerts par la fédération aux gérants. De plus, la gestion du calendrier extérieur de la ligue d'Excellence (recherche de terrains, ententes, arrimage avec les arbitres du groupe relève et élite, confection du calendrier et mise à jour du site Internet et promotion en région et dans les journaux) ainsi que l'application du code de conduite du programme sont tous des services offerts par le programme de gestion des équipes du Québec.

Outre ce support administratif, les adjoints ont également comme mandat de faire le suivi de la signature des contrats d'athlètes et de mener à terme les évaluations menant au classement des athlètes (espoir, relève, élite) que nous verrons dans la prochaine section de ce document.

Chaque athlète du programme doit signer un contrat annuel. Ce dernier précise les engagements entre les différents intervenants; la fédération, le personnel d'entraîneurs et l'athlète. On y retrouve les termes financiers mais également des clauses exigeant une quinzaine d'heures de bénévolat que l'athlète doit remettre à la fédération pour la promotion du sport en sol québécois. Un dépôt est lié à ce contrat et est remboursable si toutes les clauses sont respectées. Un contrat type a été mis en annexe.

Le programme des équipes du Québec a un souci quant à l'assurance qualité de l'application du modèle de développement au sein de son programme. L'expertise terrain est excellente. À leur arrivée sur le programme, les entraîneurs moins expérimentés sont jumelés avec un entraîneur plus expérimenté et le calendrier des entraînements favorise la présence de l'entraîneur plus expérimenté à plusieurs reprises durant la saison intérieure et extérieure. L'entraîneur plus expérimenté possède les aptitudes techniques pour s'assurer que le nouvel entraîneur enseigne adéquatement chaque technique et respecte le modèle.



## 6. Exigences liées aux programmes contribuant au développement de l'excellence

La provenance des athlètes intégrant le programme d'excellence vient principalement de la ligue de développement provinciale (LFFEQ – Ligue de Fastpitch Féminine Élite du Québec). Cette ligue produit la majorité des athlètes qui vont par la suite œuvrer sur les équipes du Québec. Cette ligue de niveau régionale (AA) est alimentée à son tour par les associations locales. Ces associations locales participent à diverses compétitions notamment le Festival B qui n'offre aucun débouché national.

Une fois que la LFFEQ a identifié ses meilleures athlètes au niveau régional, les équipes formant cette ligue participent à des championnats provinciaux de classe AA qui offrent des débouchés vers les championnats de l'Est du Canada et le Championnat Canadien de deuxième division. Ce sont en grandes parties ces équipes qui participent aussi aux Jeux du Québec dans la catégorie U16 (15-16 ans). Ces également lors de ces divers événements que les entraîneurs des Équipes du Québec détectent principalement les talents et pourront inviter ces joueuses lors des prochains camps de sélections.

Plusieurs services vus dans la prochaine section de ce document sont disponibles pour tous par contre, c'est surtout les athlètes qui se trouvent dans une démarche d'excellence qui y auront recours. Vous verrez plus en détails ces services sous peu.

### 6.1 Catégorisation des athlètes

Le système de classement et de catégorisation des athlètes mis de l'avant par la fédération est très élaboré. Il ne tient pas uniquement compte du potentiel et des performances de l'athlète mais également de son attitude, de son assiduité à l'entraînement et de son implication dans le développement de la discipline au Québec.

Les définitions suivantes ont été établies pour déterminer la signification d'un athlète espoir, relève et élite.

#### 6.1.1 Espoir

Athlètes âgés de 13 ans et plus et faisant partie du réseau de développement LFFEQ (AA) toutes catégories ou qui a été sélectionnés au sein du programme sport-études ou d'une équipe du Québec (AAA) de catégorie U13, U14, U15 et possiblement U16 ou encore, qui ne rencontrent pas les critères de classement relève ou élite. Ces athlètes sont encadrés et deviendront en grande partie les athlètes Relève et Élite de demain.

#### 6.1.2 Relève

Vingt-et-un (20) athlètes de 16 ans et plus faisant partie du programme des Équipes du Québec (AAA) de catégories U18, U21 ou senior. Ces athlètes doivent avoir participé au championnat canadien de l'année précédente et avoir le potentiel et le désir d'aller vers l'équipe nationale junior et/ou senior.

#### 6.1.3 Élite

Quinze (15) athlètes de 16 ans et plus faisant partie du programme des Équipes du Québec (AAA) de catégories U21 ou senior. Ces athlètes doivent avoir participé au championnat canadien de l'année précédente et avoir le potentiel et le désir d'aller vers l'équipe nationale junior et/ou senior.



### 6.1.4 Excellence

Tout athlète membre de l'équipe nationale senior pour plus d'un an et/ou ayant participé à des Grands Jeux (Pan Am, Championnat du monde, Jeux Olympiques).

## 6.2 Processus de classement des athlètes

Un processus de classement des athlètes a été mis en place pour établir quels athlètes du programme recevraient des crédits d'impôt et ce, tant chez les hommes que chez les femmes.

Le crédit d'impôts provincial pour un athlète élite est de l'ordre de 2,000\$ annuellement alors qu'il est de 1,000 \$ pour un athlète relève. Ces montants sont octroyés pour un an complet si l'athlète remplit les critères.

Les athlètes identifiés ÉLITE et RELÈVE ont également accès à un programme de soutien en services scientifiques en collaboration avec le Centre National Multi-Sport de Montréal (Claude Robillard). Le ministère envoie le détail de ces services aux athlètes et l'information est reprise lors des rencontres avec les athlètes et leurs parents.

### 6.2.1 Critères de qualification "élite" et "relève"

Critère 1 : L'athlète doit être membre en règle de Softball Québec ainsi qu'un ambassadeur pour le softball.

- a) Avoir dûment compléter et signer le contrat de l'athlète au sein du programme de l'Excellence;
- b) Acquitter les frais de participation au programme des Équipes du Québec qui comprend : Les frais d'adhésion au programme (100\$), les frais pour la saison intérieure (300\$ pour un athlète de la région métropolitaine et 125\$ pour un athlète de régions éloignées) et les frais de la saison extérieure pour chacune des équipes
- c) Conserver une attitude positive, une éthique de travail et préserver l'image de la fédération ainsi que de notre sport au Québec, sur les scènes provinciale, nationale et internationale.

Critère 2 : L'athlète doit obligatoirement

- a) Faire partie du programme des équipes du Québec l'année en cours et l'année précédente.
- b) Cas à l'étude si l'athlète a déjà fait plusieurs années dans une équipe du Québec.

Critère 3: Admissibilité

- a) Pour être sur la liste relève ou élite, l'athlète doit évoluer dans la catégorie U18 à senior

Les athlètes n'étant pas retenus dans la liste élite et relève seront classés comme athlète espoir et seront les premiers à être reconnus dans l'éventualité où un athlète élite ou relève ne remplit plus les critères.

### 6.2.2 Mode de fonctionnement - classement:

Les athlètes répondants aux trois (3) critères ci-haut mentionnés seront ensuite évalués afin de produire le classement. Les informations proviendront de leurs entraîneurs ainsi que du formulaire qu'ils devront compléter en ligne via un lien internet qui sera désigné par la fédération.

Il est important de noter que l'athlète se verra retirer de la liste s'il ne remplit plus les critères de qualification au cours de l'année. La liste sera révisée au besoin.

### Critères de pondération "élite" et "relève" (avec priorité dans cet ordre si égalité au classement)

**A : 30 points de la note est basé sur la performance de l'athlète**

- a) Un maximum de 15 points pour le championnat Canadien. L'entraîneur de l'équipe note en fonction d'avoir un seul athlète à 15 points, un seul athlète à 14 points et ainsi de suite.



- b) Un maximum de 15 points pour la saison au complet soit : tournoi – ligue d'excellence – saison intérieure – etc. sauf le championnat canadien. L'entraîneur de l'équipe note en fonction d'avoir un seul athlète à 15 points, un seul athlète à 14 points et ainsi de suite.

**B : 30 points de la note est basé sur le potentiel de l'athlète (évaluation provenant de l'entraîneur)**

- a) Un maximum de 15 points est attribué au potentiel physique, technique, tactique et psychologique de l'athlète. Au niveau des équipes U21 et SR un pointage entre 10 et 15 peut être accordé aux athlètes avec maximum 3 athlètes à 15 points, 3 athlètes à 14 points, etc. Au niveau U18, un pointage entre 5 et 10 points peut être accordé avec maximum 3 athlètes à 10 points, 3 athlètes à 9 points, etc. Au niveau U16 et U14, un pointage entre 1 et 5 points peut être accordé avec maximum 3 athlètes à 5 points, 3 athlètes à 4 points, etc.
- b) Un maximum de 5 points est accordé basé sur la progression réalisée dans la dernière année. L'entraîneur note ses athlètes en fonction d'avoir 2 athlètes par équipe à 5 points, 2 athlètes à 4 points et les derniers athlètes obtiennent 1 point.
- c) Un maximum de 10 points est accordé pour le potentiel à faire l'équipe nationale senior. Seulement les athlètes U21 et SR sont touchés par ce critère et peuvent amasser des points sur ce critère. Les points sont accordés selon le classement de l'équipe en fonction d'un seul athlète par équipe à 10 points, un seul à 9 points et les derniers obtiennent 1 point.

