

# STRACHAN, LEISHA

Université du Manitoba

D. MacDonald, J. Côté

Subvention de développement Savoir 2011

*Utiliser la technologie pour concevoir et offrir des programmes de sport positifs pour les jeunes*

---

## Sommaire du projet

L'objectif de la présente étude était d'utiliser la technologie pour enseigner et promouvoir la recherche dans le domaine du développement positif des jeunes. Les entraîneurs ont énormément d'influence dans la vie des jeunes et, bien qu'ils soient conscients de la valeur du développement personnel, ils sont incertains de la manière d'intégrer son enseignement dans un contexte de programme sportif. Le projet SCORE! (Sport COnnect and REspect [sport, liens et respect]) a été mis sur pied afin d'offrir aux entraîneurs un outil leur permettant d'intégrer dans les programmes sportifs les découvertes du domaine du développement positif des jeunes ([www.projectscore.ca](http://www.projectscore.ca)). Ce programme met l'accent sur la croissance des 4 C : la compétence, la confiance, le caractère moral et la création de liens. Pour ce faire, dix leçons simples destinées aux entraîneurs ont été élaborées. Les recherches ont démontré que le projet SCORE! a permis d'améliorer les expériences sportives des jeunes, tout en constituant un atout précieux pour les entraîneurs. Bien que le site Web exige encore quelques modifications, cette ressource, aux résultats très prometteurs, peut d'ores et déjà être utilisée par les entraîneurs partout au Canada, et propose un exemple de la manière d'enseigner le sport de façon plus constructive pour les jeunes de tous les niveaux sportifs.

---

## Méthodes de recherche

Ce projet a été mené en différentes phases. Au cours de la 1re phase, le site Web du projet SCORE! a été créé ([www.projectscore.ca](http://www.projectscore.ca)). Il s'agit d'une conception entièrement originale qui a exigé la création du logo, la composition des textes, la mise sur pied des leçons et des autres ressources et l'élaboration de l'outil de suivi SCORE! (un outil qui fait le suivi des leçons terminées). L'obtention de l'approbation éthique a également eu lieu lors de cette étape. Par la suite, nous sommes passés à la deuxième phase, celle de l'essai pilote du site. Quatre entraîneurs, qui travaillent auprès de jeunes athlètes (c.-à-d. de 12 à 16 ans) pratiquant divers sports, ont suivi les leçons du projet SCORE! et nous ont soumis leurs commentaires par l'intermédiaire d'entrevues semi-dirigées. Les commentaires reçus ont ouvert la porte à la troisième phase, soit celle de la modification du site (c.-à-d. la création et l'insertion de courtes vidéos YouTube liées aux leçons) et du recrutement au profit de la phase quantitative la plus importante de l'étude. Ensuite, la quatrième phase a englobé toute l'étape de recherche. Au cours de cette phase, deux études différentes ont été menées. Dans la première, des entraîneurs ont été embauchés pour suivre les leçons, et les expériences de leurs jeunes athlètes ont été évaluées avant et après le suivi du programme. Au total, 48 athlètes ont rempli le sondage Youth Experiences Survey for Sport (YES-S; MacDonald et autres, 2012 [sondage sur les expériences des jeunes en sport]). Les résultats recueillis ont permis d'établir que des changements positifs avaient pris place dans les aptitudes personnelles et sociales, ainsi que dans les capacités d'établissement d'objectifs et de prise d'initiative des jeunes athlètes. Les entraîneurs ont par la suite participé à des entrevues de conclusion qui ont permis de recueillir leurs commentaires à l'égard de leur expérience avec le programme et de vérifier s'ils avaient perçu, en général, cette expérience comme positive. Les entraîneurs ont affirmé avoir remarqué des changements

positifs chez leurs athlètes, mais aussi avoir progressé dans leur épanouissement personnel. Par contre, ils ont également fait savoir qu'ils éprouvaient quelques réticences à consacrer du temps à la réalisation des leçons pendant les séances d'exercice. La seconde étude a exigé la participation de moniteurs de camps sportifs estivaux (n = 13), qui ont mis en pratique quelques leçons du projet SCORE! auprès de leurs jeunes sportifs pendant une semaine de camp. Le même questionnaire et le même protocole que pour la première étude ont été utilisés. Bien que cette fois, la seule amélioration plus marquée a été une légère augmentation de la prise d'initiatives, les moniteurs ont également remarqué des changements positifs chez les participants et ont signalé avoir fait l'expérience d'un épanouissement personnel. La toute dernière phase de projet a été celle de l'évaluation du programme. Les entraîneurs de deux endroits (Winnipeg et Charlottetown) ont participé à une séance de réflexion pour évaluer le site et ses différentes sections. Au cours de cette séance, les entraîneurs étaient dirigés à travers le site Web et devaient faire part de leurs commentaires à propos de la navigation. Nous avons ainsi relevé quelques commentaires à l'effet que certains éléments pourraient être plus conviviaux avec quelques modifications, notamment la diminution du nombre de ressources supplémentaires, et même possiblement la diminution du nombre de leçons. Dans l'ensemble, les entraîneurs ont aimé le programme et ont souligné ses nombreuses forces (p. ex. sa nécessité pour augmenter les répercussions positives chez les jeunes).

