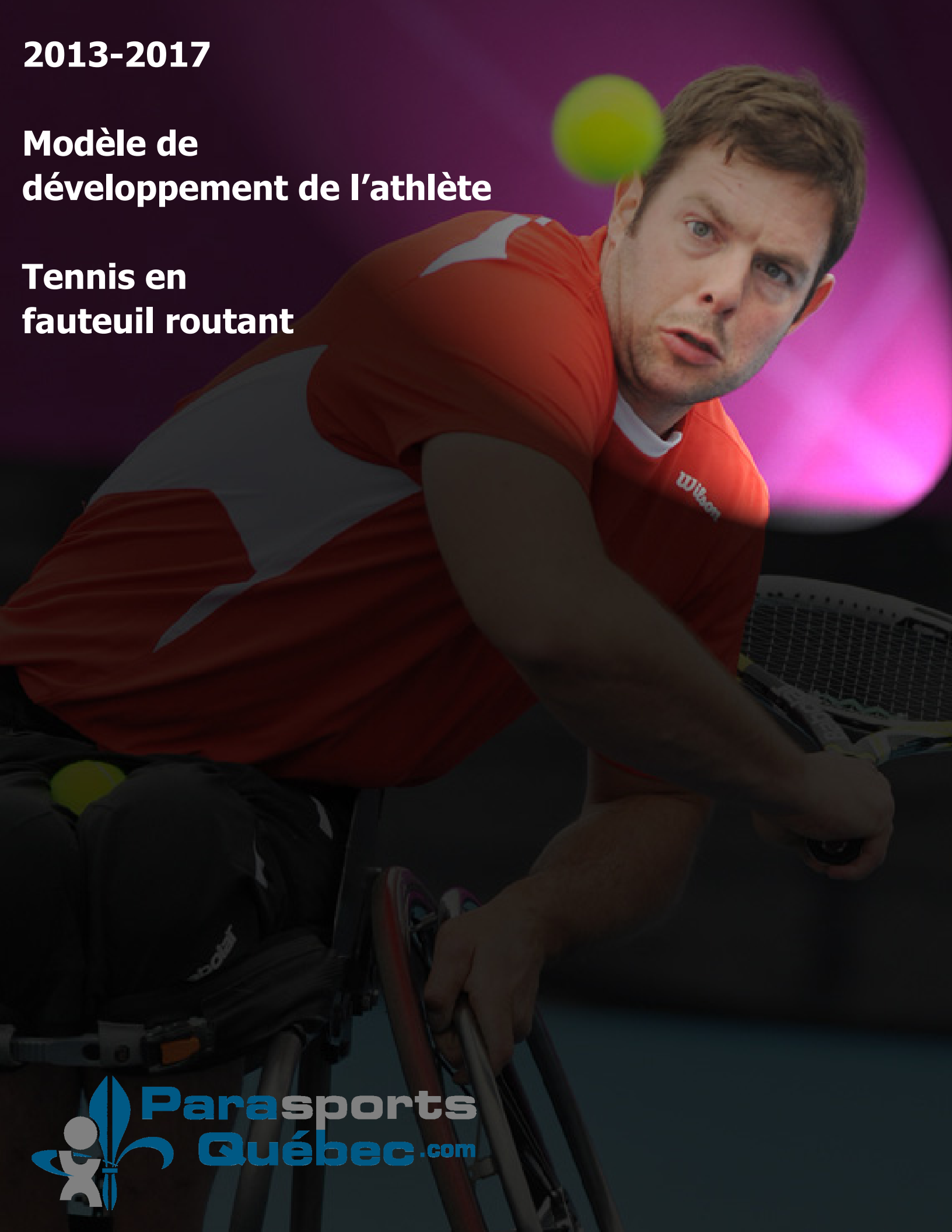
2013-2017

Modèle de développement de l'athlète

Tennis en fauteuil routant



ParasportsQuébec.com

TABLE DES MATIÈRES

Introduction page 2

Préface page 6

La procédure de planification page 11

La réalité de notre clientèle page 12

Le modèle de développement de l'athlète page 13

1re partie
Schéma du développement de l'athlète page 16

2e partie
Les exigences du sport au plus haut niveau page 17

3e partie
Identification et définitions des stades de développement
idéal pour nos athlètes et objectifs de chacun des stades page 22

4e partie : Le cadre de référence page 28

5e partie Exigence en lien avec les programmes contribuant
au développement de l'excellence page 34

Politique et règles de Parasports Québec en matière d'engagement
d'entraîneurs page 36

Les projets de développement de l'excellence pour lesquels
un soutien financier est demandé page 39

La stratégie de diffusion du plan de développement de
l'excellence auprès des membres et des partenaires page 49

Introduction

Parasports Québec est un organisme sans but lucratif reconnu officiellement comme la régie sportive des parasports par la Direction des sports du Gouvernement du Québec depuis 1990 et regroupe plus de 350 athlètes à travers la province.

La mission de l'Association est de mettre sur pied des programmes ou des projets favorisant l'épanouissement des personnes ayant des limitations physique en faisant auprès d'eux la promotion de la santé et de la vie active afin de stimuler leur processus d'intégration et coordonner et favoriser un accès à la pratique sportive des parasports, à tous les niveaux de performance, pour le bénéfice des personnes ayant une limitation physique.

Nous poursuivons les objectifs suivants :

a) Promouvoir le développement des parasports pour l'amélioration de la qualité de vie des personnes ayant des limitations physique

b) Offrir un lien de collaboration et d'harmonisation avec les organismes ayant un intérêt dans le domaine du parasport

c) Agir comme partenaire auprès des centres de réadaptation afin d'initier leur clientèle aux sports et à un mode de vie actif

d) Favoriser le développement régional des organismes œuvrant pour le parasport et établir un réseau de communication avec les organismes membres

e) Conseiller les différents paliers de gouvernement sur les orientations générales et la mise en œuvre du plan de développement du parasport

f) Représenter les membres auprès des partenaires, des paliers de gouvernement et du public

g) Assurer la concertation des membres entre eux et avec les partenaires du système sportif québécois et du système sportif canadien

h) Promouvoir et défendre les intérêts des membres aux tribunes d'influence, du palier local au palier canadien

i) Promouvoir les intérêts des francophones auprès de la communauté sportive canadienne et des instances concernées

j) Offrir des services-conseils en sport à la communauté francophone canadienne et collaborer à la promotion du parasport auprès de ces communautés

k) Favoriser la création de mécanismes permettant l'intégration concertée des personnes ayant des limitations physique au sein des structures sportives régulières

l) Encourager et sanctionner les compétitions à l'échelle provinciale

m) Assurer et superviser les structures permettant le développement de l'excellence sportive

n) Soutenir le développement de la recherche dans le domaine du sport et de la condition physique adaptée

o) Recevoir des dons, legs et autres contributions de même nature en argent, en valeurs mobilières ou immobilières, administrer de tels dons, legs et contributions

p) Mettre sur pied des campagnes de financement par voie de souscriptions publiques dans le but de recueillir des fonds pour des fins charitables.

Pour chaque discipline représentée par notre Association nous avons adhéré à un modèle de fonctionnement respectueux du besoin des athlètes dans leur cheminement vers l'excellence et des liens possibles avec la discipline régulière parallèle si existante. Selon le cas il s'agit, entre autres, d'intégration aux compétitions, d'encadrement des entraîneurs, de la tenue de statistique, d'accès au matériel sportif ou de promotion.

Certaines disciplines sportives relèvent strictement de Parasports Québec l'athlétisme, le basketball, le powerchair soccer, le rugby et le tennis. Pour le cyclisme à main et le hockey luge, une gestion en équipe avec la fédération régulière s'est développée avec le temps et est maintenant clairement établie.

Pour plusieurs disciplines moins connues, mais en constante progression, les athlètes et les clubs sollicitent de plus en plus notre expertise et notre aide afin de les soutenir dans leur cheminement vers l'excellence. Nous retrouvons dans ce groupe l'escrime, la voile adaptée, le tennis de table, La natation, le volleyball assis et le para triathlon.

Pour mieux répondre à la demande sans cesse croissante, l'Association a créé en 2008 la Table des commissions sportives. Nous y retrouvons deux représentants de chacune des commissions sportives reconnues par Parasports Québec, un représentant de chaque discipline en développement, les coordonnateurs sportifs et le directeur général de Parasports Québec. Elle est présidée par le président du conseil d'administration afin d'assurer le lien avec les administrateurs. Les sujets abordés touchent principalement les points suivants, mais n'y sont pas limités:

- Développement de tous les niveaux du sport en fauteuil roulant, de la base à l'excellence
- Développement et encadrement des entraîneurs, des officiels et des juges
- Liens et partenariats avec les fédérations sportives nationales et provinciales
- Identification des priorités communes et transmission d'informations touchant toutes les disciplines sportives

Quant au développement général des athlètes pratiquant les sports identifiés dans ce document, l'encadrement est réalisé surtout par les associations canadiennes. Elles disposent, pour la plupart, d'experts de l'activité physique et de l'entraînement possédant des connaissances spécifiques des besoins des personnes ayant une déficience physique.

La pratique sportive est un maillon important du processus d'intégration sociale. Quand les nouveaux accidentés, notre source principale de recrutement, regardent les «pros» performer il est difficile pour eux de s'imaginer accéder au même niveau de performance. Nous devons mettre tout en œuvre pour qu'ils y croient. Parasports Québec a un rôle actif à jouer à la base du processus ce qui élargit notre implication et exige plus de support directement auprès de nos publics cibles.

La route paralympique est longue et supporter les athlètes dans leur cheminement est un travail quotidien. La bonne réputation du Québec en cette matière est telle que notre Association est perçue comme l'un des fleurons du Canada. Un grand pourcentage des athlètes et des membres des équipes d'encadrement des équipes nationales sont des Québécois. Les jeux paralympiques du passée en sont la preuve. Vous comprendrez que pour maintenir la cadence et encadrer l'excellence de demain nous soyons déjà tournés vers Sotchi 2014 et Rio 2016

Votre support est important pour ces athlètes québécois qui, malgré beaucoup d'obstacles et une structure locale et provinciale souvent déficiente, continuent de s'entraîner et de performer pour le Québec et pour le Canada.