**C : 25 points est basé sur les présences de l'athlète**

- a) Un maximum de 15 points pour la saison intérieure. Un athlète s'entraînant dans un collège ou université Américaine ou Canadienne dans un programme de softball se verra octroyé 12 points. Le nombre de présence dans un sport-études à temps plein sera comptabilisé. Si l'athlète fait un autre sport durant l'hiver alors une présence par semaine lui sera créditée. La manière de calculer est la suivante : pour chaque tranche de 6% de présence, 1 point est accordé. Exemple : 6% = 1 point, 24% = 4 points, 78% = 13 points, 90% = 15 points.
- b) Un maximum de 15 points pour la saison extérieure donc 10 points pour les entraînements et 5 points pour les parties et tournois. Afin d'obtenir 10 points, l'athlète devra maintenir un taux de présence supérieur à 80%. Pour chaque tranche de 8%, 1 point est accordé (8% = 1 point, 32% = 4 points, 72% = 9 points, etc.)

**D : Un maximum de 15 points est attribué à l'athlète pour son implication au sein de Softball Québec (information provenant de l'athlète via le site Internet).**

- a) Entraîner une équipe mineure à titre d'entraîneur chef ou d'assistant (peu importe le calibre ou la classe) pour la saison complète = 10 pts
- b) Nombre total d'heures de bénévolat effectué sur une base individuelle au cours de la saison en incluant les heures effectuées en vertu du contrat de l'athlète qui exige 12 heures par athlète = 3 pts pour les 12 premières heures et 1 point par heure supplémentaire
- c) Nombre total d'heures effectuées rémunérées soit via le championnat international, l'académie ou autres projets de softball (ne comprend pas les activités de financement de l'équipe) = 2 pts par tranche de 5 heures
- d) Toute autre implication de l'athlète pourra être évaluée individuellement
- e) L'implication des parents au niveau du programme des équipes du Québec sera considérée et évaluée selon le niveau d'implication.

**Particularités**

- a) L'évaluation pour la liste des crédits d'impôts peut varier quelque peu du volet féminin versus le volet masculin mais la base de départ est la même.
- b) Softball Québec se réserve le droit de pondérer un maximum de 3 athlètes par année ne répondant pas aux critères de qualification afin de gérer les cas exceptionnels.
- c) Si une athlète tarde à confirmer sa présence au sein du programme des Équipes du Québec, elle sera tout de même évaluée mais devra attendre qu'une athlète ne remplisse plus les critères de qualification afin d'être insérée dans la liste officielle.



### 6.3 Programme des Équipes du Québec

Le programme des Équipes du Québec est sans contredit le centre du programme de développement de l'excellence. Tous les autres services en périphérie existent afin d'alimenter et d'offrir le meilleur encadrement possible à ces athlètes de haut niveau.

Le programme compte actuellement 6 équipes féminines permanentes, 3 étant purement axées sur le développement (U14, U15 et U16) et 3 sur la performance (U18, U21 et Senior). De plus, une équipe U13 est formée pour la période hivernale. Le but est de faire connaître le programme d'excellence ainsi que le niveau d'entraînement requis à des athlètes qui peuvent avoir le potentiel de rejoindre le programme dans les années futures.

Dans les années à venir, la perspective de construire une septième équipe de type club école est très intéressante. Cette équipe de catégorie intermédiaire regrouperait des athlètes ciblant la performance (U18, U21 et SR) et servirait à soutenir le développement des joueuses et ainsi alimenterait au besoin les équipes de performance.

Au niveau masculin, 3 équipes sont en fonction et les trois visent la performance; U18, U21 et senior. Quoique ces équipes ne bénéficient pas d'un bassin d'athlètes espoirs, lorsque l'athlète est recruté, il possède généralement des antécédents sportifs lui permettant de se mettre à niveau beaucoup plus rapidement que les athlètes du volet féminin.

Les 45 athlètes du programme masculin suivent un programme semblable à celui du féminin à la différence qu'ils n'ont pas de centre provincial d'entraînement. Si la mise en place d'un réseau de développement masculin tarde et est beaucoup plus laborieux qu'anticipé, il n'en demeure pas moins que la collaboration entre les volets masculins et féminins est excellente ce qui pallie à quelques endroits cette défaillance.

Le programme masculin compte sur des cellules d'entraînement situées à différents endroits. Par exemple, un centre dans la région de Québec accueille plusieurs athlètes des équipes masculines U18 et U21.

La participation des athlètes est très exigeante compte tenu du volume d'entraînement qui s'échelonne sur 11 mois par année.

En effet, les sélections sont effectuées à la mi-septembre et les entraînements sont planifiés durant tout l'hiver en incluant une ligue intérieure et différents tournois préparatoires intérieurs. L'intégration du volet intérieur brise la monotonie de l'hiver et conserve l'intérêt des athlètes hors saison.

À l'arrivée du printemps, les athlètes renouent avec les terrains extérieurs et participent à un minimum de 4 tournois préparatoires en plus d'un calendrier de parties établi afin de faire bénéficier tous les athlètes du programme. Au total, elles joueront environ 70 parties dans leur saison estivale si on inclut tous les tournois, événements et la ligue d'excellence.

Au niveau féminin, l'équipe du Québec U14 évoluera également au sein du réseau de développement (LFFEQ) dans la catégorie supérieure. Il en sera de même pour les équipes U14, U15 et U18 qui joueront quelques matchs sporadiques dans ce réseau de développement.

À titre d'exemple, l'équipe du Québec U15 pourra établir son calendrier de parties locales et préparatoires de la façon suivante (tournois et compétitions majeures en sus) :

- 2 parties contre l'équipe du Québec U18;
- 6 parties contre l'équipe du Québec U16;
- 6 parties contre l'équipe du Québec U14;



- 5 parties contre l'équipe du Québec 13U;
- 8 parties contre les différents clubs intermédiaires (19 ans et plus) de la LFFEQ.

Le personnel d'entraîneurs établi sa planification d'entraînement en prenant en considération l'âge des athlètes, leur réalité scolaire ou professionnelle ainsi que des opportunités de compétition présentes dans leur catégorie. Les critères de sélection des entraîneurs ont été vus à la section 5.4 de ce document.

Alors que les tournois préparatoires de fin de semaine en Ontario et sur la côte Est américaine ont surtout lieu en avril, mai et juin, les compétitions majeures de plusieurs jours se déroulent en juillet et en août.

Le tout débute avec le championnat international de balle rapide de Montréal qui s'échelonne sur près d'une semaine, suivi par le Canada Cup à Surrey en Colombie-Britannique où nos équipes U16 et U18 participent et où les dépisteurs américains sont présents et en mesure de faire des offres aux athlètes. Juste avant le championnat canadien, le National PONY (équivalence d'un championnat canadien mais en sol américain) prend place vers la fin juillet pour les équipes 13U, 14U, 15U, 16U et 18U.

Le championnat international de balle rapide de Montréal a pris une entente avec les autorités américaines ce qui fait en sorte que les Équipes du Québec possèdent la garantie de pouvoir participer à cet événement sans devoir se qualifier officiellement. Il s'agit d'un excellent tournoi préparatoire en vue des championnats canadiens qui auront lieu dans les semaines suivantes.

Le championnat canadien a lieu en août de chaque année et coïncide avec la fin de la saison. Les athlètes ont ensuite un mois de repos complet avant de reprendre l'entraînement et les camps de sélection. C'est ce que nous avons pu vous démontrer dans le cycle du programme de la section précédente.

Les athlètes du programme des Équipes du Québec ont tous un point en commun. Ils visent l'Équipe nationale. Notre but premier est d'aider nos athlètes à atteindre leur objectif.

## 6.4 Programme sport-études

Le programme sport-études en balle rapide a vu le jour à l'automne 2002. Il vise particulièrement les athlètes espoir pour le programme aux secondaires soit, les catégories U14 et U16 (13 à 17 ans). Par contre avec les années, les athlètes de ces programmes ont énormément évolués dans le sport ce qui fait en sorte que des athlètes relèves font maintenant partie des sport-études niveau secondaire.

Le programme a d'abord été mis en place afin d'augmenter le volume d'entraînement des athlètes, notamment ceux du programme des Équipes du Québec. À cette époque, il est important de préciser que le Centre provincial à Claude Robillard n'existait pas et que les athlètes du programme des Équipes du Québec qui fréquentaient l'école secondaire n'étaient majoritairement pas à temps plein sur le programme et évoluaient toujours au sein du réseau de développement (LFFEQ).

Lors du dernier cycle, le programme a été développé dans une région comprenant un grand nombre d'athlètes mineures de haut niveau soit les Laurentides plus précisément à Ste-Thérèse.

Possédant des terrains accessibles à pied ceci facilite les entraînements à l'automne et au printemps. Pour la période hivernale, des plateaux d'entraînement sont loués au centre sportif local. Cela diffère beaucoup des premières années des programmes sport-études pour lesquels on manquait souvent de locaux et on devait faire preuve d'originalité à l'extrême.



