



Admissibilité et inscription au programme sport-études

Voici les gymnastes admissibles au sport-études, en ordre de priorité par catégorie admissible.

Liste d'athlètes en ordre d'admissibilité

Notez que les athlètes du territoire CSRDN obtiennent un (1) rang de priorité sur les athlètes hors-territoire.

Pour être admissible, l'athlète doit répondre aux 3 critères ci-dessous :

- Critère #1 : niveau d'entrée aux sport-études = être identifiée Espoir par Gymnastique Québec (concourir en niveau N7 lors de la saison actuelle) ;
- Critère #2 : avoir démontré par le passé et de façon constante une condition et une santé physique adéquate pour suivre le programme d'entraînement sport-études ;
- Critère #3 : avoir démontré par le passé et de façon constante une éthique d'entraînement compatible avec un programme de haut-niveau et démontre de façon concrète à l'entraînement son intérêt à faire des éléments de niveau sport-études (du N7 vers le N8-9-10) ;

*Une liste CLUB sera produite une fois les affiliations envoyées à Gymnastique Québec après le 15 octobre de chaque saison.

PROCESSUS D'INSCRIPTION

- 1- LIRE LES INFORMATIONS GÉNÉRALES SUR LE PROGRAMME :** BIEN LIRE LA PRÉSENTE ET LE DOCUMENT INTITULÉ « 2^E DOCUMENT À LIRE » REÇU AVEC LE COURRIEL.
- 2- RÉFLÉCHIR :**
 - a. S'AGIT-IL DU BON PROGRAMME POUR MA FILLE...** voir les pistes de réflexion en page 2.
 - b. COMPRENDRE ET ACCEPTER LES CONDITIONS REQUISES POUR POURSUIVRE AU SPORT-ÉTUDES D'UNE ANNÉE À L'AUTRE...** lire et discuter des points principaux du contrat d'engagement de l'athlète sport-études et ses parents en page 3.
- 3- VOUS DEVEZ ENSUITE** ⇒ INFORMEZ LE CLUB PAR COURRIEL DE VOTRE INTÉRÊT OU NON ENVERS LE PROGRAMME À ENTRAINEUR-CHEF@LESZENITH.COM AVANT LE 15 NOVEMBRE 2022.

LA SUITE : LIRE LES PAGES SUBSÉQUENTES ET LES DOCUMENTS JOINTS, DANS LEQUEL SE TROUVE L'ÉCHÉANCIER D'INSCRIPTION.

Des questions ? N'hésitez pas à communiquer avec moi.

Laurence Larue, entraîneuse-chef

RÉFLÉCHIR :

Bien qu'à première vue, un programme scolaire combinant sport et études semble être automatiquement un choix gagnant si votre fille aime la gym, l'engagement requis de la part d'un athlète sport-études est important et non-négligeable. Pour répondre avec succès aux exigences tant académiques que sportives, l'athlète doit avoir une grande passion pour son sport et être animée elle-même d'ambition et de détermination envers son sport, qui lui serviront de carburant et de soutien pour vivre de belles années de secondaire au sport-études.

Le but de ce document est de vous permettre d'avoir une vue plus précise du programme sport-études gymnastique et de voir si c'est une option bénéfique et viable pour votre fille. En ayant une meilleure vue des implications requises, nous souhaitons améliorer les chances que les athlètes entrent dans un programme qui leur convient réellement et dans lequel elles pourront s'épanouir tout au long de leur secondaire.

1. S'AGIT-IL DU BON PROGRAMME POUR MA FILLE ?

Pistes de réflexion :

- Elle mange de la gym et démontre de l'engagement dans son sport :
 - Elle veut aller à tous ses entraînements de façon constante, est déçue de manquer quand empêchement, vous n'avez pas besoin de la pousser pour aller aux cours... c'est primordial quand on pense que l'enfant devra s'entraîner fort tous les jours de la semaine, après chaque journée d'école ;
- Elle réussit à l'école avec facilité et démontre les aptitudes pour suivre un programme scolaire condensé ;
- Elle est en santé physique pour suivre un programme plus exigeant (elle n'a pas eu de blessures chroniques sur un programme de 12 heures dans les dernières années par exemple) et n'a pas de limitations à l'entraînement.
- Elle est attirée par les mouvements plus avancées, a des objectifs d'atteindre des catégories plus élevées. Puisque le seuil d'entrée est le N7, il est attendu et visé qu'au courant des 5 années à venir, elle progresse vers les niveaux suivants. Le programme sport-études n'est donc pas pour des athlètes pour qui les mouvements du N7 furent difficile à atteindre et qui appréhendent les mouvements des prochaines catégories.
- Le programme sport-études est conçu pour aider les athlètes engagées dans un sport de haut-niveau. Un entraînement de haut-niveau requiert une implication à l'entraînement. Il est donc attendu des athlètes sport-études une présence aux événements suivants : journée pédagogique, entraînements estivaux et différentes activités du club (spectacles, bénévolat, financement).
- Finalement, la participation de l'athlète dans ce programme selon les éléments ci-haut, est-elle envisageable dans votre réalité familiale ? L'implication en temps et l'aspect financier doivent également être considérés dans la décision.
 - Outre l'entraînement, il est important de comprendre que pour un athlète s'entraînant 20 heures / semaine, des suivis médico-sportifs seront nécessaires.