Programme Au-delà des limites

Le programme *Au-delà des limites* est la pierre angulaire de la découverte sportive
En 2004, nous avons regroupé sous un même parapluie toutes les actions de Parasports Québec visant à faire bouger les jeunes et à rejoindre les nouveaux accidentés question de créer une synergie. Le but : permettre à la majorité des personnes à mobilité réduite d'avoir un accès adéquat à la pratique sportive.

Des actions concrètes
Chez parasports Québec cela se traduit concrètement par des campagnes de promotion, des rencontres individuelles avec les enfants et les nouveaux accidentés, avec les intervenants des centres de réadaptation et des écoles spécialisées, des locations de gymnases pour la tenue d'activités, l'achat d'équipement, l'embauche d'entraîneurs et de spécialistes du domaine sportif. Ces actions visent à augmenter la participation à l'échelle du Québec. En 2008, l'Association canadienne des sports en fauteuil roulant (ACSFR) dans une volonté similaire a favorisé le financement de ce genre d'initiative en réunissant les programmes *Bridging the Gap* de la Colombie-Britannique et celui du Québec, *Au-delà des limites,* pour en faire un modèle inspirant au niveau pan canadien.

Apprivoiser les sports paralympiques
Pour les jeunes et les nouveaux accidentés, rien de tel que de côtoyer les athlètes de l'excellence pour entretenir la motivation et le désir de dépassement. Les modèles sont bien rares pour les sportifs ayant un handicap et généralement leurs idoles ne sont pas en fauteuil roulant. La caravan Parasports Québec est un bel exemple de ce rapprochement en facilitant les échanges entre la jeune génération et les athlètes bien établis.

Préface

Le présent document est déposé dans le cadre du Programme de soutien au développement de l'excellence, du Ministère des affaires municipales du sport et du loisir. Il s'agit d'un plan pluriannuel de développement de l'excellence pour les années 2017 à 2017. Vous trouverez dans les pages qui suivent les travaux du Comité excellence de tennis en fauteuil roulant. Par ce travail, Parasports Québec s'est engagé à mettre à jour le modèle de développement à long terme des athlètes 2013-2017. Ce modèle aura pour effet d'assurer un cheminement continu pour toutes les personnes désirant progresser dans la discipline du tennis en fauteuil roulant.

Ce modèle a pour but d'assurer que, du stade de l'initiation aux aspects davantage liés à l'excellence, nous sommes en mesure de fournir :

Une structure commune de développement pour tous les clubs oeuvrant avec des athlètes pratiquant le tennis en fauteuil roulant;

- Des lignes directrices permettant aux joueurs de tennis en fauteuil roulant de connaître les compétences et les habiletés techniques, tactiques, physiques et psychologiques nécessaires pour atteindre l'excellence sur la scène mondiale.

La discipline du tennis en fauteuil roulant

Le sport en fauteuil roulant demeure l'alternative pour toute personne limitée physiquement dans ses mouvements et, pour qui, le sport traditionnel dans la position debout est contre-indiqué ou impossible. Pour plusieurs personnes ayant une limitation physique, la pratique du tennis en fauteuil roulant reste une façon de rencontrer et d'échanger avec d'autres personnes vivant souvent les mêmes défis. Le sentiment d'appartenir à un groupe social, de développer des liens avec d'autres et de performer au meilleur de ses capacités représentent des éléments clés observés chez la plupart des athlètes pratiquant la discipline.

Parmi les sports pratiqués par les personnes ayant un handicap, le tennis en fauteuil roulant a connu une progression intéressante dans les dernières années. Les premiers coups de raquettes ont été observés aux États-Unis où le sport a débuté en 1974. Au Canada, c'est à Vancouver, en 1981, que l'on a vu apparaître cette discipline pour la première fois lors d'un tournoi. En 2017, on dénombre plus de 70 joueurs au Canada et plus de 700 joueurs figurent aux classements de la Fédération internationale de tennis (ITF).

La seule différence majeure dans les règlements se résume au fait que la balle peut faire deux (2) bonds avant d'être frappée par le joueur, toutes les autres règles de jeu restant les mêmes.

Le tennis en fauteuil roulant au Québec

Au Québec, malgré des subventions limitées, une structure pour favoriser le développement en province et mieux encadrer notre élite s'est mise en place depuis quelques années. Plusieurs démonstrations ont été organisées, via Parasports Québec, les clubs locaux et les centres de réadaptation. De plus, nous avons été très proactifs en matière d'organisation de compétition, pour combler une lacune du passé et conserver la motivation des athlètes. Le Québec est maintenant l'hôte de trois (3) compétitions d'envergure internationales par année. On retrouve de plus une équipe du Québec encadrée par des entraîneurs qualifiés. Des camps d'entraînement ayant des objectifs précis ont été organisés et un système de sélection des athlètes et de détection de talent a été instauré.

Le tennis en fauteuil roulant au Canada

Intégration du sport et collaboration

L'avenir du tennis en fauteuil roulant est assez prometteur dans l'ensemble du Canada. L'organisme national responsable de ce sport **« Tennis Canada »** joue un rôle important à ce niveau. Cette intégration s'observe à l'échelle du pays et elle est importante pour l'essor de cette discipline en procurant une visibilité accrue auprès du public pour entrevoir les joueurs ayant un handicap comme des athlètes à part entière.

Dans le milieu du sport en fauteuil roulant, l'intégration ne s'est pas toujours manifestée de façon très positive, mais dans le cas du tennis en fauteuil roulant, il est permis de dire que Tennis Canada joue un rôle important tant dans le développement d'athlètes que dans l'encadrement d'athlètes de haut niveau. Une volonté de bien faire les choses est définitivement présente et des actions claires sont entreprises en ce sens. L'intégration officielle (1998) et complète (2000) avec Tennis Canada, s'est effectuée de belle façon. Une permanente assure le lien avec un comité d'experts (pouvoir de recommandations seulement) en tennis en fauteuil roulant et les hautes instances de Tennis Canada. Le tennis en fauteuil roulant est également intégré dans le plan stratégique de Tennis Canada, et de surcroît le seul sport complètement intégré au niveau international. Le sérieux et le professionnalisme de l'organisme national restent deux éléments très positifs et les nombreux programmes auxquels les athlètes ont droit favorisent le développement du sport à travers le pays.

Plusieurs Québécois se démarquent parmi les meilleurs joueurs au pays, une situation qui a certainement favorisé le très bon climat de collaboration entre « Tennis Canada » et Parasports Québec, et qui s'est traduit par la réalisation de plusieurs projets au cours des quatre dernières années.

Le programme de l'équipe nationale

Le programme de l'équipe nationale est conçu pour aider les meilleurs joueurs de tennis du pays à bâtir et à atteindre leurs objectifs, ainsi que ceux fixés par Tennis Canada, y compris les Jeux paralympiques et la Coupe du monde en équipes. Le programme vise à fournir l'aide nécessaire

pour répondre aux besoins des athlètes et pour développer un environnement plus efficace à l'entraînement et à la compétition.

Critères de l'équipe nationale :.

1. Athlètes possédant un classement ITF de simple parmi les 80 premiers (messieurs), les 35 premières (dames) et les 25 premiers (quad) au 31 décembre

2. Des athlètes pourront s'ajouter, au gré du Comité de haut niveau, si celui-ci juge qu'ils ont la capacité de rehausser la performance des équipes de la Coupe du monde par équipe.

Équipe de développement :

1. Athlètes possédant un classement ITF de simple parmi les 200 premiers (messieurs), les 75 premières (dames) et les 50 premiers (quad) au 31 décembre et,

2. Athlètes qui, selon le Comité de haut niveau, ont le potentiel de rehausser la performance des équipes des Coupes du monde à venir. Les facteurs considérés comprendront, mais ne se limiteront pas :

   - Aux victoires importantes aux dépens de joueurs classés mondialement
   - Au niveau d'engagement envers l'entraînement de haut niveau et de la compétition
   - Au nombre d'années d'expérience
   - Au profil (technique, tactique, physique, psychologique)

Avantages du programme

- Possibilité de subventions du Programme d'aide aux athlètes de Sport Canada (brevets)
- Participation au Programme de l'équipe nationale incluant des camps d'entraînement et des compétitions internationales
- Privilège de participer à la Coupe du monde par équipes si le joueur est sélectionné
- Assistance financière
- Accès aux entraîneurs de tournée de Tennis Canada
- Uniforme de l'équipe nationale (pour les membres l'équipe de la Coupe du monde en équipes)
- Accès aux terrains des Centres nationaux de tennis (Toronto/Montréal)
- Communication continue et aide de la directrice de Tennis Canada
- Accès aux spécialistes de la médecine sportive et aux Centres nationaux du sport

Quelques joueurs Québécois se sont illustrés au sein de l'équipe nationale au cours des dernières années. Chez les hommes, Yan Mathieu de Trois-Rivières a fait son entrée sur l'équipe en 2002 et il est maintenant considéré comme le 2e meilleur canadien de sa catégorie.

Formation des entraîneurs

La formation d'entraîneur est très difficile. Ayant un petit bassin de joueurs dispersés, les occasions d'entraînement sont plus limitées. Au tennis, les entraîneurs sont habituellement à temps plein dans la discipline, demandent un salaire assez élevé, ce qui complique encore plus notre travail.

Implication de Parasports Québec

- Promotion du sport à l'échelle de la province;
- Support aux différents clubs (financier, représentation, aide divers);
- Communication des résultats des joueurs;
- Formation de l'équipe du Québec;
- Envoi de l'équipe du Québec à divers tournois ciblés;
- Réalisation de camps d'entraînement pour le programme de l'équipe du Québec;
- Envoi de l'équipe du Québec au Championnat canadien;
- Reconnaissance des athlètes;
- Soutien à l'engagement et la formation des entraîneurs;
- Chapeauter les comités organisateurs des tournois québécois;
- Organisation des Championnats canadiens en sol québécois

Implication de Tennis Québec

- Compilation et mise à jour des classements québécois;
- Accès aux arbitres de la fédération;
- Articles et statistiques dans revue « Tennis Mag »;
- Faciliter l'accès à des terrains;
- Formation d'entraîneurs (volet fauteuil roulant inclus);
- Fournir des balles lors des tournois;
- Assurance pour les tournois ITF.