Ce programme en pleine expansion depuis sa création, a connu une restructuration complète en 2007 pour différentes raisons. La première est l'arrivée du Centre provincial d'entraînement qui venait donner l'option aux parents de choisir l'école de leur choix pour leur enfant tout en ayant accès à un volume d'entraînement adéquat mais surtout de qualité comparable à celui du programme sport-études.

Nous avons noté que les parents de nos athlètes proviennent en grande partie d'une classe sociale assez aisée et ils préfèrent de loin envoyer leurs enfants à l'école privée surtout dans un contexte sportif ayant très peu de débouchés professionnels.

À cet effet, voici les grands enjeux du programme sport-études softball pour ce type d'athlètes :

- La réputation des écoles en terme de qualité d'enseignement est de loin inférieure à celle des institutions privées;
- Les écoles ne sont pas toujours situées dans un rayon favorable au déplacement ce qui occasionne un remaniement logistique de transport pour les parents;
- Les plateaux d'entraînement sont inadéquats et les coûts reliés à la location (et parfois au transport) de centres privés sont trop élevés;
- L'embauche des entraîneurs compétents et certifiés à mi-temps comporte son lot de défis;
- L'écart entre la maturité tant au niveau sportif que psychologique entre un athlète de secondaire 1 et un athlète de secondaire 5 est considérable et difficile à gérer pour les entraîneurs;
- Les résultats scolaires limitent une forte participation au programme;
- Les coûts en amont à d'autres programmes de l'excellence (camp d'entraînement en Floride, participation au programme des équipes du Québec...) deviennent faramineux;
- Le manque d'athlètes dans certains centres fait en sorte qu'il est très difficile de les rentabiliser;

Par contre, avec les années et le programme qui va très bien à Ste-Thérèse, la demande des autres régions du Québec augmente énormément afin d'avoir un sport-études dans leurs écoles.

À la lueur de ces défis, le programme de développement de l'excellence considère toujours la valeur ajoutée de conserver son programme sport-études en softball. Ce programme a su démontrer au fil des ans comment il est bien structuré et comment il sait développer des athlètes de haut niveau. La très grande majorité des athlètes espoirs qui entre dans un programme sport-études sont les athlètes relèves et élites de demain lorsqu'elles terminent en secondaire cinq.

#### **6.4.1 Plan d'action**

Le programme à Ste-Thérèse fonctionne très bien. Des activités de promotion sont prévues afin de le maintenir à ce niveau.

Au cours de l'année scolaire 2012-2013 un recrutement massif a été fait dans la région du Lac-St-Louis ce qui fait en sorte que nous serons de retour dans cette région en force en 2013-2014. C'est pourquoi, pour l'année scolaire 2013-2014, Softball Québec est fière d'annoncer qu'il sera présent pour un nouveau programme dans cette région. Regroupant deux écoles l'une anglophone (John Renine) et l'autre francophone (Chêne Bleu), ce programme se veut très prometteur et rassembleur pour la région.



Nous aimerions ouvrir un sport-études à Laval, pour ce faire, un recrutement sera effectué lors de l'année scolaire 2013-2014 dans cette région dans le but d'être présent dès l'année scolaire 2014-2015 à l'école Georges-Vanier de Laval.

Le retour de la région de Laval offrirait une option alternative aux jeunes athlètes des Équipes du Québec de pouvoir s'entraîner de jour en milieu scolaire au lieu de devoir se présenter de soir au Centre provincial d'entraînement.

D'autres régions du Québec sont dans la mire de la fédération comme la région du Sud-Ouest par exemple. Reste à voir ce que les années à venir nous réserve au niveau du développement de ces beaux projets que sont les écoles sport-études.

#### **6.4.2 Recrutement des athlètes au programme sport-études balle-rapide**

Le recrutement est fait en grande partie par l'entraîneur sélectionné par le chef du programme sport-études avec l'aide du directeur à l'excellence et de ses adjoints. Sans s'y limiter, voici quelques opportunités de recrutement :

- 1) Rencontre avec les entraîneurs des équipes du Québec;
- 2) Approche des athlètes faisant partis des équipes du Québec dans la région visée;
- 3) Rencontre avec les entraîneurs de catégorie U14 et U16 de la région visée;
- 4) Approche et publicité auprès des athlètes et parents de catégorie U14 et U16 de la région;
- 5) Approche auprès des athlètes des équipes du Québec des régions avoisinantes;
- 6) Publicité à l'école en question.

#### **6.4.3 Admissibilité des athlètes au programme sport-études balle rapide**

Les athlètes évoluant :

- 1) Pour une équipe du Québec;
- 2) Au sein de la Ligue LFFEQ (Réseau de développement);
- 3) Athlètes identifiés par le réseau de développement.

Chaque centre de sport-études doit idéalement avoir entre 12 et 18 athlètes lorsqu'il atteindra sa pleine maturité.

Il est presque impossible d'avoir un surplus d'athlètes avec les deux premiers critères de sélection. Advenant le cas où plus de 18 athlètes seraient inscrits au programme, le budget permettra alors l'embauche d'assistants entraîneurs.

Ces critères d'admissibilité sportive sont complémentaires aux critères d'admissibilité scolaires qui sont déjà très bien véhiculés par les écoles avec qui nous travaillons. L'athlète élève doit être en mesure de bien concilier son horaire d'entraînement à celui de ses études. Les notes d'entrée sont établies par l'école et non par la fédération.



Cependant, un suivi est effectué périodiquement par l'entraîneur avec les athlètes afin de s'assurer que les résultats scolaires demeurent une priorité et que l'athlète réussit à tous les niveaux. Il n'est pas rare de voir nos entraîneurs donner congé d'entraînement à un athlète afin de l'aider à hausser ses résultats scolaires et bien lui faire comprendre où devraient se situer ses priorités.

#### **6.4.4 Gestion du programme sport-études en balle rapide**

Le programme est géré sous le programme d'excellence de Softball Québec. L'employé responsable du programme sport études travaille sous la gouverne du directeur du programme de l'excellence. Plusieurs des tâches suivantes sont effectuées en collaboration avec ce dernier.

L'employé responsable voit aux opérations du programme, la sélection et la supervision des entraîneurs pour chaque école ou centre, établi le budget et négocie le salaire des entraîneurs, décide des grandes orientations du programme (stabilisation, expansion, etc.)

Il aide également à la gestion du programme en s'occupant de la remise des salaires des entraîneurs, le recouvrement des liquidités auprès des athlètes, trouve des commanditaires pour le programme et organise diverses activités de financement afin d'aider le programme.

Le programme possède également une section sur le site Internet de la fédération et plusieurs mentions et publicités sont faites dans le journal interne « Coup Sûr ». Un dépliant est également envoyé aux athlètes membres des régions concernées par un programme sport-études.

#### **6.4.5 Sélection des entraîneurs**

Chaque école possède un entraîneur certifié de niveau 3 ou en voit de l'obtenir au minimum, ce qui est le pré-requis initial afin de pouvoir postuler à temps plein. L'évaluation comprend les critères suivants :

- Certification;
- Expérience antérieure à titre d'entraîneur en balle rapide;
- Implication au sein des différents programme de développement ou d'excellence de la fédération;
- Antécédents judiciaires;
- Habileté à enseigner et à communiquer;
- Engagement envers le programme;
- Disponibilité et flexibilité.

Afin de bâtir notre relève, des assistants sont sélectionnés. Généralement, ces assistants font partie du programme des équipes du Québec soit à titre de joueurs ou d'entraîneurs. Leur intervention est sporadique et souvent axée sur une activité précise comme par exemple travailler uniquement la frappe ou avec le groupe de lanceurs.

Des points à efforts et des objectifs sont établis afin d'assurer une progression constante de la qualité d'entraînement prodigué par notre groupe d'entraîneurs professionnels.

Les entraîneurs sont invités lors des réunions d'entraîneurs du programme des Équipes du Québec afin de s'assurer que la méthodologie d'enseignement est la même dans tout le programme d'excellence.



#### **6.4.6 Supervision des athlètes**

L'entraîneur responsable d'un sport-études remet à l'étudiant, aux parents et au chef du programme sport-étude, à 4 reprises par année, une évaluation de l'athlète. Un exemple de cette évaluation est présenté en annexe.

Ces évaluations précisent le cheminement de l'athlète tant au niveau sportif (technique, tactique, psychologique et physique) qu'humain (assiduité aux entraînements, attitude, etc.)

Des rencontres de mise à niveau sont prévues à quelques reprises durant l'année entre les parents et le chef du programme sport-études afin de discuter du niveau de satisfaction et des points à efforts du programme, que ce soit sur le travail des entraîneurs ou la qualité de la programmation.

### **6.5 Championnat international de balle rapide de Montréal**

Ce championnat occupe une place privilégiée dans le plan d'excellence de la fédération. Non seulement il s'agit d'une vitrine inédite en balle rapide pour le Québec, ce championnat a longtemps été considéré comme le plus gros tournoi de balle rapide mineure au Canada et parmi le top 5 en Amérique du Nord.

Depuis sa création en 1994, il a accueilli plus de 1000 équipes de partout dans le monde et a généré des retombées économiques et touristiques importantes pour le Québec.