---

### **Résultats de recherche**

La principale conclusion de ce projet est que, grâce à l'utilisation du projet SCORE!, l'expérience sportive des jeunes peut être améliorée. Cette ressource en ligne constitue un outil de choix pour susciter un développement délibéré des jeunes dans un contexte sportif. Le programme propose aux entraîneurs une formation sur la manière d'offrir aux jeunes une programmation sportive positive, qui est la clé même de l'augmentation du plaisir éprouvé lors de la pratique de leur sport préféré.

De plus, une des découvertes secondaires est que le projet SCORE! a entraîné l'épanouissement personnel des entraîneurs. En mettant en œuvre les leçons, les entraîneurs ont eu l'occasion de peaufiner leurs habiletés et d'apprendre de nouvelles manières d'offrir leur programme. Ceci leur a ainsi permis d'accroître leur confiance et, dans certains cas, de renforcer des comportements déjà acquis.

Pour ce qui est des limites découvertes, il nous a été difficile de retenir l'attention de tous les entraîneurs qui ont commencé le programme. Plus particulièrement, bien que le programme soit conçu de façon assez simple, certains entraîneurs étaient déjà débordés par d'autres aspects de l'entraînement pour pouvoir y consacrer le temps nécessaire. Grâce à l'ajout d'un volet d'évaluation au projet, des améliorations sont actuellement apportées au programme afin d'aider les entraîneurs à mettre en application les leçons encore plus aisément.

Le projet SCORE! a le potentiel de constituer une ressource incontournable pour la formation des entraîneurs. Le recours à la technologie (c.-à-d. le site Web) le rend entièrement indépendant et permet aux entraîneurs de partout au Canada d'y accéder. Il s'agit là exactement du type de portée qui est nécessaire pour améliorer l'expérience sportive de tous les jeunes et pour aider les entraîneurs à offrir des séances aussi constructives que positives.

---

## Répercussions sur les politiques

La Politique canadienne du sport a joué un rôle prépondérant dans la conception de l'orientation à suivre dans le domaine du sport au Canada. L'éducation est une partie importante de la politique et l'un de ses objectifs clés est l'offre de « jeux et de sports axés sur les valeurs pour les enfants et les adolescents ».

Pour que cet objectif soit réalisable, les dirigeants sportifs (c.-à-d. les entraîneurs, les moniteurs de camps sportifs, etc.) doivent apprendre comment intégrer à leur programme l'enseignement du sport, mais aussi celui de l'épanouissement personnel. Cet enseignement doit se faire de façon délibérée. En effet, il est essentiel de garder en tête que les aptitudes sont enseignées, et non acquises au hasard. Si nous souhaitons que les enfants et les jeunes profitent d'une croissance positive, nous devons tenir compte de tous les aspects de leur développement. Tous les dirigeants sportifs, quel que soit leur niveau, doivent être formés et posséder une expérience concrète de l'enseignement du développement positif des jeunes par le sport.

Le projet SCORE! contribue à offrir une vision plus intégrée du développement sportif et à faire savoir que des adultes adéquatement formés sont la clé de l'atteinte des objectifs fixés dans la Politique canadienne du sport pour les jeunes du Canada.

---

## Prochaines étapes

La prochaine étape prioritaire consiste à trouver comment rendre le projet SCORE! encore plus convivial pour les entraîneurs. L'objectif est donc de rendre le programme encore plus accessible aux entraîneurs de partout au Canada. Le partenariat dont nous faisons partie, qui bénéficie d'une subvention de partenariat du Conseil de recherches en sciences humaines et qui est dirigé par le Dr Nick Holt, œuvre à la promotion de la recherche associée au développement positif des jeunes et au sport à l'échelle du Canada. Il s'agit là d'une occasion parfaite de faire connaître le projet SCORE! et de promouvoir son utilisation parmi les entraîneurs puisqu'il s'agit d'une ressource gratuite.

Une autre idée consiste à agrandir le site du projet SCORE! pour y ajouter une section destinée aux parents, qui sera semblable au Coach Locker Room (vestiaire des entraîneurs), déjà accessible sur le site. Cette section constituera un guide fondé sur des données probantes et contenant des leçons pratiques et appliquées que les parents pourront utiliser et intégrer à l'expérience sportive de leur enfant. Il s'agira donc d'un complément au projet SCORE! et constituera pour les comités et conseils de parents une excellente manière d'en apprendre davantage au sujet du développement positif des jeunes par le sport et des manières de mettre en œuvre diverses idées.

---

## Principaux intervenants et avantages

Voici les intervenants clés pour cette recherche :

- Association canadienne des entraîneurs
- Organisations d'entraîneurs et organisations sportives provinciales
- Groupe Le Sport est Important
- Fondation Sport pur
- Écoles sportives du Canada