Le programme de l'équipe du Québec

L'Association québécoise des sports en fauteuils roulants s'occupe de préparer, d'encadrer et d'envoyer à chaque année des athlètes québécois au Championnat canadien de la discipline. Des entraîneurs sont engagés et des camps d'entraînements sont organisés annuellement pour que les meilleurs éléments du tennis québécois soient fins prêts pour représenter la province de Québec. Depuis plusieurs années, le Québec compte le plus de joueurs de haut niveau au Canada.

Les athlètes membres de l'équipe du Québec participant annuellement au Championnat canadien sont sélectionnés en fonction de critères établis et diffusés.

Parallèlement à l'équipe du Québec, nous invitons à chaque année des athlètes de la relève dont le talent est identifié pour qu'ils puissent parfaire leur développement en compagnie des entraîneurs et des athlètes de haut niveau de la province.

Les clubs locaux

Même s'il y a des athlètes dans la plupart des régions du Québec, présentement seulement trois clubs se spécialisent dans l'introduction, l'initiation et le développement du tennis en fauteuil roulant. Ces clubs, situés dans trois grands centres de la province soit Montréal, Trois-Rivières et Québec, offrent des installations accessibles à des coûts abordables.. Des entraîneurs qualifiés sont reliés à ces clubs ce qui permet une évolution saine et, pour plusieurs, un cheminement vers les plus hauts niveaux.

Il est important de noter que ces structures locales sont souvent gérées par des bénévoles qui, malgré un leadership et un amour inconditionnel de leur sport, sont souvent laissés à eux-mêmes. Ces leaders régionaux sont très importants pour la discipline et ils font continuellement face à des problèmes d'ordre financier compliquant le développement et l'essor de la discipline dans leurs régions.

Sans beaucoup d'aide et de support financier, il est difficile pour ces clubs de continuer leurs opérations de façon efficace. Dans les prochaines années, Parasports Québec aimerait soutenir davantage ces structures à la base du développement de la discipline.

La procédure de planification

Mise en place d'un comité

Le comité chargé de mettre en place le plan de développement de l'excellence de tennis en fauteuil roulant s'est rencontré avec, comme premier mandat, de faire un exercice d'analyse. Le but de la démarche a consisté à faire un bilan des quatre dernières années et à 'identifier les lacunes existantes pour que le tennis en fauteuil roulant devienne un sport évoluant sainement et offrant aux athlètes la possibilité de s'exprimer et, ce, peu importe leur niveau de jeu.

Des personnes influentes et expérimentées ont été sollicitées pour se joindre à ce comité. Nous croyons qu'elles seront importantes dans l'application et le suivi du Plan de développement de l'excellence de 2013 à 2017 :

Éric Gilbert : Éric Gilbert est impliqué dans le tennis en fauteuil roulant depuis 2006. Joueur en nette progression depuis ce temps, Éric s'implique également dans son club local et siège à la Commission tennis de Parasports Québec.

Yann Mathieu : Joueur sur l'équipe nationale de 2002 à 2012, Yann est l'athlète du Québec ayant le plus d'expérience internationale. Il a participé aux Jeux paralympiques de Beijing et il est présentement retraité de la compétition internationale et entraineurs de l'équipe de développement.

Alain Mansuela : Notre entraîneur provincial, Alain a fait ses classes en France avant de venir s'établir au Québec. Il est également impliqué comme entraîneur de tournée avec l'équipe nationale, il est une ressource importante pour le Québec.

Marc Antoine Ducharme : Éducateur physique et entraîneur niveau 3. Ancien Coordonnateur sportif du tennis à Parasports Québec. Impliqué depuis longtemps dans les sports pratiqués par les personnes ayant une limitation physique, il est depuis plusieurs années un spécialiste au niveau de l'encadrement. Il est également entraîneur-chef de l'équipe du Québec de basketball en fauteuil roulant.

Ces quatre personnes possèdent une influence certaine dans le milieu du tennis en fauteuil roulant tant au Québec qu'au Canada. Avec l'aide et le support de ces personnes, la mise en place et surtout la réalisation du plan s'en trouveront facilitées.

La réalité de notre clientèle

Nature des pathologies

Le tennis en fauteuil roulant est joué par des athlètes ayant différents types de handicaps : des lésions de la moelle épinière, le spina-bifida, l'amputation des membres inférieurs, la poliomyélite, l'arthrite et des problèmes multiples de genoux. L'énumération de ces handicaps n'est cependant pas exhaustive car toutes les personnes ayant des limitations physiques aux membres inférieurs peuvent participer en autant que la notion d'handicap minimal soit respectée. Il est cependant important de noter, que les joueurs ayant des handicaps limitant le bon fonctionnement des membres supérieurs (problèmes de coordination) ne pourront pas se développer jusqu'au haut niveau dans la discipline du tennis en fauteuil roulant.

Limitations et particularités

En général, les besoins des athlètes sont les mêmes que pour les athlètes n'ayant pas d'handicap, la nature des limitations n'est que physique et ne les empêche pas d'aspirer aux plus grandes performances possibles en tennis en fauteuil roulant. En ce sens, ce n'est que leur environnement qui peut leur imposer des limites et la pratique du tennis a généralement un impact des plus positifs dans leur vie de tous les jours.

Il est quand même pertinent de noter que les personnes quadriplégiques (tétraplégiques) ont accès au tennis en fauteuil roulant et qu'elles peuvent avoir des besoins particuliers en terme d'accessibilité et d'accompagnement.

Système de classification

Le système de classification de tennis est probablement celui qui est le plus inadéquat dans les sports paralympiques. En effet, au cours des dernières années, la plupart des ont révisé leurs systèmes pour être plus équitables. Mai, le tennis en fauteuil roulant n'a pas suivi la vague.

Il existe présentement seulement deux (2) catégories d'athlètes en tennis :

1. Atteinte aux membres inférieurs ou les athlètes paraplégiques
2. Atteinte aux quatre membres ou ayant une quadriplégie

Dans le cas des blessures médullaires, dépendamment de l'endroit exact de la lésion à la moelle épinière, il peut y avoir de grandes différences au niveau des capacités physiques. Actuellement, les athlètes de tennis ayant une lésion basse bénéficient d'un avantage. Le Québec continue à exercer des pressions auprès de l'Association canadienne pour qu'à sont tour, elle puisse en faire autant auprès du Comité international pour que des changements surviennent à court ou moyen terme.

Équipement et développement technologique

Depuis les dernières années, la technologie est venue à la rescousse des athlètes et les fauteuils roulant de tennis ont connu une évolution marquée. Le fauteuil de tennis est léger et les roues sont inclinées au maximum pour permettre des pivots rapides et efficaces.

Comme dans tous les sports en fauteuil roulant, les ajustements sont personnalisés pour chaque athlète, la longueur des tubes, l'inclinaison des roues et la largeur du siège sont des éléments importants pour la personnalisation du fauteuil. Les roues peuvent être conventionnelles (avec broche métallique), mais la plupart des athlètes utilisent maintenant des roues plus légères (câble) se détaillant environ 1 000$ la paire.

Les raquettes et les balles utilisées sont les mêmes qu'au tennis conventionnel.

Les modèles de développement de l'athlète

Pour bien comprendre les besoins du milieu du tennis en fauteuil roulant, le comité s'est questionné sur le passé et le présent tout en ayant un regard vers l'avenir. La démarche a donc consisté à faire le point sur la discipline et à bien cerner la place du Québec par rapport aux autres provinces canadiennes et aux pays les plus performants.

Hypothèse de base du modèle de développement des athlètes

- Nous voulons un modèle compétitif permettant un développement adéquat de l'athlète.
- Les stades, les définitions, les objectifs proposés, sont ce que nous croyons nécessaires pour l'avenir du sport pour les prochaines années.
- La nature de notre clientèle (handicaps variés et âges variés) ne nous permet pas de suivre un plan traditionnel respectant l'âge de l'athlète en fonction de son développement.
- Nous devons trouver des moyens de mieux supporter la base et être plus présent au niveau du développement et de l'initiation pour assurer un développement adéquat.
- Dépendamment de leur développement sportif avant le traumatisme, les athlètes peuvent progresser dans le système à un rythme différent.
- La plupart des athlètes provenant d'un autre sport en fauteuil roulant progressent plus rapidement dans le système.

Pour bien comprendre les besoins du tennis en fauteuil roulant et dans le but d'élaborer le plan de développement, le comité s'est penché sur les questions suivantes :

a) Qui sont les athlètes de tennis en fauteuil roulant ?
- Âge et sexe des participants à l'accident ou à l'apparition du handicap
- La nature du handicap – potentiels vs limitations
- Le vécu athlétique du participant avant son accident
- Les objectifs du participant (niveau de performance)

b) Quelles sont les qualités athlétiques que l'on doit développer en tennis en fauteuil roulant?
- Sur le plan physique
- Sur le plan moteur
- Sur le plan technique
- Sur le plan tactique
- Sur le plan mental