Les objectifs du championnat international sont les suivants :

- Tournoi préparatoire pour nos équipes du Québec en vue des championnats canadiens;
- Tournoi préparatoire pour nos équipes du réseau de développement féminin (LFREQ);
- Tournoi préparatoire pour nos arbitres des groupes espoir, relève et élite;
- Activité de financement pour tout le programme de l'excellence;
- Promotion de la balle rapide en sol québécois.

#### **6.5.1 Financement des athlètes**

La structure actuelle du championnat amène les athlètes à se responsabiliser financièrement. Les profits ne sont pas répartis également entre les athlètes. La formule privilégiée est une répartition en fonction de l'implication de l'athlète lors de l'événement. Ainsi, plus elle amènera des membres de sa famille et amis à travailler lors du championnat, les heures cumulées par ces bénévoles viennent commanditer l'athlète afin d'assumer les coûts reliés à ses activités au sein du programme de l'excellence. Ainsi, les athlètes désirant financer leur participation au programme des équipes du Québec, sport-études, le camp d'entraînement Québec-Floride, etc. peuvent le faire partiellement à l'aide du championnat international.

#### **6.5.2 Organisation d'un championnat canadien**

Le championnat international gère un autre projet en parallèle soit, l'organisation d'un championnat canadien en sol québécois. Ce projet est divisé en deux parties. D'abord, il apporte un centre d'expertise en matière d'organisation d'événements québécois en softball. En deuxième lieu, la tenue d'un championnat canadien par année en sol québécois permet à des équipes du Québec d'économiser sur les frais reliés à la participation à un championnat canadien. La présence de ce championnat en sol québécois est bénéfique également au niveau de la visibilité qu'un événement de cette envergure apporte au Québec et à la discipline sportive. De plus, les arbitres du groupe élite relève de la fédération peuvent participer plus facilement et à moindre coût à cet événement de Softball Canada.



## 6.6 Réseau de développement

Softball Québec compte sur la Ligue de Fastpitch Féminine Élite du Québec (LFFEQ) afin d'effectuer l'introduction et le développement des athlètes en balle rapide. Lorsque les athlètes accèdent au réseau de développement, ils sont mis en contact avec tous les services offerts par le programme de développement de l'excellence et peuvent profiter de ces services.

La LFFEQ regroupe des formations régionales dans les catégories U12 (11-12 ans), U14 (13-14 ans), U16 (15-16 ans), U18 (17-18 ans) et intermédiaire (19 ans et plus).

La sélection des athlètes du programme des équipes du Québec se fait en grande partie à l'intérieur des athlètes évoluant au sein de ce réseau de développement.

Softball Québec et son académie travaillent très étroitement avec le réseau de développement surtout au niveau de la formation des entraîneurs et des cliniques pour les athlètes. Les régions n'ont souvent pas l'expertise nécessaire pour former des lanceurs compétitifs en balle rapide. L'académie assignera alors une ressource pour aller aider une région en particulier afin de combler son besoin. Il n'est pas rare de voir une athlète des équipes du Québec provenant de cette région, retourner aux sources pour aller aider sa région d'origine, forte de l'expertise acquise sur les scènes nationale et internationale.

Au niveau de la formation des lanceurs, Softball Canada a mis en place un excellent programme appelé CANPitch afin d'uniformiser l'enseignement du lancé au niveau national. Chaque fédération provinciale devait développer son expertise afin de former des formateurs pour ce programme. La réponse des associations locales à ce nouveau programme est excellente au niveau du Québec.

Les équipes du réseau de développement participent à un championnat provincial dans le but de se classer pour le championnat de l'Est du Canada de leur catégorie respective. Depuis l'été 2008, une politique de « Respect des classes » a été mise de l'avant afin d'exclure les athlètes des Équipes du Québec (AAA) de toutes compétitions réservées à la classe AA. Cette mesure fut mise en place afin de protéger les athlètes de la classe AA alors qu'il était trop facile pour les entraîneurs du réseau de tenter de récupérer des athlètes AAA de leur région pour certaines compétitions lorsqu'il n'y avait pas de conflit d'horaire. À quelques exceptions près, cette mesure convient à tous les athlètes et entraîneurs.

### 6.6.1 Jeux du Québec

La catégorie U16 (15-16 ans) a été privilégiée par la fédération afin de participer aux Jeux du Québec. La réalité québécoise de notre sport fait en sorte qu'un plus grand nombre d'athlètes entrent dans un réseau compétitif vers l'âge de 15 ans. Nous avons ainsi plus de chance d'identifier de nouveaux athlètes, jusqu'à ce jour méconnus, si nous optons pour la catégorie U16. Fait à noter important, les Jeux du Canada qui demandaient la participation des athlètes U18 dans le dernier cycle ont opté pour demander la participation des athlètes U21 à compter de 2013. Ceci fait en sorte de mettre encore plus en importance notre choix de garder les Jeux du Québec au niveau U16 plutôt que d'aller vers une catégorie plus jeune.

Les Jeux du Québec sont certes un tremplin pour nos athlètes féminines vers les Jeux du Canada mais puisque nous sommes en mesure d'identifier assez facilement et rapidement les athlètes évoluant au sein de notre réseau de développement dans les classes AA aux Jeux du Québec, c'est surtout la catégorie B qui s'avère intéressante pour nos dépisteurs.

La classe AA du réseau de développement regroupe des équipes évoluant ensemble durant toute l'année alors que la classe B est le regroupement temporaire d'athlètes qui proviennent généralement de régions moins bien structurées en balle rapide. Nous avons souvent identifié des petites merveilles lors des Jeux du Québec dans la classe B.



Les finales régionales des Jeux du Québec se tiennent l'année qui précède les Jeux. Pour les équipes de classe AA, la formule est simple puisque les camps de sélection du réseau de développement qui participe à ces Jeux se tiennent à chaque année.

Pour les régions hors réseau, la finale régionale est d'autant plus importante puisqu'elle permet à chaque équipe locale d'envoyer ses meilleures joueuses dans le but de participer aux Jeux l'année suivante et de se faire voir par les dépisteurs provinciaux, pour la première fois en grande partie.

Il serait intéressant de pouvoir intégrer les garçons dans le programme des Jeux du Québec mais puisqu'ils ne rencontrent pas le nombre de régions participantes requises et n'ont pas de réseau de développement structuré, cette avenue est impensable à court terme.

Lors du dernier cycle, le softball fut retiré des Jeux du Québec au niveau féminin pour l'année 2014, les Jeux de 2012 fut donc les derniers.

Toutefois, à force d'effort important de Softball Québec, d'un ralliement régional et de rencontre avec Sports Québec, le softball féminin sera de retour aux Jeux du Québec de 2016.

## 6.7 Académie du softball et Centre provincial d'entraînement

L'académie du softball a été lancée en septembre 2002 par les meilleurs techniciens de softball au Québec. L'objectif principal était de rehausser le niveau de jeu de l'élite québécoise en regroupant tous les experts de notre sport sous un seul chapeau.

Les mêmes intervenants sont impliqués dans les programmes sport-études et au niveau du Centre provincial d'entraînement (Claude Robillard). C'est pourquoi notre organigramme regroupe ces 3 services qui demandent une expertise très similaire. Les politiques d'embauche ont été décrites à la section 5.4 de ce document.

### 6.7.1 Mission de l'académie

Accélérer et promouvoir le développement de la balle rapide au Québec en apportant un soutien technique et en offrant une multitude de services adaptés aux besoins et à la réalité de la clientèle (associations régionales, entraîneurs, équipes, athlètes, administrateurs et parents).

### 6.7.2 Objectifs

- Uniformiser les méthodes d'enseignement à l'ensemble du Québec;
- Centraliser la gestion du développement des entraîneurs et athlètes élités;
- Apporter un soutien technique aux régions et entraîneurs élités en proposant un suivi directement sur le terrain;
- Prendre en charge le programme de formation des titulaires de cours et la formation des entraîneurs de Softball Québec;
- Communiquer les meilleures pratiques organisationnelles en matière de softball et offrir des formations de façon à rendre tous les outils de gestion accessibles pour les administrateurs bénévoles;
- Assister le comité d'excellence au niveau de la mise en œuvre d'un plan de développement du participant.

### 6.7.3 Les 2 divisions

La première division de l'académie vise spécifiquement les entraîneurs. Non seulement les intervenants de l'académie offrent les cours de certification à nos entraîneurs selon les normes du PNCE mais ils offrent en plus des cliniques de perfectionnement axées sur la tâche et différentes



thématiques telles le frappeur ou le lanceur, les glissades, la course, etc. Ils offrent également de la documentation permettant aux entraîneurs de ne pas réinventer la roue comme par exemple des guides d'activités pour les entraînements et échauffement selon les clientèles visées.

La seconde division touche directement l'athlète. Encore en fois, les intervenants offrent des cliniques de perfectionnement selon des thématiques. Certaines cliniques sont organisées à l'échelle provinciale alors que d'autres font l'objet d'une demande spécifique de la part des régions afin d'enseigner un aspect précis du jeu. Par exemple, 3 séances de perfectionnement pour les receveurs ou 1 journée intensive sur les amortis.