2. **COMPRENDRE ET ACCEPTER QUE...** **L'athlète doit maintenir les conditions ci-dessous pour poursuivre au sport-études d'année en année.**

Voici les conditions que les athlètes sport-études doivent remplir d'année en année. Advenant des difficultés importantes en lien avec les points ci-dessous, des rencontres auront lieu afin d'établir des plans de solutions, avant d'établir tout plan de mesures qui pourraient mener jusqu'à un changement de programme. Un « contrat d'engagement de l'athlète sport-études » vous sera envoyé à l'inscription. En voici les grandes lignes :

À L'ÉCOLE...

- L'athlète doit demeurer en réussite scolaire.** Advenant des difficultés, des plans d'intervention seront mis en place par l'école (tutorat, récupération, etc.). Advenant un échec en cours d'année, l'élève demeure en sport-études, mais un plan d'intervention est instauré et il est possible que l'élève manque des entraînements pour participer à des récupérations afin de reprendre le dessus. C'est seulement à la fin d'une année, qu'en cas d'échec dans une matière, un élève ne pourra se réinscrire au programme sport-études pour l'année suivante.

AU GYMNASSE...

Afin d'assurer à chacun un climat d'entraînement sain propice à l'apprentissage et au progrès, ainsi que d'atteindre ses propres objectifs et de demeurer dans le profil du programme, l'athlète sport-études doit :

- Rencontrer les critères de base d'admission au programme :**
 1. Maintenir en tout temps les exigences minimales du niveau d'entrée, soit le N7 ;
 2. Être en condition/santé physique pour suivre le régime d'entraînement ;
 3. Éthique d'entraînement compatible avec le haut niveau ;
- Être respectueuse** (à l'école, au gymnase, avec ses pairs, avec ses entraîneurs) ;
- Démontrer son intérêt envers le programme et son engagement :**
 1. Présence aux entraînements réguliers ;
 2. Présence aux journées pédagogiques ;
 3. Présence aux entraînements estivaux selon le minimum requis ;
 4. À l'entraînement : démontrer par ses actions son engagement. L'athlète suit le programme et démontre des efforts dans tous les aspects de l'entraînement (4 appareils, préparation artistique, physique et technique) ;
 5. Démontrer de la motivation et de la détermination dans l'établissement et l'atteinte des objectifs, etc.
- Être en bonne santé physique.**
 1. L'athlète doit être capable de s'entraîner 4 heures par jour, 5 fois par semaine, aux 4 appareils, de façon sécuritaire. (Les blessures occasionnelles font partie de la réalité du sportif et ne sont pas considérées comme une problématique, du moment que l'athlète n'est pas affectée chroniquement), on parle d'athlètes qui ne peuvent plus participer à l'entraînement régulièrement.
 2. Comprendre qu'une athlète pratiquant un sport intensif a besoin d'une équipe autour de lui : parent, entraîneur et intervenant médico-sportif. En cas de blessure, il est nécessaire de faire un suivi médico-sportif pour remédier à la blessure et éviter qu'elle ne traîne et s'aggrave, ce qui en plus d'affecter la santé de l'athlète, met une pause sur sa progression.

Maintenir sa courbe de progression et suivre le rythme et le niveau du programme sport-études.

1. Considérant que l'athlète entre au sport-études est déjà réputé de niveau N7, avec des objectifs et un potentiel de gymnastique de haut-niveau, il est attendu que l'athlète progresse vers le N8 ou plus à l'arrivée au 2^e cycle.

Une athlète qui ne rencontrerait plus ou pas les critères ci-haut en cours de parcours scolaire, de façon prolongée ou permanente, devra se diriger vers un autre programme scolaire et rejoindre son école de quartier s'il y a lieu.