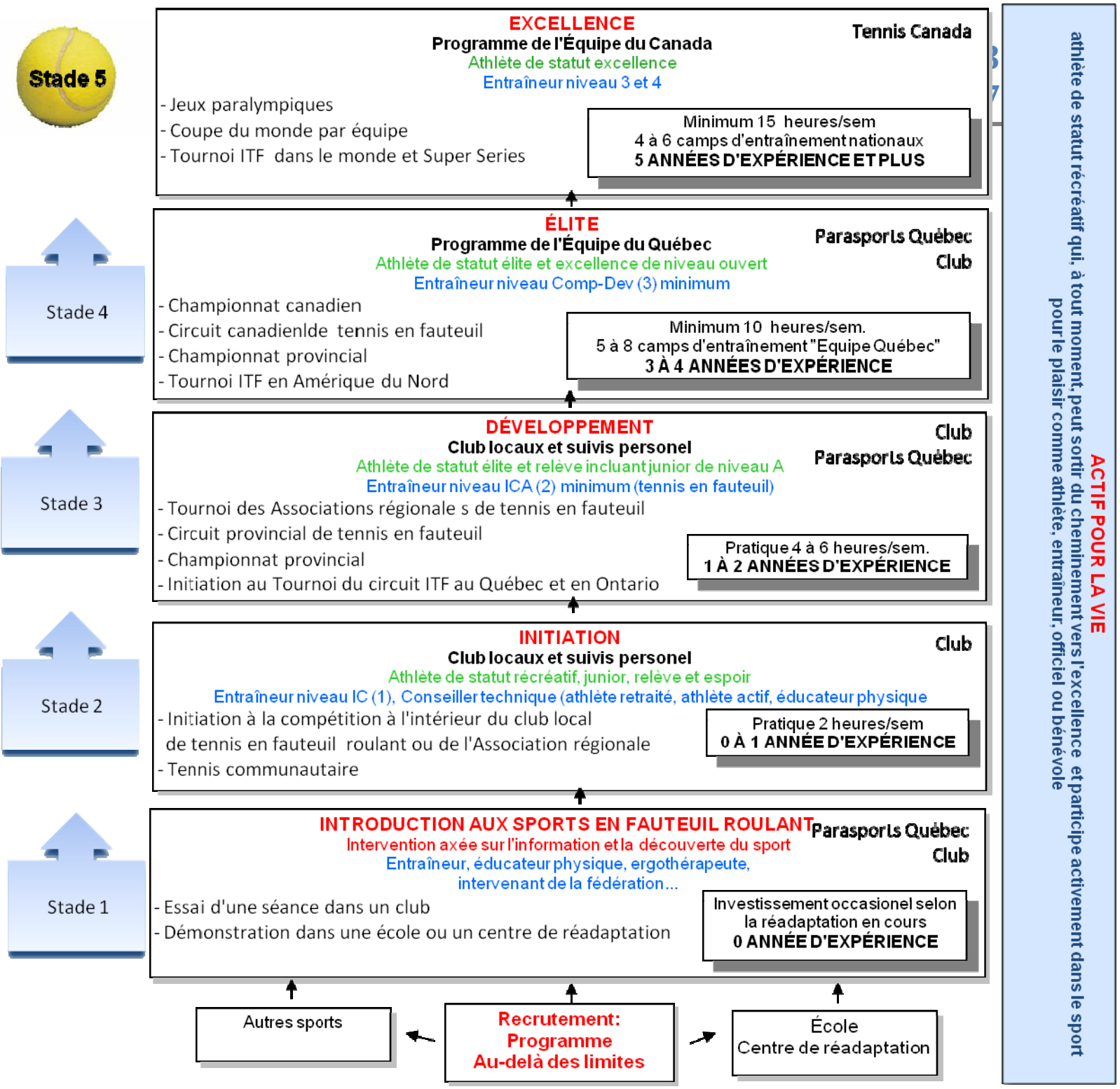
c) Quels moyens d'entraînement devons nous privilégier ?
- Type d'activités et d'exercices
- Condition de pratique
- Éléments de progression

d) Quels sont les événements dont l'on doit tenir compte dans le programme ?
- Début et fin du programme
- Compétitions au programme
- Inscriptions et réservations (membership, compétitions et autres)
- Séances d'entraînement (où, quand, comment et avec qui)
- Sélection des athlètes (équipe Québec, équipe Canada)

e) Priorités d'entraînement aux différentes périodes du programme ?
- Objectifs d'entraînement et de performance
- Temps disponible
- Qualités athlétiques demandées
- Temps pour autres activités
- Problématiques et contraintes

À la page suivante vous trouverez :

1ère partie : Schéma décrivant le modèle de développement des athlètes


Stade 5
EXCELLENCE
Programme de l'Équipe du Canada
Athlète de statut excellence
Entraîneur niveau 3 et 4
Tennis Canada
- Jeux paralympiques
- Coupe du monde par équipe
- Tournoi ITF dans le monde et Super Series
Minimum 15 heures/sem
4 à 6 camps d'entraînement nationaux
5 ANNÉES D'EXPÉRIENCE ET PLUS
Stade 4
ÉLITE
Programme de l'Équipe du Québec
Athlète de statut élite et excellence de niveau ouvert
Entraîneur niveau Comp-Dev (3) minimum
Parasports Québec
Club
- Championnat canadien
- Circuit canadienlde tennis en fauteuil
- Championnat provincial
- Tournoi ITF en Amérique du Nord
Minimum 10 heures/sem.
5 à 8 camps d'entraînement "Equipe Québec"
3 À 4 ANNÉES D'EXPÉRIENCE
Stade 3
DÉVELOPPEMENT
Club locaux et suivis personel
Athlète de statut élite et relève incluant junior de niveau A
Entraîneur niveau ICA (2) minimum (tennis en fauteuil)
Club
Parasports Québec
- Tournoi des Associations régionale s de tennis en fauteuil
- Circuit provincial de tennis en fauteuil
- Championnat provincial
- Initiation au Tournoi du circuit ITF au Québec et en Ontario
Pratique 4 à 6 heures/sem.
1 À 2 ANNÉES D'EXPÉRIENCE
Stade 2
INITIATION
Club locaux et suivis personel
Athlète de statut récréatif, junior, relève et espoir
Entraîneur niveau IC (1), Conseiller technique (athlète retraité, athlète actif, éducateur physique
Club
- Initiation à la compétition à l'intérieur du club local
de tennis en fauteuil roulant ou de l'Association régionale
- Tennis communautaire
Pratique 2 heures/sem
0 À 1 ANNÉE D'EXPÉRIENCE
Stade 1
INTRODUCTION AUX SPORTS EN FAUTEUIL ROULANT
Intervention axée sur l'information et la découverte du sport
Entraîneur, éducateur physique, ergothérapeute,
intervenant de la fédération...
Parasports Québec
Club
- Essai d'une séance dans un club
- Démonstration dans une école ou un centre de réadaptation
Investissement occasionel selon
la réadaptation en cours
0 ANNÉE D'EXPÉRIENCE
Autres sports
Recrutement:
Programme
Au-delà des limites
École
Centre de réadaptation
ACTIF POUR LA VIE
athlète de statut récréatif qui, à tout moment, peut sortir du cheminement vers l'excellence et participe activement dans le sport
pour le plaisir comme athlète, entraîneur, officiel ou bénévole

2e partie : Les exigences du sport au plus haut niveau

Un athlète de haut niveau de tennis en fauteuil roulant en 2013 doit être un athlète à temps plein. Le volume d'entraînement hebdomadaire, les camps et les compétitions à l'extérieur sont très nombreux et surtout en année paralympique.

Calendrier d'un athlète visant les Jeux paralympiques lors d'une année pré-paralympique (Londres 2012)

Février			
Date	Nom	ITF	Pays
9-11	Arizona	future	États-Unis
14-17	Camp national		
23-25	Windsor Classic Came	future	Canada
Mars			
1-4	Acci système	future	Canada
9-11	Savaria	future	Canada
Avril			
29-1	Pensacola	2	États-Unis
4-8	Forida Open	1	États-Unis
19-22	Cajun classic	2	États-Unis
Mai			
11-13	Atlanta	2	États-Unis
Juin			
11-17	Coupe du monde		Suède
20-24	Czech Open	1	République
26-01	French Open	1	France
Juillet			
24-29	British Open	SS	Angleterre
Août			
31-4	Uttrecht Hollande	1	Pays-Bas
07-12	Swiss Open	1	Suisse
23-26	Canadian Open	2	Canada

Septembre			
28-02	Roho open	1	États-Unis
12-16	Ptr/roho open	2	États-Unis
18-23	US Open	SS	États-Unis
Octobre			
10-14	Grenoble Open	3	France
Novembre			
31-04	Nottingham	2	Angleterre
09-11	Indoor Open	future	Suisse
23-25	Championnat canadien		Canada
Décembre			
29-02	Classic OPHQ	2	Canada

Total : 95 jours de compétition (plus les déplacements)

Un tournoi ITF 1 comprend habituellement quatre (4) jours de compétition avec deux (2) parties par jour en incluant le double. L'effort lors d'une partie de tennis est très variable compte tenu qu'il n'y a pas de temps prédéfini. Un match peu durer 45 minutes (6-0, 6-0) comme il peut durer trois heures (7-6, 6-7, 7-5). On peut être éliminé également dans les premières journées de compétition si le tirage n'est pas favorable,

Analyse de l'exigence du tennis en fauteuil roulant de haut niveau

Le tennis en fauteuil roulant de haut niveau est un sport exigeant à plusieurs niveaux et les éléments suivants doivent être pris en considération lors de l'élaboration d'un programme et lors d'une démarche de planification annuelle.

Portrait de l'athlète de niveau international

Zone d'âge optimal : 27-35 ans
Handicap optimal : avoir tous ses muscles du tronc (selon la classification actuelle)
Morphologie : grand tronc et long segment des bras

Exigences du sport sur le plan physique et déterminants de la condition physique nécessaires pour pratiquer le sport

L'athlète doit avoir une bonne :

- Vitesse
- Puissance musculaire
- Flexibilité
- Aérobie (récupération)

Exigences du sport sur le plan moteur et déterminants de la condition motrice nécessaires pour pratiquer le sport

L'athlète doit avoir une bonne :

- Coordination dans tous les axes du corps (coordination générale)
- Orientation spatio-temporelle
- Capacité d'analyse
- Capacité de réadaptation (réajustement)

Exigences du sport sur le plan technique

Pour pratiquer ce sport à un haut niveau, le joueur doit être en mesure de bien maitriser les aspects techniques suivants :

- Déplacement spécifique avec un fauteuil roulant pour le tennis
- Coup droit (brossé, coupé, lobé, amorti croisé, parallèle)
- Revers (brossé, coupé, lobé, droit, amorti, croisé, parallèle)
- Services
- Retour
- Volée

Exigences du sport sur le plan tactique

Pour pratiquer ce sport et évoluer dans le milieu de haut niveau, le joueur doit être en mesure de prendre les bonnes décisions tactiques sur les plans suivants :

- Savoir bien appliquer un plan de match
- Être en mesure d'étudier et de lire son adversaire
- Savoir prendre avantage des faiblesses de son adversaire
- Analyse de situation par rapport au pointage

Exigences du sport sur le plan psychologique ;

L'athlète de haut niveau doit également prendre en ligne de compte les aspects psychologiques reliés au sport :

- Concentration (visualisation, gestion de stress)
- Attention
- Auto-évaluation de ses performances et de ses aptitudes
- Réajustement de ses objectifs pour atteindre ses aspirations
- Moyens pour atteindre ses objectifs
- Le dépassement
- Le surentraînement
- Réseau de contact de personnes ressources
- Choisir un bon mentor
- Gestion du temps (études, sport, travail, vie sociale)

Exigences du sport en termes d'équipement et d'entretien ;

Pour performer adéquatement et selon leur potentiel, les athlètes dont le talent est identifié doivent se préoccuper particulièrement de leurs équipements :.