#### **6.7.4 Le Centre provincial d'entraînement (Claude Robillard)**

Depuis maintenant 7 ans, le centre accueille les athlètes du programme des Équipes du Québec. Plusieurs plages d'entraînements organisés sont disponibles et également des plages individuelles comme l'accès à la salle de musculation.

Chaque athlète possède un plan d'entraînement personnalisé qui tient compte de différents facteurs, notamment son poids, son âge, sa masse musculaire et son rôle au sein de l'équipe.

Les plages d'entraînement organisées sont divisées en 2 volets. Le premier volet est l'entraînement physique. Les athlètes œuvrent avec un spécialiste du développement de vitesse et sont aussi suivi en entraînement musculaire en salle d'entraînement par un kinésologue. Le deuxième volet des entraînements se déroule en équipe au cours de la semaine. L'omnisport du Centre Claude-Robillard reçoit les équipes, leur permettant de travailler le volet défensif.

Le week-end, les équipes travaillent le volet offensif et la cage de frappeur du Centre est disponible aux équipes qui désirent tenir des entraînements. Le Centre provincial ne suffit pas à la demande et d'autres gymnases doivent être loués afin de satisfaire les besoins de tous les entraîneurs du programme.

Une planification rigoureuse est effectuée et diffusée sur le site Internet des Équipes du Québec ce qui permet aux athlètes de se référer rapidement aux horaires d'entraînement qui sont mis à jour au besoin.

Outre les entraînements, un calendrier de parties et quelques tournois sont organisés, généralement au Centre provincial d'entraînement ou dans les centres sport-études ou sur invitation régionale.

Le centre est en fonction de la mi-octobre à la fin avril de chaque année.

### **6.8 Camp d'entraînement Québec-Floride**

Le camp d'entraînement en Floride durant la semaine de relâche est un autre des services offerts par des intervenants du groupe de l'excellence. Il existe depuis 2001.

Ce camp est ouvert à tous les athlètes et entraîneurs de la province et des activités de financement sont offertes tout au long de l'année afin de rendre ce camp accessible à tous.

Plusieurs activités sont organisées selon les participants. Les meilleurs entraîneurs de la province et intervenants de l'académie accompagnent le groupe en Floride. Les équipes du Québec et nos athlètes en sport-études participent activement à ce camp et jouent des parties amicales contre les équipes américaines.



## **6.9 Compétitions de préparation aux Jeux du Canada**

Au niveau féminin le processus est bien mis en place depuis plusieurs années. Les équipes féminines savent comment se préparer aux Jeux du Canada et s'assurent de faire de bons tournois préparatoires afin d'être prêtes et compétitives lors des Jeux.

En 2017, le masculin sera de retour aux Jeux du Canada dans la catégorie U21. Le Québec ne possèdera pas d'équipe U21 officiellement en 2013. Toutefois, une équipe formée des meilleurs athlètes U18 et de quelques athlètes U21 ira en compétition en Saskatchewan. Cette équipe prendra part au U21 Men's International Softball Championship du 9 au 14 juillet pour représenter le Québec dans cette compétition de calibre international qui servira de début de préparation pour les Jeux du Canada de 2017.



## 7. Présentation des projets soumis aux fins de soutien financier

Softball Québec présente 12 projets pour lesquels elle espère recevoir un soutien financier. Chaque projet est au cœur de notre programme de développement de l'excellence et ils sont tous cohérents entre eux.

La définition au sens propre d'un projet signifie qu'il y a une date de début et une date de fin. Or, bon nombre des projets que nous présentons sont maintenant des programmes en constante évolution, qui englobent des cycles de planification, de conception, de développement, de déploiement et d'évaluation.

Voici les projets présentés :

- Projet 1 : Soutien aux entraîneurs chef des équipes du Québec féminines (6 équipes)
- Projet 2 : Championnat canadien et tournois préparatoires – équipe du Québec senior féminine
- Projet 3 : Championnat canadien et tournois préparatoires – équipe du Québec U18 féminine
- Projet 4 : U21 Men's International Softball Championship
- Projet 5 : Entraîneurs spécialisés pour lanceurs et receveurs
- Projet 6 : Billets d'avion entraîneurs : Championnat canadien U21 féminin
- Projet 7 : Locations de plateaux sportifs – entraînement automne - hiver
- Projet 8 : Achat de matériels d'entraînement et d'équipements
- Projet 9 : Perfectionnement des entraîneurs des équipes du Québec
- Projet 10 : Clinique de perfectionnement sur le modèle de développement
- Projet 11 : Camp d'évaluation des équipes nationales féminines
- Projet 12 : Championnat international U21 masculin – participation arbitre niveau 4



## 8. Stratégie de diffusion

Un des plus grands défis que nous avons est d'amener les gens à prendre connaissance de ce plan de façon volontaire.

Étant un sport généralement composé de bénévoles, peu d'entre eux sont enthousiastes à lire un document d'une soixantaine de page.

À cet effet, nous avons établi l'essence du message à haut niveau. Que voulons-nous communiquer au juste? Du moins, le niveau d'information que tout le monde doit savoir et comprendre. La réponse à cette question fut les stades du développement. Un dépliant sommaire du plan de développement de l'athlète de Softball Canada est inséré dans chaque trousse d'entraîneur d'équipe mineure de la province.

Notre modèle de développement de l'athlète est également disponible sur notre site internet tout comme le Modèle de développement du participant de Softball Canada.

Toutefois, Softball Québec travaille actuellement à étudier la refonte complète de son site internet. Ce projet devrait prendre forme d'ici quelques mois.

Actuellement, notre meilleure plate-forme pour rejoindre les gens est notre journal mensuel. Ce journal est envoyé via courriel à tous les gens désirant de l'information sur le softball et qui gravitent de près ou de loin avec la fédération. Dans ce mensuel, appelé « Coup Sur », une page sera ajoutée afin d'expliquer à chaque mois durant la prochaine année une section du modèle de développement de l'athlète.

Également, lors des formations d'entraîneurs, une section du cours traite sur le développement de l'athlète. Ceci permet aux nouveaux entraîneurs d'être informés immédiatement de la procédure générale à suivre pour le développement des athlètes de tous niveaux.

Afin de suivre la tendance, Softball Québec a maintenant sa page Facebook. Nous utiliserons également celle-ci pour diffuser notre modèle.

À court et moyen terme les méthodes de diffusions suivantes seront mises de l'avant :

- Une section spécifique « modèle de développement de l'athlète » sera créé sur le nouveau site internet de la fédération.
- Une chronique mensuelle traitant du développement sera insérée dans le journal mensuel que les gens reçoivent par courriel.
- Le modèle sera diffusé dans les cours et les cliniques d'entraîneurs à travers la province.
- Le modèle sera un diffusé et discuté dans les activités annuels de la fédération tel que les assises, la commission des présidents ainsi que l'assemblée générale annuelle.



## **9. Conclusion**

Malgré plusieurs défis présents au sein de l'organisation de notre sport, Softball Québec peut compter sur une qualité d'experts passionnés. Sans elle, la mise en œuvre de ce plan ne saurait être possible.

De façon positive, nous sommes conscients des défis et traitons l'évolution de notre sport au meilleur de nos capacités. L'adaptation est au cœur de nos préoccupations.

La progression dans notre structure d'encadrement est spectaculaire considérant le peu de ressources que nous possédons, notamment au niveau des infrastructures défectueuses et insuffisantes, voir même en voie de disparition.

Les plans et les projets mis de l'avant prennent toujours en considération les ressources disponibles et la faisabilité de ces derniers de façon à rencontrer nos objectifs et échéanciers. Nous aimerions en faire plus, la force de l'organisation réside en son professionnalisme et son réalisme.

Si les quatre dernières années étaient cruciales pour notre évolution, les quatre prochaines le seront tout autant pour l'atteinte de nos objectifs à moyen terme. Ces objectifs étant de maintenir un encadrement de qualité de façon à obtenir de meilleurs résultats en terme de performance sur les scènes nationales et internationales, tout en maintenant ou en augmentant notre présence sur les différentes équipes nationales.



## 10. Annexes

### ***Annexe 1 : Caractéristiques de chaque stade ainsi que les structures d'accueils et les différents services offerts par la fédération***

- Enfant Actif
- S'amuser grâce au sport
- Apprendre à s'entraîner
- S'entraîner à s'entraîner
- S'entraîner à la compétition
- Apprendre et s'entraîner à gagner
- Vivre pour gagner
- Vie active

## Enfant actif

        	
<h1>ENFANT ACTIF</h1> 	
CLIENTÈLE VISÉE (ÂGES ET CATÉGORIES)	
Âge filles	0 à 6 ans (catégorie "Apprendre à jouer" Niveaux 1 et 2)
Âge garçons	0 à 6 ans (catégorie "Apprendre à jouer" Niveaux 1 et 2)
Note	Softball Québec suggère fortement de faire des classes mixtes à ces âges
OBJECTIF PRINCIPAL À CE STADE	
Objectif	Avoir du plaisir et demeurer actif
Focus	Plaisir
STRUCTURES D'ACCUEIL ET RÉSEAUX DE COMPÉTITIONS	
Associations	Filles: Locales et municipales, préscolaires et camps de jour Garçons: Locales et municipales, préscolaires et camps de jour
Ligues	Filles: Via les associations locales Garçons: Via les associations locales
Tournois	Filles: Format festival local ou régional sans compétition Garçons: Format festival local ou régional sans compétition
Scène provinciale	Filles: Aucune compétition Garçons: Aucune compétition
Scène nationale	Filles: Aucune compétition Garçons: Aucune compétition
Scène internationale	Filles: Aucune compétition Garçons: Aucune compétition
Centre entraînement	Filles: Locaux: intérieur et extérieur Garçons: Locaux: intérieur et extérieur
PROGRAMMES ET SERVICES OFFERTS PAR LA FÉDÉRATION	
Programme 1	Apprendre à jouer (démonstrations, cliniques adaptées pour les entraîneurs, manuels, DVD, articles promotionnels)
Programme 2	Blastball (équipement et matériel amusant venant en complément du programme Apprendre à jouer)
Programme 3	Promotion recrutement mineur (forfait incluant des outils de promotion afin de faciliter le recrutement des jeunes dans les régions du Québec)
Programme 4	Encadrement de la fédération (site internet, journal mensuel, régie, congrès annuel, soirée des mérites, assurances, guides de protection, filtrage des bénévoles, contrats, etc.)