- Avoir un fauteuil roulant de tennis performant de dernière technologie
- Savoir faire les ajustements adéquats
- Savoir faire l'entretien de son équipement
- Avoir des pièces de rechange de bonne qualité

3e partie : Identification et définitions des stades de développement idéal pour nos athlètes et objectifs de chacun des stades

Stade #1 : Introduction (mini-tennis)	
Définition	Stade auquel les interventions sont axées sur l'information et le plaisir via des démonstrations et des initiations. Ces interventions se font lors d'activités organisées par Parasports Québec, par des clubs locaux et/ou par des centres de réadaptation. À ce stade, aucune pression ne doit être mise sur les futurs participants et l'introduction au sport doit se faire en douceur en respectant la réhabilitation souvent en cours.
Profil du participant **---------** **Le participant n'a aucune expérience à ce stade**	• Première étape pour le participant de tout âge manifestant un intérêt pour la discipline et qui souhaiterait essayer le tennis en fauteuil roulant. • Le participant est encore souvent en processus de réadaptation et il faut y aller tranquillement pour respecter le rythme de réadaptation et la condition physique de la personne. • La condition physique de la personne ne lui permet pas toujours de faire du sport mais l'idée commence à germer. • La personne est attirée par le fauteuil de tennis.
Besoins particuliers du participant à ce stade	• Réadaptation (souvent en cours), apprendre à vivre avec son handicap. • Avoir de l'information sur la discipline et sur l'équipement nécessaire. • Réalisation de l'importance d'une vie active et de la possibilité de faire du sport malgré l'handicap. • Être informé sur les stades de développement.
Objectifs recherchés à ce stade	• Donner de l'information sur la pratique du tennis en fauteuil roulant • Sensibiliser les participants aux bienfaits d'une vie active • Recruter de nouveaux adeptes • Faire connaître Parasports Québec et les clubs membres
Avantages pour le participant	• Outil de réinsertion sociale efficace • Outil de réhabilitation efficace

Stade #2 : Initiation	
Définition	L'accent est placé sur les bonnes techniques d'entraînement et sur le développement général. C'est également le stade où les participants rencontreront des athlètes établis et où ils participeront à leurs premières parties de tennis en fauteuil roulant au niveau de leurs clubs locaux.
Profil du participant **---------** **Le participant a 0 à 1 année d'expérience à ce stade**	• Ce stade est très important pour le participant qui est désormais prêt à se prouver qu'il peut participer à un sport malgré ses limitations au niveau physique. • En général, le participant se rend compte que l'entraînement accélère son processus de ré-insertion sociale. • Le niveau de confiance du participant augmente. • L'estime de soi augmente.
Besoins particuliers du participant à ce stade	• Rencontrer d'autres personnes handicapées faisant du sport. • Trouver un fauteuil adapté à sa condition (souvent usagé via le club ou Parasports Québec). • Trouver un positionnement adéquat à sa condition (recherche du centre de gravité). • Apprendre à s'entraîner adéquatement en vue de pratiquer le tennis en fauteuil roulant. • L'athlète doit être classifié à ce stade.
Objectifs recherchés à ce stade	• Avoir du plaisir dans la pratique du sport • Participation aux premiers matchs avec le club • Que le participant s'entraîne convenablement • Rencontre d'athlètes et d'entraîneurs établis • Trouver un fauteuil adéquat pour le tennis • Initiation aux éléments techniques du sport • Initiation aux éléments tactiques du sport
Avantages pour le participant	• Outil de réhabilitation efficace • Plaisir à faire partie d'une activité • Rencontre de d'autres personnes handicapées • Développement général de la forme physique • Acquisition de bonnes habitudes d'entraînement

Stade #3 : Développement	
Définition	Stade durant lequel le participant doit commencer à prendre son implication sportive au sérieux s'il veut progresser. Ils ou elles apprennent alors des habiletés techniques et tactiques de base avec des entraîneurs compétents et spécialisés. À ce stade, les participants s'initient à la performance en participant au circuit provincial de tennis en fauteuil roulant.
Profil du participant **--------** **Le participant a 1 à 2 années d'expérience à ce stade**	• Le participant est confiant et motivé et il vit beaucoup mieux avec sa condition. • Le participant ne fait plus référence à sa vie avant l'accident et des objectifs de participation et de performance commencent à se manifester chez lui car il est de plus en plus en forme. • Le goût de la compétition se manifeste à ce stade • Première compétition importante pour l'athlète • Stade auquel un participant d'un autre sport en fauteuil roulant peut faire son apparition
Besoins particuliers du participant à ce stade	• S'entraîner convenablement et un minimum de 4 heures/semaine • Être encadré par un entraîneur compétent ayant suivi une formation de tennis en fauteuil roulant • Participer à ses premières compétitions au Québec • Être disponible et motivé
Objectifs recherchés	• Développement des qualités physiques (mise en forme) • Consolidation des éléments technique du sport • Consolidation des éléments tactiques du sport • Intégrer l'athlète dans un circuit de compétition
Avantages pour le participant	• Le participant est de plus en plus en forme et autonome • Le participant développe une confiance en lui et une assurance face aux défis du quotidien • Se mesurer face à d'autres personnes ayant un handicap

Stade #4 : Élite	
Définition	À ce stade-ci, l'athlète s'engage dans un processus d'entraînement plus intensif et ce, sur une base presque annuelle. Les programmes de conditionnement physique et de préparation psychologique sont personnalisés et les athlètes ont un ratio entraînement-compétition plus équivalent. C'est le stade du programme de l'équipe du Québec et du «top» 10 québécois. Catégorie Open lors des tournois.
Profil de l'athlète **-------** **L'athlète a 3 à 4 années d'expérience ou plus à ce stade**	• L'athlète devrait avoir tous les outils pour réussir (équipement, encadrement, financement et autres). • L'athlète est en mesure de se mesurer et de performer sur une base régulière. • L'athlète est motivé, engagé et sérieux dans sa préparation.
Besoins particuliers de l'athlète à ce stade	• Être de plus en plus disponible, minimum de 10 heures/semaines • Avoir un équipement de haut niveau avec ajustement personnalisé • Avoir du support financier (provincial, fédéral, commandite) • Avoir un plan d'entraînement annuel • Avoir accès à un entraîneur compétent et formé de niveau 3 • Avoir accès à des spécialistes de l'entraînement (prép. physique, prép. mentale, nutrition et autres)
Objectifs recherchés	• Consolidation des qualités physiques • Consolidation des habiletés techniques • Consolidation des habiletés tactiques • Consolidation des habiletés mentales • L'athlète est en mesure de performer sur une base régulière • L'athlète est engagé
Avantages pour l'athlète	• Le participant est très en forme • Tout est possible pour le participant et son niveau de confiance est élevé • Perception d'être un athlète et non une personne handicapée • Ne fait plus référence à son handicap • Faire partie du programme de l'Équipe du Québec • Représenter le Québec au Championnat canadien • Bénéficier d'entraîneur compétent et de services divers • Bénéficier de support financier

Stade #5 : Excellence	
Définition	Il s'agit de la dernière étape de la préparation de l'athlète qui en principe devrait maîtriser toutes les habiletés physiques, techniques, tactiques et psychologiques de son sport. C'est le stade de l'optimisation des performances. L'entraînement se répète fréquemment, la quantité de travail effectuée est aussi élevée, de même que l'intensité. À ce stade, les athlètes doivent performer sur une base annuelle en participant à de nombreux tournois nationaux et internationaux (FIT). L'athlète est sur le programme national de tennis en fauteuil roulant et son classement mondial devient une priorité pour sa sélection sur les Équipes nationales participant aux différentes Coupes du monde et aux Jeux paralympiques.
Profil de l'athlète **--------** **L'athlète a 5 années d'expérience et plus à ce stade**	• L'entraînement et la compétition sont la priorité de l'athlète • L'athlète a tous les outils pour réussir (équipement, encadrement, financement et autres) • L'athlète est engagé très sérieusement • L'athlète est dans une forme optimale • L'athlète veut gagner
Besoins particuliers de l'athlète a ce stade	• Être très disponible, entre 15 et 30 heures/semaines • Participer à plusieurs événements à l'étranger • Être breveté et/ou avoir beaucoup d'argent à investir dans son sport • Avoir accès à un entraîneur de haut niveau (3 et 4) • Avoir un plan d'entraînement annuel complet • Avoir un équipement de haut niveau et le garder en excellente condition • Avoir accès sur une base régulière et profiter de spécialistes de l'entraînement tels des préparateurs physiques, psychologues sportifs, spécialistes en nutrition, massothérapeutes et autres.
Objectifs recherchés	• Perfectionnement des habiletés techniques • Perfectionnement des habiletés tactiques • Perfectionnement des habiletés mentales • Maintien et amélioration des qualités physiques • Engagement de l'athlète • Désire de performer et de gagner chez l'athlète
Avantages pour L'athlète	• Le participant est très en forme • Niveau de confiance est élevé • Estime de soi positive • Les revenus (brevet + Équipe Québec) sont intéressants et permettent la participation de l'athlète à des tournois internationaux • Représenter le Canada dans des compétitions internationales • Accessibilité des services médico-sportifs • Accessibilité des services en science du sport

4e partie : Le cadre de référence

	Stade 1 Mini-tennis Introduction	**Stade 2 Initiation**	**Stade 3 Développement**	**Stade 4 Élite**	**Stade 5 Excellence**
Volume d'entraînement annuel, saisonnier et hebdomadaire	• 7 mois par année • 28 semaines • 1 heure/ semaine • 28 heures par année • Essayer d'autres sports	• 7 mois par année • 28 semaines • 2 à 4 h/ semaine • 56 à 112 h par année	• 10 mois par année • 42 semaines • 4 à 8 h/ semaine • 176 à 350 h par année	• 11 mois par année • 46 semaines • 10 à 12 h/ semaine • 460 à 552 h par année	• 11 mois par année • 46 semaines • 18 h et + /semaine • 828 h et + par année
Objectifs sur le plan physique	• Mise en forme générale • Suite de la réadaptation s'il y a lieu • **25% du volume d'entraînement total**	• Mise en forme générale • Suite de la réadaptation s'il y a lieu • Développement de la coordination • Sprint, agilité • Initiation à des exercices de flexibilité • **25% du volume d'entraînement**	• Développement des qualités physiques spécifique et prévention des blessures (endurance musculaire, force, puissance, aptitude aérobie, équilibre en fonction du handicap et flexibilité) • Utilisation de jeux et d'exercices de coordination lors de l'échauffement • **30% du volume d'entraînement total**	• Entraînement axé sur la vitesse et la puissance et sur le maintien de l'endurance • Maintien des acquis des stades précédents en faisant des rappels périodiques dans l'entraînement • Consolidation des aspects physiques par programme de musculation en force lors de la saison morte qui inclura aussi une section sur la prévention des blessures • Programme de souplesse • **De 25% (en saison) à 50% (saison morte) du volume d'entraînement total en fonction du mésocycle**	• Entraînement axé sur la vitesse, la puissance et l'explosion • Perfectionnement des acquis des stades précédents (endurance musculaire, aptitude aérobie et flexibilité) en faisant des rappels périodiques dans l'entraînement • Consolidation des aspects physiques par programme de musculation en force lors de la saison morte qui inclura aussi une section sur la prévention des blessures • **De 20% (en saison) à 60% (saison morte) du volume d'entraînement total en fonction du mésocycle**

Objectifs sur le plan technique	• Techniques de positionnement et de stabilisation du joueur dans le fauteuil • Techniques de base de manipulation du fauteuil, du fauteuil avec la raquette et autres principes de bases • Coordination main-yeux • Vitesse de réaction • Développer le patron technique • **60% du volume d'entraînement total**	• Perfectionnement du positionnement dans le fauteuil • Techniques de manipulation du fauteuil avec la raquette • Techniques de base des gestes de frappe • Accent sur la prise • Insister sur la vitesse de la raquette et la souplesse de frappe • Travail de base de tous les coups (service, retour, coup droit, revers et volées) • **60% du volume d'entraînement total**	• Perfectionnement du positionnement dans le fauteuil • Perfectionnement des techniques de manipulation de fauteuil • Peaufiner les coups et la technique • Travailler la régularité des coups • L'entraînement doit commencer à reproduire les situations de compétitions • Début d'analyse technique vidéo • **35% du volume d'entraînement total**	• Le positionnement dans le fauteuil devrait être définitif et optimal en fonction du type de handicap de l'athlète • Consolidation de toutes les techniques reliées au tennis (manipulation du fauteuil, service, retour, coup droit, revers et volées) • Développer la puissance au service et lors ders coups de fond • Apprendre à frapper la balle plus tôt • **15% du volume d'entraînement total**	• Perfectionnement et maintien de toutes les techniques reliées au tennis • Mettre le focus des éducatif sur la qualité, l'intensité doit simuler le mieux possible la compétition de haut niveau • Travail des séquences de coup (patron) • **10% du volume d'entraînement total**
Objectifs sur le plan tactique	• Travail de coopération avec un partenaire • Garder la balle en jeux pour développer l'échange • **15% du volume d'entrainement total**	• Apprentissage du déroulement du jeu • Introduire le fond de terrain • **15% du volume d'entraînement total**	• L'athlète est à l'aise avec le déroulement du jeu • Apprentissage des stratégies de bases et le jeu d'attaque • Jouer des points • Initiation au double • **30% du volume d'entraînement total**	• L'athlète maîtrise parfaitement le déroulement du jeu • Perfectionnement des stratégies de bases et le jeu d'attaque • Introduction de stratégies avancées • Reconnaître les diverses situations sur le terrain et savoir comment réagir en conséquences « game awareness » • Développer un style de jeu personnel et	• L'athlète maîtrise parfaitement le déroulement du jeu ainsi que toutes les stratégies du sport • Connaître parfaitement les stratégies et les habitudes des adversaires afin d'en tirer avantage (analyse vidéo) • Reconnaître parfaitement les diverses situations sur la terrain et savoir comment réagir en

				flexible • Analyse vidéo • **De 25% (saison morte) à 50% (en saison) du volume d'entraînement total en fonction du mésocycle**	conséquences « game awareness » • Développer de nouvelles stratégies pour surprendre l'adversaire • **De 20% (saison morte) à 60% (en saison) du volume d'entraînement total en fonction du mésocycle**
Objectifs sur le plan psychologique	• Socialiser • Accent sur le plaisir • Féliciter et encourager • **0% du volume d'entraînement**	• Socialiser • Accent sur le plaisir • Victoire/défaite • Confiance en soi • Concentration • Confiance et estime de soi • Engagement et effort • **0% du volume d'entraînement**	• Développer le sens de l'autonomie • Prise en charge de son entraînement • Introduction à la préparation mentale • Confiance et estime de soi • Relaxation • Préparation d'avant match • **5% du volume d'entraînement total**	• Établissement d'objectifs • Visualisation • Gestion du stress • Confiance et estime de soi • Routine • Préparation d'avant match • Analyse de sa prestation en fonction de ses objectifs • Dialogue interne positif • **10% du volume d'entraînement total**	• Concentration • Visualisation • Gestion de stress • Attention • Contrôle des émotions en fonction des réussites et des échecs • Consolidation de routine • Analyse de sa prestation en fonction de ses objectifs • Donner des outils au joueur pour se concentrer sur le court • **10% du volume d'entraînement total**
Volume et niveau des compétitions	• aucune compétition	• Jouer une quinzaine de partie minimum • Commencer les tournois régionaux	• 5 à 8 compétitions Québec-Ontario	• 5 compétitions niveau provincial - national • 10 compétitions ITF	• 6 compétitions niveau national • 18 compétitions internationales ITF

Ratio entraînement compétition	• aucune compétition	• 5 entraînements 1 match	• 6 entraînements 1 match	• 4 entraînements 1 match	• 3 entraînements 1 match
Niveau requis de qualification des entraîneurs	• Niveau instructeur, kinésiologues, physiothérapeute, ergothérapeutes.	• instructeur et niveau 1	• niveau 2	• niveau 3 et certificat de base pour le tennis en fauteuil roulant (TC)	• niveau 3 et 4 et certificat de base pour le tennis en fauteuil roulant (TC)
Niveau requis de qualification des officiels	• aucun arbitre	• Joueur et instructeur	• Les officiels de tennis Québec	• Les officiels de tennis Québec	• niveau international
Services de soutien à la performance	• aucun	• Club locaux	• Clubs locaux • AQSFR (Programmes de développement)	• Clubs locaux • AQSFR (Équipe du Québec) • CNMM pour les athlètes identifiés • Préparateurs physiques (travail musculaire) ; • Avoir des conférences sur la nutrition, la psychologie…	• Clubs locaux • AQSFR (Équipe du Québec) • Tennis Canada (Équipe nationale) • Préparateurs physiques (travail musculaire) • Médecins spécialisés en sport • Nutritionnistes Massothérapeutes • Physiothérapeutes • Mécano d'équipe
Les activités de détection de talents et évaluation	•	•	• Les joueurs invités lors des camps de développement du programme de l'équipe du Québec sont évalués par les entraîneurs avec un système d'évaluation	• Les joueurs invités lors des camps du programme de l'équipe du Québec sont évalués par les entraîneurs avec un système d'évaluation.	• Générales (âge, expérience • Technique (prise de raquette, exécution des coups • En match (style de jeu, schéma tactique, choix des coups

Connaissance des règlements	• Initiation aux règlements importants (pointage, bond, let)	• Application approfondie des règles de déroulement du jeu	• Très bonne compréhension des règles de déroulement du jeu	• Compréhension complète des règles de déroulement du jeu et bonne connaissance de tous les règlements • Antidopage	• Compréhension complète des règles de déroulement du jeu et bonne connaissance de tous les règlements • Antidopage

5e partie : Exigences en lien avec les programmes contribuant au développement de l'excellence

Règles de la fédération pour sélectionner les athlètes devant être reconnus « élite » et « relève » par le ministère

N'ayant pas été subventionné pour l'ensemble de notre plan de développement déposé en 2005, nous n'avons pas accès depuis ce temps à des statuts « élite » et « relève ». Malgré une amélioration notable au niveau de l'encadrement et du support accordés aux athlètes membres du programme québécois, il est encore difficile pour eux de s'identifier à notre programme. Ils ne reçoivent aucune aide financière pour les aider à atteindre les objectifs de performance minimale nécessaires pour être admissible au programme provincial.

Dans les prochaines années, nous souhaitons avoir accès à des places permettant à un noyau d'athlètes dont le talent est identifié d'avoir un revenu minimal sous forme de crédits d'impôts ou de subventions diverses. L'accès plus facile, à des coûts plus raisonnables à des spécialistes de l'entraînement, ainsi qu'à des groupes d'intervention est un élément non-négligeable qui serait bénéfique pour les athlètes membres du programme québécois de tennis en fauteuil roulant. Présentement, plusieurs athlètes que nous considérons de haut niveau ne peuvent pas bénéficier de services via le CNMM et, comme fédération, nous ne pouvons pas faire de demandes de services scientifiques puisqu'ils n'ont aucun statut. Certains de ces athlètes sont assez performants pour être sur le programme national, mais ils ne bénéficient pas de brevets car Tennis Canada doit composer avec un nombre limité de places.