## S'amuser grâce au sport

       	
<b>S'AMUSER GRÂCE AU SPORT</b> 	
CLIENTÈLE VISÉE (ÂGES ET CATÉGORIES)	
Âge filles	6 à 8 ans (catégorie "Apprendre à jouer" Niveau 3)
Âge garçons	6 à 9 ans (catégorie "Apprendre à jouer" Niveau 3)
Note	Softball Québec suggère fortement de faire des classes mixtes à ces âges
OBJECTIF PRINCIPAL À CE STADE	
Objectif	Avoir du plaisir et participer
Focus	Jouer
STRUCTURES D'ACCUEIL ET RÉSEAUX DE COMPÉTITIONS	
Associations	Filles: Locales et municipales, écoles primaires et camps de jour Garçons: Locales et municipales, écoles primaires et camps de jour
Ligues	Filles: Via les associations locales Garçons: Via les associations locales
Tournois	Filles: Format festival local ou régional sans compétition Garçons: Format festival local ou régional sans compétition
Scène provinciale	Filles: Festival B Garçons: Aucune compétition
Scène nationale	Filles: Aucune compétition Garçons: Aucune compétition
Scène internationale	Filles: Aucune compétition Garçons: Aucune compétition
Centre entraînement	Filles: Locaux: intérieur et extérieur Garçons: Locaux: intérieur et extérieur
PROGRAMMES ET SERVICES OFFERTS PAR LA FÉDÉRATION	
Programme 1	Apprendre à jouer (démonstrations, cliniques adaptées pour les entraîneurs, manuels, DVD, articles promotionnels)
Programme 2	Blastball (équipement et matériel amusant venant en complément du programme Apprendre à jouer)
Programme 3	Promotion recrutement mineur (forfait incluant des outils de promotion afin de faciliter le recrutement des jeunes dans les régions du Québec)
Programme 4	Encadrement de la fédération (site internet, journal mensuel, régie, congrès annuel, soirée des mérites, assurances, guides de protection, filtrage des bénévoles, contrats, etc.)

## Apprendre à s'entraîner

 	
<b>APPRENDRE À S'ENTRAÎNER</b> 	
CLIENTÈLE VISÉE (ÂGES ET CATÉGORIES)	
Âge filles	8 à 11 ans (catégories U8, U10 et U12)
Âge garçons	9 à 12 ans (catégories U10 et U12)
OBJECTIF PRINCIPAL À CE STADE	
Objectif	Développer les habiletés sportives et introduire les habiletés en softball
Focus	Apprendre
STRUCTURES D'ACCUEIL ET RÉSEAUX DE COMPÉTITIONS	
Associations	Filles: Locales, municipales et régionales. Écoles primaires et camps de jour Garçons: Locales et municipales. Écoles primaires et camps de jour
Ligues	Filles: Locales, municipales, régionales et provinciale (LFFEQ) Garçons: Locales, municipales et régionales
Tournois	Filles: Locaux, régionaux, festival et provinciaux avec introduction à la compétition Garçons: Locaux et régionaux avec introduction à la compétition
Scène provinciale	Filles: Championnat provincial Moustique A, Festival B et tournois fédérés Garçons: Championnat dans la région du Centre du Québec
Scène nationale	Filles: Aucune compétition Garçons: Aucune compétition
Scène internationale	Filles: Aucune compétition Garçons: Aucune compétition
Centre entraînement	Filles: Locaux et régionaux: intérieur et extérieur Garçons: Locaux: intérieur et extérieur
PROGRAMMES ET SERVICES OFFERTS PAR LA FÉDÉRATION	
Programme 1	Cliniques pour entraîneurs et joueurs via l'Académie du Softball
Programme 2	Sites Internet offerts gratuitement aux équipes, aux ligues et associations régionales pour leur utilisation interne, à même le site de la fédération
Programme 3	Cliniques régionales supervisées par les équipes du Québec
Programme 4	Promotion recrutement mineur (forfait incluant des outils de promotion afin de faciliter le recrutement des jeunes dans les régions du Québec)
Programme 5	Encadrement de la fédération (site internet, journal mensuel, régie, congrès annuel, soirée des mérites, assurances, guides de protection, filtrage des bénévoles, contrats, etc.)

## S'entraîner à s'entraîner

 	
<b>S'ENTRAÎNER À S'ENTRAÎNER</b> 	
CLIENTÈLE VISÉE (ÂGES ET CATÉGORIES)	
<b>Âge filles</b>	11 à 15 ans (catégories U12, U14 et U16)
<b>Âge garçons</b>	12 à 16 ans (catégories U12, U14 et U16)
OBJECTIF PRINCIPAL À CE STADE	
<b>Objectif</b>	Développer les capacités physiques et les habiletés en softball
<b>Focus</b>	Introduction à la compétition
STRUCTURES D'ACCUEIL ET RÉSEAUX DE COMPÉTITIONS	
<b>Associations</b>	Filles: Locales, municipales, régionales et provinciale. Écoles secondaires Garçons: Locales, municipales et régionales. Écoles secondaires
<b>Ligues</b>	Filles: Locales, municipales, régionales et provinciale extérieures. Intérieure provinciale Garçons: Locales, municipales et régionales extérieures
<b>Tournois</b>	Filles: Locaux, régionaux et provinciaux avec introduction à la compétition. Intérieurs prov. Garçons: Locaux et régionaux avec introduction à la compétition
<b>Scène provinciale</b>	Filles: Championnat provincial A et AA, Festival B, tournois fédérés et Jeux du Québec division A et B
<b>Scène nationale</b>	Garçons: Championnat dans la région du Centre du Québec Filles: Championnats canadiens et championnats de l'Est du Canada (U14 et U16)
<b>Scène internationale</b>	Garçons: Championnats de l'Est du Canada (U14 et U16) Filles: International de Montréal (AA et AAA), National PONY AAA (USA) Garçons: Aucune compétition
<b>Centre entraînement</b>	Filles: Locaux, régionaux et provincial: intérieur et extérieur Garçons: Locaux: intérieur et extérieur
<b>Autre</b>	Filles: Finales régionales des Jeux du Québec
PROGRAMMES ET SERVICES OFFERTS PAR LA FÉDÉRATION	
<b>Programme 1</b>	Programme des Équipes du Québec féminin U13, U14, U15 et U16
<b>Programme 2</b>	Cliniques pour entraîneurs et joueurs via l'Académie du Softball
<b>Programme 3</b>	Sites Internet offerts gratuitement aux équipes, aux ligues et associations régionales
<b>Programme 4</b>	Cliniques régionales supervisées par les équipes du Québec
<b>Programme 5</b>	Sport-études au secondaire
<b>Programme 6</b>	Camp d'entraînement Québec-Floride
<b>Programme 7</b>	Encadrement de la fédération (site internet, journal mensuel, régie, congrès annuel, soirée des mérites, assurances, guides de protection, filtrage des bénévoles, contrats, etc.)