Statut « Élite »
Nombre de statuts souhaité pour 2013 à 2017 : 6

Pour être reconnu « Élite », un athlète de tennis en fauteuil roulant devra être sélectionné sur l'équipe du Québec de l'année en cours, la sélection aura lieu au début de chaque année et sera faite selon les critères suivants :

Critères de sélection de l'équipe du Québec: (l'athlètes doit cependant rencontrer les conditions de sélection)

1. Les athlètes classés parmi les 2 premiers au classement Canadien d'août en simple ou ayant gagner une médaille au Championnat canadien l'année précédente seront automatiquement sélectionné sur l'équipe du Québec de l'année en cours ;

2. L'athlète ayant remporté le championnat québécois sera automatiquement sélectionné sur l'équipe du Québec de l'année en cours;

3. Les 6 premiers athlètes Québécois au classement canadien d'août en simple seront également considéré par l'entraîneur et le coordonnateur du programme pour l'équipe du Québec de l'année en cours ;

Conditions de sélection de l'équipe du Québec:

1. Être membre en règle de Parasports Québec de l'année en cours

2. Esprit d'équipe, sentiment d'appartenance et engagement de l'athlète ;

3. S'entraîner sur une base régulière et avoir un programme annuel d'entraînement bien structuré[1]. Un minimum de 8 heures par semaines est exigés ;

4. L'athlète doit participer au événements provinciaux suivants :

   - Minimum de 66% des 4 (1 pour les femmes) tournois québécois: Québec, Montréal et Parasports Québec [2]
   - Championnat provincial[2]
   - Participer au camps d'entraînements de l'équipe du Québec avant le Championnat canadien 2013[2]

Statut « Relève »
Nombre de statuts souhaité pour 2013 à 2017 : 8

Pour être reconnu « Relève », un athlète de tennis en fauteuil roulant devra faire partie du programme de l'équipe du Québec. Pour faire partie du programme il faut que :

1. le talent de l'athlète soit identifié par l'entraîneur provincial
2. l'athlète s'entraîne sur une base régulière
3. l'athlète participe au circuit québécois de tennis en fauteuil
4. l'athlète soit en règle avec Parasports Québec

Dans le cas où il y aurait une ou des égalités et que le nombre de places sur les listes ne nous permettrait pas d'y inclure tous les athlètes ayant atteint nos critères de sélection, les athlètes retenus seront ceux ayant cumulés les meilleurs résultats lors des évaluations faites pendant les camps d'entraînement par les entraîneurs du programme de l'équipe du Québec.

[1] le programme peut-être exigé par Parasports Québec où l'entraîneur(e) provincial
[2] Si pour une raison valable un athlète se trouve dans l'impossibilité de participer à 66 % des tournois, au Championnat provincial ou aux camps d'entraînements mais qui avertit le responsable du tennis à Parasports Québec, cet athlète pourrait quand même être considéré pour l'équipe du Québec.

Politique et règles de Parasports Québec en matière d'engagement d'entraîneurs

Cohérence avec le modèle de développement des athlètes

Le milieu du tennis en fauteuil roulant a besoin de plus d'entraîneurs intervenant au stade de l'initiation et du développement. Présentement, seulement une poignée de personnes s'implique dans les clubs locaux et le développement de nos athlètes en souffre. Dans les prochaines années, il faudra donc élargir le bassin d'entraîneurs en s'assurant que les interventions aux stades 2 et 3 soient de bonne qualité. De plus en plus d'entraîneurs (tennis debout) s'intéressent maintenant aux athlètes ayant un handicap et nous comptons bien continuer leur intégration en facilitant la venue d'athlètes handicapés dans les structures plus traditionnelles du tennis.

Pour ce faire, nous souhaitons consolider la présence de notre entraîneur provincial pour offrir des cliniques de tennis en fauteuil roulant dans toutes les régions où se pratique la discipline et agir comme consultant disponible pour tous les clubs. Ses principales tâches demeureront reliées à l'encadrement du programme québécois de tennis en fauteuil roulant et la préparation de l'équipe du Québec sera toujours la priorité de notre entraîneur, qui sera aussi disponible pour les stades de développement et d'initiation où il est important d'intervenir adéquatement et le plus tôt possible.

Soutien à l'engagement d'entraîneurs à mi-temps

En matière d'engagement d'entraîneurs pour le tennis en fauteuil roulant, Parasports Québec n'a pas présentement de modèle pré-établi car les entraîneurs disponibles, assez expérimentés et
surtout suffisamment formés pour intervenir avec l'équipe du Québec, ne sont pas encore assez nombreux.

Depuis deux ans, le programme de tennis provincial engage Alain Mansuela, un entraîneur de la région de Montréal. N'ayant aucun argent provenant du Ministère pour rémunérer cet entraîneur de niveau 3 à sa juste valeur, il nous est présentement impossible de compter sur lui sur une base régulière. A chaque année, nous définissons un contrat avec lui pour assurer un minimum d'encadrement et de suivi avec les athlètes. Également, à la fin de chaque année, il doit faire un bilan et recommander les actions à entreprendre pour la prochaine année.

Pour supporter notre programme québécois (stade 4) et pour aider le développement, nous aimerions également, dans les prochaines années, inclure deux assistants entraîneurs à temps partiel en plus de l'entraîneur chef.

Montant souhaités reliés à l'engagement d'entraîneurs pour 2013-2017 : 7 000$/année

Identification du rôle anticipé des partenaires québécois

Fédération québécoise de tennis (Tennis Québec)

La Fédération québécoise de tennis est un partenaire important pour le tennis en fauteuil roulant au Québec, mais il n'y a pas présentement d'implication marquée pour le développement des athlètes.

- Collaboration pour l'organisation de tournois
- Compilation des résultats et production du classement québécois
- Remise de trophée au Gala annuel
- Article sur le tennis en fauteuil roulant dans chaque numéro du magazine de la fédération
- Visibilité du tennis fauteuil sur les affiches de promotion
- Assistance occasionnelle dans l'organisation d'événements
- Volet « fauteuil roulant » dans les formations d'entraîneurs
- Collaboration pour l'organisation de camps d'entraînement de l'équipe du Québec
- Aide pour les terrains

Institut National de sport (INS)

- Favoriser la synergie du milieu sportif
- Accès aux programmes de soutien scientifique pour les athlètes identifiés excellence, élite et relève
- Accès aux programmes d'ateliers pour les athlètes identifiés excellence, élite et relève
- Accès aux services reliés à la performance : physiothérapie, médecine du sport, massothérapie, ostéopathie pour les athlètes identifiés excellence, élite et relève
- Accès aux programmes de bourses pour les athlètes identifiés excellence, élite et relève
- Accès aux programmes de l'INFE pour les entraîneurs
- Donner aux athlètes et entraîneurs de niveaux national et international des outils pouvant contribuer à améliorer leurs performances sportives, professionnelles et personnelles
- Faciliter la venue d'experts internationaux
- Faciliter la venue d'événements majeurs au Québec
- Faciliter l'accès à des lieux d'entraînement
- Faciliter l'accès à des lieux de compétition
- Aide à l'organisation de séminaires ou de colloques
- Aide à l'organisation de conférences pour les entraîneurs, ateliers pratiques et autres stages de perfectionnement
- Aide et support pour les athlètes retraités
- Consultation auprès des employés du CNMM sur différents sujets reliés au développement de l'excellence

Stade de tennis Uniprix à Montréal

- Collaboration pour l'organisation de camps d'entraînement de l'équipe du Québec
- Collaboration pour l'organisation de tournois
- Accès aux terrains
- Devenir notre centre d'entraînement

Sports Québec

- Favoriser la synergie du milieu sportif (membres et partenaires)
- Favoriser le développement et l'épanouissement de l'athlète
- Favoriser la promotion de la pratique sportive
- Circulation de l'information en regard du sport au Québec
- Organisation de la semaine des entraîneurs
- Organisation du Gala Sports Québec et intégration des athlètes handicapés
- Organisation des Jeux du Québec et intégration complète de certains sports en fauteuil roulant
- Faciliter l'accès à plus de programmes de bourses pour les athlètes
- Coordination du Programme national de certification des entraîneurs au Québec
- Coordination du volet théorique ainsi que des stages "multisports" du P.N.C.E
- Organisation de colloques ou séminaires pour les entraîneurs

Réseaux des associations régionales de loisirs pour personnes handicapées (ARLPH)

- Consulter et concerter Parasports Québec sur le développement du sport en fauteuil roulant
- Promouvoir l'accès aux sports pour les personnes handicapées du Québec
- Représenter et les intérêts des sportifs handicapés auprès des instances publiques et privées

Fondation de l'athlète d'excellence

- Promouvoir l'excellence sportive et académique chez les athlètes québécois
- Favoriser le développement sportif et académique durant la carrière de l'athlète
- Valoriser la présence de modèles d'excellence, de discipline et de persévérance
- Coordonner, consolider et octroyer des bourses aux athlètes de tous les statuts
- Avoir une représentation adéquate parmi les boursiers, d'athlètes vivant avec un handicap
- Aider l'athlète pour la préparation de son après-carrière
- Mettre sur pied des projets novateurs afin de favoriser la promotion des athlètes et du sport amateur.

Centres de réadaptation

- Valorisation de la vie active auprès de la clientèle
- Valoriser les avantages de faire du sport
- Collaboration pour la tenue d'activité de démonstration et d'initiation
- Collaboration pour le recrutement d'individus voulant faire du sport
- Distribution d'information sur Parasports Québec et ses clubs membres

Les projets de développement de l'excellence pour lesquels un soutien financier est demandé

Priorité	Titre du projet	$ Budgété	$ Demandé
1	Participation au Championnat canadien	12 000 $	5 000 $
2	Camps d'entraînement provinciaux	8 000 $	2 500 $
3	Honoraires des entraîneurs des Équipes du Québec	5 750 $	2 500$
4	Honoraire pour coordination de l'excellence	12 550 $	5 000 $
5	Participation à l'Omnium de la Floride	11 000 $	5 000 $
6	Camp d'entraînement développement	6 000 $	2 000 $
7	Réseaux de compétitions québécois	8 000 $	4 000 $
	Total	**63 300 $**	**26 000 $**

Discipline :	Tennis en fauteuil roulant		
Nom du projet :	Championnats canadiens féminins et masculins	Date de début du projet :	Nov.13
Priorité du projet :	*1*	Nombre de jours :	5
Catégorie de projet :	**Compétitions de l'équipe ou des équipes du Québec**	Lieu :	Canada
Structure d'encadrement :	*Nom et nature*		
Nom des responsables :	*Martin Gadouas*	*Autre responsable*	

Indiquer de quelle façon le montant accordé dessert les athlètes :

1. L'athlète s'inscrit au projet et la fédération prend en charge les dépenses présentées;
2. La fédération rembourse l'athlète sur présentation de pièces justificatives;
3. La fédération donne un montant forfaitaire à l'athlète.
4. Autres, préciser

Revenus	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Subvention attendue du MELS	5 000 $	
Financement autonome de la fédération (excluant les athlètes)	5 000 $	
Participation des athlètes	2 000 $	
Autres		
Total	**12 000,00 $**	

Dépenses	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Frais de déplacement	7 000,00 $	
Frais d'hébergement	2 800,00 $	
Frais de repas banquet	800,00 $	
Honoraires de contractuels	- $	
Matériel d'entraînement	- $	
Uniformes de compétition	600,00 $	
location véhicule		
Frais d'insciption	800,00 $	
Total	**12 000,00 $**	

Discipline :	Tennis en fauteuil roulant		
Nom du projet :	8 Camps d'entraînement provinciaux	Date de début du projet :	Sept 13
Priorité du projet :	2	Nombre de jours :	8
Catégorie de projet :	**Entraînement de l'équipe du Québec**	Lieu :	Province
Structure d'encadrement :	*Nom et nature*		
Nom des responsables :	*Martin Gadouas*	*Autre responsable*	

Indiquer de quelle façon le montant accordé dessert les athlètes :

5. L'athlète s'inscrit au projet et la fédération prend en charge les dépenses présentées;
6. La fédération rembourse l'athlète sur présentation de pièces justificatives;
7. La fédération donne un montant forfaitaire à l'athlète.
8. Autres, préciser

Revenus	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Subvention attendue du MELS	2 500 $	
Financement autonome de la fédération (excluant les athlètes)	2 500 $	
Participation des athlètes	2 000 $	
Autres (TC)	1 000 $	
Total	**8 000,00 $**	

Dépenses	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Frais de déplacement	500,00 $	
Frais d'hébergement	- $	
Frais de repas	500,00 $	
Honoraires de contractuels	- $	
Matériel d'entraînement	1 000,00 $	
Uniformes de compétition	- $	
Location de plateaux	6 000,00 $	
Autres (nommer)	- $	
Total	**8 000,00 $**	

Discipline :	Tennis en fauteuil roulant		
Nom du projet :	Honoraires de l'entraîneur de l'Équipes du Québec	Date de début du projet :	Sept 13
Priorité du projet :	*3*	Nombre de jours :	280
Catégorie de projet :	**Entraînement de l'équipe du Québec**	Lieu :	Province
Structure d'encadrement :	*Nom et nature*		
Nom des responsables :	*Martin Gadouas*	*Autre responsable*	

Indiquer de quelle façon le montant accordé dessert les athlètes :

9. L'athlète s'inscrit au projet et la fédération prend en charge les dépenses présentées;
10. La fédération rembourse l'athlète sur présentation de pièces justificatives;
11. La fédération donne un montant forfaitaire à l'athlète.
12. Autres, préciser

Revenus	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Subvention attendue du MELS	2 500 $	
Financement autonome de la fédération (excluant les athlètes)	3 250 $	
Participation des athlètes	0 $	
Autres (TC)		
Total	**5 750,00 $**	

Dépenses	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Frais de déplacement	500,00 $	
Frais d'hébergement		
Frais de repas	250,00 $	
Honoraires de contractuels	5 000,00 $	
Matériel d'entraînement	- $	
Uniformes de compétition	- $	
Location de plateaux	- $	
Autres (nommer)	- $	
Total	**5 750,00 $**	

Discipline :	Basketball en fauteuil roulant		
Nom du projet :	Honoraire pour coordination de l'excellence	Date de début du projet :	Avril 13
Priorité du projet :	*4*	Nombre de jours :	360
Catégorie de projet :	**Gestion du programme de développement l'excellence de la fédération**	Lieu :	Montréal
Structure d'encadrement :	*Parasports Québec*		
Nom des responsables :	*Martin Gadouas*	*Autre responsable*	

Indiquer de quelle façon le montant accordé dessert les athlètes :

1. L'athlète s'inscrit au projet et la fédération prend en charge les dépenses présentées;
2. La fédération rembourse l'athlète sur présentation de pièces justificatives;
3. La fédération donne un montant forfaitaire à l'athlète.
4. Autres, préciser :

Revenus	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Subvention attendue du MELS	5 000 $	
Financement autonome de la fédération (excluant les athlètes)	7 550 $	
Participation des athlètes	0 $	
Autres (BFRC)	0 $	
Total	**12 550,00 $**	

Dépenses	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Frais de déplacement	400,00 $	
Frais d'hébergement		
Frais de repas	150,00 $	
Honoraires de contractuels	10 000,00 $	
Matériel d'entraînement		
Uniformes de compétition		
Location de plateaux		
Avantages Sociaux	2 000,00 $	
Total	**12 550,00 $**	

Discipline :	tennisen fauteuil roulant		
Nom du projet :	Participation à 2 Compétition aux États-Unis	Date de début du projet :	oct 13
Priorité du projet :	*5*	Nombre de jours :	10
Catégorie de projet :	**Compétitions de l'équipe du Québec**	Lieu :	É-U
Structure d'encadrement :	*Nom et nature*		
Nom des responsables :	*Martin Gadouas*	*Autre responsable*	

Indiquer de quelle façon le montant accordé dessert les athlètes :

13. L'athlète s'inscrit au projet et la fédération prend en charge les dépenses présentées;
14. La fédération rembourse l'athlète sur présentation de pièces justificatives;
15. La fédération donne un montant forfaitaire à l'athlète.
16. Autres, préciser

Revenus	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Subvention attendue du MELS	5 000 $	
Financement autonome de la fédération (excluant les athlètes)	5 000 $	
Participation des athlètes	1 000 $	
Autres		
Total	**11 000,00 $**	

Dépenses	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Frais de déplacement	5 500,00 $	
Frais d'hébergement	1 800,00 $	
Frais de repas	600,00 $	
Honoraires de contractuels	1 500,00 $	
Matériel d'entraînement	- $	
Uniformes de compétition	- $	
Location de plateaux	- $	
Frais d'inscription	1 600,00 $	
Total	**11 000,00 $**	

Discipline :	Tennis en fauteuil roulant		
Nom du projet :	6 Camps d'entraînement provinciaux développement	Date de début du projet :	Sept 13
Priorité du projet :	*6*	Nombre de jours :	6
Catégorie de projet :	**Entraînement de l'équipe du Québec**	Lieu :	Province
Structure d'encadrement :	*Nom et nature*		
Nom des responsables :	*Martin Gadouas*	*Autre responsable*	

Indiquer de quelle façon le montant accordé dessert les athlètes :

17. L'athlète s'inscrit au projet et la fédération prend en charge les dépenses présentées;
18. La fédération rembourse l'athlète sur présentation de pièces justificatives;
19. La fédération donne un montant forfaitaire à l'athlète.
20. Autres, préciser

Revenus	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Subvention attendue du MELS	2 000 $	
Financement autonome de la fédération (excluant les athlètes)	4 000 $	
Participation des athlètes		
Autres (TC)		
Total	**6 000,00 $**	

Dépenses	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Frais de déplacement	500,00 $	
Frais d'hébergement	- $	
Frais de repas	500,00 $	
Honoraires de contractuels	- $	
Matériel d'entraînement	1 000,00 $	
Uniformes de compétition	- $	
Location de plateaux	4 000,00 $	
Autres (nommer)	- $	
Total	**6 000,00 $**	

Discipline :	Tennis en fauteuil roulant		
Nom du projet :	Ligue provinciale	Date de début du projet :	Sept 13
Priorité du projet :	7	Nombre de jours :	8
Catégorie de projet :	**Soutien à un réseau prioritaire de compéti québécoise de développement**	Lieu :	Province
Structure d'encadrement :	*Nom et nature*		
Nom des responsables :	*Martin Gadouas*	*Autre responsable*	

Indiquer de quelle façon le montant accordé dessert les athlètes :

1. L'athlète s'inscrit au projet et la fédération prend en charge les dépenses présentées;
2. La fédération rembourse l'athlète sur présentation de pièces justificatives;
3. La fédération donne un montant forfaitaire à l'athlète.
4. Autres, préciser

Revenus	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Subvention attendue du MELS	4 000 $	
Financement autonome de la fédération (excluant les athlètes)	3 000 $	
Participation des athlètes	1 000 $	
Autres		
Total	**8 000,00 $**	

Dépenses	Prévus en 2013-2014	Réservé au MELS
Frais de déplacement	1 000,00 $	
Frais d'hébergement	- $	
Frais de repas	500,00 $	
Honoraires de contractuels Arbitre	1 000,00 $	
Matériel d'entraînement	- $	
Uniformes de compétition	- $	
Location de plateaux	5 500,00 $	
Autres (nommer)	- $	
Total	**8 000,00 $**	

La stratégie de diffusion du plan de développement de l'excellence auprès des membres et des partenaires

Description des moyens utilisés pour la diffusion du plan 2013-2017

Le bassin quand même assez restreint d'athlètes pratiquant la discipline a toujours été pour Parasports Québec un facteur favorisant la diffusion de l'information. Notre association a toujours été proche de ses membres : les contacts directs avec les athlètes sont toujours valorisés et ils sont appréciés de ceux-ci. De plus, la présence d'un coordonnateur au développement de l'excellence depuis 2001 favorise indéniablement la diffusion de l'information et le bon déroulement des activités reliées à l'atteinte des plus hauts sommets en tennis en fauteuil roulant.

Voici des moyens assortis d'échéanciers que nous comptons privilégier pour la diffusion du plan :

Moyens qui seront utilisés	Échéancier
1. En compagnie des membres du comité ayant travaillé à l'élaboration du plan, **organiser un colloque** pour tous les entraîneurs intervenant en tennis et leurs expliquer le plan de développement pour 2013-2017.	Septembre 2013
2. Rendre disponible via notre site Internet, le plan de développement du tennis pour 2013-2017.	Juillet 2013
3. Regrouper les athlètes dans chacun des clubs et aller les rencontrer dans leur milieu d'entraînement pour leurs expliquer la vision de Parasports Québec et de son comité d'expert en regard du tennis.	Août 2013
4. Rencontrer directement nos partenaires : les centres de réadaptation du Québec (IRM, CRLB et autres), les centres d'entraînement adaptés (VioMax et autres), les associations régionales de loisirs pour personnes handicapées du Québec (ARLPH), les organismes municipaux d'activités sportives, les institutions d'enseignement spécialisés (écoles, CEGEP et autres) et les organismes de soutien des personnes handicapées tel l'OPHQ, APQ, DMC, ACAF, Défi Sportif et autres).	Septembre 2013