## S'entraîner à la compétition

        	
<h1>S'ENTRAÎNER À LA COMPÉTITION</h1> 	
CLIENTÈLE VISÉE (ÂGES ET CATÉGORIES)	
Âge filles	15 à 21 ans (catégories U16, U18 et U21)
Âge garçons	16 à 23 ans (catégories U16, U18 et U21)
OBJECTIF PRINCIPAL À CE STADE	
Objectif	Consolidation des habiletés en softball et de l'entraînement physique
Focus	Spécialisation
STRUCTURES D'ACCUEIL ET RÉSEAUX DE COMPÉTITIONS	
Associations	Filles: Locales, municipales, régionales et provinciale. Écoles secondaires et post secondaires Garçons: Locales, municipales et régionales. Écoles secondaires et post secondaires
Ligues	Filles: Locales, municipales, régionales et provinciale extérieures. Intérieure provinciale Garçons: Locales, municipales et régionales extérieures
Tournois	Filles: Locaux, régionaux (finales Jeux du QC) et provinciaux extérieurs. Intérieurs prov. Garçons: Locaux et régionaux extérieurs
Scène provinciale	Filles: Championnat provincial AA, Festival B et tournois fédérés Garçons: Championnat dans la région du Centre du Québec
Scène nationale	Filles: Championnats canadiens (U16, U18 et U21), championnats de l'Est du Canada (U16 et U18), Jeux du Canada (U21) Garçons: Championnats canadiens (U18 et U21), championnats de l'Est du Canada (U16) et Jeux du Canada (U21 de retour en 2017)
Scène internationale	Filles: International de Montréal (AA et AAA), National PONY AAA (USA), Canada Cup (AAA), championnat du monde Junior Garçons: Softball Canada INTL Junior Challenge, ASA World Junior Cup (USA), Championnat du monde junior
Centre entraînement	Filles: Locaux, régionaux et provincial: intérieur et extérieur Garçons: Locaux, régionaux et provincial: intérieur et extérieur
PROGRAMMES ET SERVICES OFFERTS PAR LA FÉDÉRATION	
Programme 1	Programme des Équipes du Québec féminin U15, U16, U18 et U21, masculin 18U et U21
Programme 2	Cliniques pour entraîneurs et joueurs via l'Académie du Softball
Programme 3	Sites Internet offerts gratuitement aux équipes, aux ligues et associations régionales
Programme 4	Journée du softball intérieur avec encadrement par les Équipes du Québec
Programme 5	Sport-études au secondaire
Programme 6	Camp d'entraînement Québec-Floride
Programme 7	Encadrement de la fédération (site internet, journal mensuel, régie, congrès annuel, soirée des mérites, assurances, guides de protection, filtrage des bénévoles, contrats, etc.)

## Apprendre et s'entraîner à gagner

        	
<b>APPRENDRE ET S'ENTRAÎNER À GAGNER</b> 	
CLIENTÈLE VISÉE (ÂGES ET CATÉGORIES)	
Âge filles	19 ans et plus (U21, Intermédiaire et Senior)
Âge garçons	19 ans et plus (U21, Intermédiaire et Senior)
OBJECTIF PRINCIPAL À CE STADE	
Objectif	Raffinement des habiletés en softball et de l'entraînement physique à intensité élevée
Focus	Raffinement des habiletés
STRUCTURES D'ACCUEIL ET RÉSEAUX DE COMPÉTITIONS	
Associations	Filles: Locales, municipales, régionales et provinciale. Cégeps et universités Garçons: Locales, municipales et régionales. Cégeps et universités
Ligues	Filles: Locales, municipales, régionales et provinciale extérieures. Intérieure provinciale Garçons: Locales, municipales et régionales extérieures
Tournois	Filles: Locaux, régionaux et provinciaux extérieurs. Intérieurs provinciaux Garçons: Locaux et régionaux extérieurs
Scène provinciale	Filles: Championnat provincial AA, Festival B et tournois fédérés Garçons: Championnat dans la région du Centre du Québec
Scène nationale	Filles: Championnats canadiens et championnats de l'Est du Canada Garçons: Championnats canadiens et championnats de l'Est du Canada
Scène internationale	Filles: Championnat du monde, Pan-Am, Jeux du Commonwealth, Jeux Olympiques Sp. Garçons: ASA World Junior Cup (USA), Championnat du monde, Jeux du Commonwealth, Jeux Olympiques Sp.
Centre entraînement	Filles: Locaux, régionaux et provincial: intérieur et extérieur Garçons: Locaux, régionaux et provincial: intérieur et extérieur
PROGRAMMES ET SERVICES OFFERTS PAR LA FÉDÉRATION	
Programme 1	Programme des Équipes du Québec féminin U21 et SR, masculin U21 et SR
Programme 2	Cliniques pour entraîneurs et joueurs via l'Académie du Softball
Programme 3	Sites Internet offerts gratuitement aux équipes, aux ligues et associations régionales
Programme 4	Camp d'entraînement Québec-Floride
Programme 5	Encadrement de la fédération (site internet, journal mensuel, régie, congrès annuel, soirée des mérites, assurances, guides de protection, filtrage des bénévoles, contrats, etc.)

## Vivre pour gagner

        	
<h1>VIVRE POUR GAGNER</h1> 	
CLIENTÈLE VISÉE (ÂGES ET CATÉGORIES)	
Âge filles	19 ans et plus (U21, Intermédiaire et Senior)
Âge garçons	23 ans et plus (Intermédiaire et Senior)
OBJECTIF PRINCIPAL À CE STADE	
Objectif	Optimisation de la performance pour atteindre le sommet en compétition
Focus	Optimisation
STRUCTURES D'ACCUEIL ET RÉSEAUX DE COMPÉTITIONS	
Associations	Filles: Équipe du Québec, Équipe nationale junior et senior, Collèges et universités (US+CAD) Garçons: Équipe du Québec, Équipe nationale junior et senior
Ligues	Filles: Excellence provinciale, Ligues universitaires canadiennes et américaines. Garçons: Intermédiaire provinciale.
Tournois	Filles: Scènes provinciale, nationale et internationale. Garçons: Scènes provinciale, nationale et internationale.
Scène provinciale	Filles: Championnat provincial AA, Festival B et tournois fédérés Garçons: Championnat dans la région du Centre du Québec
Scène nationale	Filles: Tournois, championnats canadiens et championnats de l'Est du Canada Garçons: Tournois, championnats canadiens et championnats de l'Est du Canada
Scène internationale	Filles: Championnat du monde, Pan-Am, Jeux du Commonwealth, Jeux Olympiques Sp. Garçons: ASA World Junior Cup (USA), Championnat du monde, Jeux du Commonwealth, Jeux Olympiques Sp.
Centre entraînement	Filles: Centre provincial: intérieur et extérieur / hors province pour programme universitaire Garçons: Centre provincial: intérieur et extérieur
PROGRAMMES ET SERVICES OFFERTS PAR LA FÉDÉRATION	
Programme 1	Programme des Équipes du Québec féminin SR, masculin SR
Programme 2	Cliniques pour entraîneurs et joueurs via l'Académie du Softball
Programme 3	Sites Internet offerts gratuitement aux équipes, aux ligues et associations régionales
Programme 4	Camp d'entraînement Québec-Floride
Programme 5	Encadrement de la fédération (site internet, journal mensuel, régie, congrès annuel, soirée des mérites, assurances, guides de protection, filtrage des bénévoles, contrats, etc.)

## Vie active

        	
<h1>VIE ACTIVE</h1> 	
CLIENTÈLE VISÉE (ÂGES ET CATÉGORIES)	
Âge filles	À tout âge
Âge garçons	À tout âge
OBJECTIF PRINCIPAL À CE STADE	
Objectif	Avoir du plaisir et demeurer actif
Focus	Activité
STRUCTURES D'ACCUEIL ET RÉSEAUX DE COMPÉTITIONS	
Associations	Filles, garçons, mixte: Locales et municipales
Ligues	Filles, garçons, mixte: Locales, municipales et régionales
Tournois	Filles, garçons, mixte: Locaux, régionaux et provinciaux.
Scène provinciale	Filles, garçons, mixte: Championnats provinciaux classes A, B, C, D, E et corporatif amical (en balle lente)
Scène nationale	Filles, garçons, mixte: Championnats canadiens classes A, B, C, D, E, 40 ans et plus, 50 ans et plus, corporatif amical (en balle lente)
Scène internationale	Filles, garçons: Jeux Olympiques Spéciaux
Centre entraînement	Filles, garçons, mixte: Local et régional - intérieur et extérieur
PROGRAMMES ET SERVICES OFFERTS PAR LA FÉDÉRATION	
Programme 1	Cliniques pour entraîneurs et joueurs via l'Académie du Softball
Programme 2	Sites Internet offerts gratuitement aux équipes, aux ligues et associations régionales
Programme 3	Encadrement de la fédération (site internet, journal mensuel, régie, congrès annuel, soirée des mérites, assurances, guides de protection, filtrage des bénévoles, contrats, etc.)



## Annexe 2 : Exemple du contrat de l'athlète

### Programme des Équipes du Québec - Féminin

#### Contrat d'athlètes 2013

**Entre :** Nom de l'athlète : \_\_\_\_\_  
Nom d'un parent : \_\_\_\_\_  
(si l'athlète est d'âge mineur)  
(la signature d'un parent lie les 2 parents)

**Et :** Nom de l'équipe : Équipe du Québec XXX

**Et :** Fédération sportive de Softball Québec

**ATTENDU QUE** le Programme des Équipes du Québec est un programme développé et organisé par la Fédération sportive de Softball Québec, lequel programme permet aux meilleures athlètes de la province de Québec de se développer et de former des équipes « étoiles » afin de bien représenter la province de Québec sur la scène nationale;

**ATTENDU QUE** les athlètes désirent participer à ce Programme des Équipes du Québec afin d'évoluer dans un esprit propice au développement et à la compétition;

**ATTENDU QUE** le Programme des Équipes du Québec a créé sept (7) équipes en vue de la saison 2013;

**ATTENDU QU'**il est dans l'intérêt des athlètes, des équipes, du Programme des Équipes du Québec et de la Fédération sportive de Softball Québec que certains engagements des parties soient consignés dans un contrat écrit;

#### PAR CONSÉQUENT, LES PARTIES CONVIENNENT DE CE QUI SUIT :

##### 1. Engagements de la Fédération sportive de Softball Québec

La Fédération sportive de Softball Québec s'engage à ce qui suit :

- Offrir un encadrement aux athlètes participant au Programme;
- Offrir un groupe d'entraîneurs qualifiés et certifiés selon la disponibilité des entraîneurs de la province;
- Faire participer les athlètes au Championnat Canadien dans leur catégorie respective et/ou à toute autre compétition d'envergure équivalente;
- Offrir des outils de communication tel le site internet (<http://www.softballquebec.com/EquipesQuebec/>) afin de bien diffuser l'information relative au Programme;
- Attribuer les crédits d'impôt aux athlètes selon un processus de sélection;
- Fournir tout ce qui est relatif à l'habillement de l'équipe à des prix négociés en faveur des équipes du programme;
- Fournir les efforts afin de trouver des commanditaires pour le programme;
- Offrir une structure d'encadrement avec des mandataires dédiés;
- Être membre en règle de Softball Canada; et
- Répondre aux exigences du Ministère de l'Éducation, du sport et du loisir.

##### 2. Engagements de l'Équipe



L'Équipe s'engage à ce qui suit :

- Offrir un programme d'entraînement adapté à chaque athlète afin de favoriser sa progression;
- Offrir une planification annuelle des activités et tournois ainsi qu'un suivi budgétaire à chaque athlète (et au parent si l'athlète est d'âge mineur);
- Assumer, par les moyens de financement ou par le coût d'inscription des joueuses, le coût relatif de l'équipe soit : frais de parties – inscriptions aux différents tournois et championnat – paiera l'hébergement pour les athlètes lors de tournois ou compétition hors Québec – etc.;
- Respecte les commanditaires obtenus par la fédération;
- Fournit des moyens de financement aux athlètes.

### 3. Engagements de l'athlète et des parents de l'athlète

L'athlète et le parent (lorsque l'athlète est d'âge mineur) s'engage à ce qui suit:

- Demeurer dans le Programme des Équipes du Québec tout au long de l'année (du camp d'entraînement jusqu'à la dernière partie de la saison) peu importe son temps d'utilisation. Si l'athlète quitte l'équipe, elle ne sera pas remboursée pour les activités de financement et paiements effectués;
- Participer à tous les événements de son Équipe, soit tournois, activités de financement, fins de semaine intensives, etc. à moins d'une entente au préalable avec son entraîneur;
- Assumer son transport lors des pratiques, parties, tournois et autres événements d'Équipe, incluant l'avion le cas échéant. L'athlète doit de plus assumer ses repas et ses dépenses personnelles en tout temps;
- Participer à une séance d'information donnée par la Fédération sportive de Softball Québec afin de bien comprendre les normes qui régissent le Programme de l'Excellence ainsi que le Programme des Équipes du Québec. Si l'athlète est d'âge mineur, un parent devra l'accompagner;
- Respecter les dirigeants, entraîneurs, bénévoles, arbitres, coéquipières, adversaires et spectateurs;
- Comprendre son rôle de modèle à titre de joueuse faisant partie du programme de l'Excellence de la fédération;
- Respecter les lois en vigueur concernant la consommation de stupéfiants et d'alcool sans quoi l'athlète pourrait se voir expulser du programme sans remboursement;
- Respecter l'horaire des entraînements et des parties;
- Être ponctuelle et assidue lors des entraînements et des parties;
- Effectuer 12 heures de bénévolat au profit du programme des Équipes du Québec ou du développement du softball dans la province. L'activité doit être approuvée au préalable par le comité de gestion du programme des Équipes du Québec;  
*\*Note : Une athlète/parent peut effectuer des heures de bénévolat au profit d'une autre athlète du programme. Ces heures supplémentaires pourront également être déclarées à 50% lors de l'évaluation pour les crédits d'impôts.*
- Autoriser la Fédération sportive de Softball Québec, à utiliser gratuitement des photos de l'athlète pour le seul usage de la promotion du sport, par le biais de supports papiers, électroniques ou audiovisuels.

### 4. Termes et engagements financiers

Afin de participer au Programme des Équipes du Québec, l'athlète s'engage à ce qui suit :

- Verser un dépôt de 150\$ qu'elle récupérera lorsqu'elle quittera le programme si tous les termes et conditions de ce contrat ont été respectés;
- Si applicable :
  - i. Verser à tout autre volet du programme de l'Excellence les montants entendus pour participer à leurs activités, notamment le sport-études softball et le Québec-Floride ;



- ii. Si l'athlète participe au programme sport-études softball ou qu'elle demeure / étudie à plus de 150 km de Montréal, un rabais de 175\$ lui sera accordé sur les frais de participation au programme;
- En considérant les point 1 et 2, le montant total de la saison 2013 est de XXX \$. Le ou les chèques devront être faits au nom de l'équipe soit : XXX
- Sélectionner une des options de paiement suivantes :
  - 8 paiements égaux le 20 de chaque mois de novembre 2012 à juin 2013
  - 4 paiements égaux le 20 novembre 2012, 20 janvier 2013, 20 mars 2013 et 20 mai 2013
  - 2 paiements égaux le 20 novembre 2012 et le 20 avril 2013
  - 1 paiement complet le 20 novembre 2012

### 5. Défauts

Dans l'éventualité où une athlète ou un parent (dans le cas d'une athlète d'âge mineur) ne respecte pas les engagements mentionnés au présent contrat, la procédure suivante s'appliquera :

- 1) L'athlète ou le parent recevra un avertissement écrit émis par le comité de gestion du programme des Équipes du Québec;
- 2) Au deuxième avis écrit à l'athlète ou au parent, l'athlète :
  - i) sera suspendue par le programme des Équipes du Québec et ne pourra plus prendre part aux activités de l'équipe et à toute autre activité sanctionnée par Softball Québec (ligues, équipes, championnats, tournois, etc.) pour une période déterminée par la Fédération sportive de Softball Québec;
  - ii) perdra son crédit d'impôt, le cas échéant.
  - iii) ne sera pas remboursée pour les montants déjà payés ou les activités de financement effectuées.

La Fédération sportive de Softball Québec se réserve le droit d'appliquer les sanctions prévues en 2) ci-dessus dès le premier avis, si, à la discrétion de la Fédération sportive de Softball Québec, les faits et gestes reprochés sont de nature assez graves pour justifier les sanctions.

Si tous les engagements de l'athlète et du parent prévus au présent contrat ont été respectés, un montant de 150\$ sera remis à l'athlète dès qu'elle quittera le programme des Équipes du Québec. Le renouvellement étant annuel, si les termes du contrat ne sont pas respectés pour une dite année et ce, en date du 1<sup>er</sup> septembre de l'année en cours, la joueuse perdra son « dépôt » de 150\$ et devra réinvestir cette somme pour poursuivre au sein du programme l'année suivante.

### 6. Durée du contrat

Le présent contrat entre en vigueur au jour de sa signature par les parties et se termine quarante-huit (48) heures suivant la dernière partie de l'Équipe.

**EN FOI DE QUOI, LES PARTIES ONT SIGNÉ CE \_\_\_\_\_ 2012.**

\_\_\_\_\_  
Signature du parent (si athlète d'âge mineur)

\_\_\_\_\_  
Signature de l'athlète (obligatoire)

\_\_\_\_\_  
Entraîneur chef Équipe

\_\_\_\_\_  
Fédération sportive de Softball Québec

*Veillez retourner ce contrat signé à votre gérant d'équipe au plus tard le 2 décembre 2012.*

### Annexe 3 : Exemple du formulaire d'évaluation de session – Sport-études

#### ÉVALUATION DES APPRENTISSAGES SPORTIFS

NOM DE L'ATHLÈTE : \_\_\_\_\_

DATE : \_\_\_\_\_

BARÈME D'ÉVALUATION	APPRENTISSAGE SPORTIF	EFFORT ET COMPORTEMENT
L'élève a atteint tous les objectifs du programme de développement sportif (90% et plus).	9/10 et plus	23/25 et plus
L'élève a atteint la plupart des objectifs du programme de développement sportif (75% à 89%).	7.5/10 et plus	19/25 et plus
L'élève a partiellement atteint les objectifs du programme de développement sportif (60% à 74%)	6/10 et plus	15/25 et plus
L'élève n'a pas atteint les objectifs du programme de développement sportif (59% et moins).	5/10 et moins	14/25 et moins
<b>ÉVALUATION DES APPRENTISSAGES SPORTIF</b>		

PROGRESSION		
Éléments	%	Note
Relais	10	
Attraper	10	
Course	10	
Frappe	10	
Physique	10	

RENDEMENT / PERFORMANCE		
Éléments	%	Note
Relais	10	
Attraper	10	
Course	10	
Frappe	10	
Physique	10	

#### ÉVALUATION DES EFFORTS ET DU COMPORTEMENT

Éléments	%	Note
Présence	25	
Assiduité	25	
Effort	25	
Respect et éthique du sport	25	

Évaluation	%	Note
Apprentissage sportif		/50
Efforts et comportement		/50
<b>TOTAL</b>		<b>/100</b>

Commentaires : \_\_\_\_\_

Signature de l'entraîneur : \_\_\_\_\_