



Code de conduite et d'engagement des parents du Club

En tout temps incluant les déplacements à l'extérieur du Mont-Blanc

Je reconnais que le sport possède un formidable potentiel comme contribution à la santé, à l'équilibre et au développement de la personne et que le bien-être et l'épanouissement de mon enfant constituent une priorité située bien au-delà de la performance et de la victoire sportive;

A titre de parent de jeune sportif, mon propos et mon comportement démontrent que :

- Je comprends que mon enfant exerce un sport pour son plaisir et non pour le mien;
- Je considère la victoire comme un des plaisirs du sport, je dédramatise la défaite et je reconnais les erreurs comme faisant partie de l'apprentissage;
- Je respecte les entraîneurs et leur travail et ne tente pas de me substituer à eux;
- Je comprends la tâche quelque fois difficile des officiels et je respecte leurs décisions;
- Je reconnais les bonnes performances de mon enfant comme celles des autres compétiteurs,
- J'accepte les limites de mon enfant et je ne projette pas d'ambition démesurée sur lui;
- Je m'efforce de connaître les règles du sport pour éviter que l'ignorance ne biaise mon jugement envers les décisions des entraîneurs et des officiels;
- Je ne vois pas les enfants comme des adultes sportifs en miniature;
- J'inculque à mon enfant des valeurs de respect, de discipline, d'effort et de loyauté;
- Je ne tolère, n'exerce, ni n'encourage la violence physique, le harcèlement psychologique et le harcèlement sexuel envers les enfants, les parents membres et les entraîneurs;
- J'encourage mon enfant à développer ses habiletés et son esprit sportif;
- Je reconnais que ce sont des bénévoles qui gèrent le Club, qu'ils le font pour les enfants.
- Je reconnais que pratiquer le ski alpin de compétition nécessite un engagement supplémentaire en temps, en argent et en déplacements par rapport à d'autres activités;
- Je m'engage à respecter les consignes données par les entraîneurs à mon enfant lors des entraînements et des courses;
- Je m'engage à respecter les autres parents membres du Club;
- Je m'engage à soutenir les efforts des entraîneurs;
- Je m'engage à communiquer mes questions ou préoccupations aux entraîneurs à un moment opportun et de façon respectueuse et adéquate.
- Je comprends que le ski alpin se pratique à l'extérieur et que les conditions météo peuvent influencer la disponibilité des plateaux d'entraînement, le déroulement des entraînements et des courses.



Un manquement d'un parent au code de conduite entraînera des sanctions automatiques imposées par un groupe de responsables composé de l'entraîneur chef, d'un administrateur du Club et d'un parent bénévole. Ces mesures disciplinaires seront appliquées en fonction de la gravité du geste ou du comportement reproché de même qu'en suivant le principe de la gradation des sanctions. Une ou des sanctions suivantes seront appliquées en fonction du manquement identifié:

- Heures de bénévolat pour le Club;
- Expulsion du Club de compétition de Ski Alpin du Mont-Blanc comme parent membre.
- Expulsion du Club de compétition de Ski Alpin du Mont-Blanc du parents ainsi que du ou des coureurs du parent.



Mémo de l'Entraîneur Chef

L'engagement des parents pour garder les enfants dans le sport.

Gagner motive, gagner donne des sensations fortes mais les coureurs vont également perdre à un moment ou un autre, c'est inévitable. Dans le sport il faut apprendre à perdre pour gagner, pour grandir, pour devenir meilleur. Dans le sport ils apprendront à gérer le stress, à persévérer, à vivre avec l'inconnu, à être courageux, à se définir. Ils ont tous leur place dans l'équipe, formée non seulement des coureurs mais des parents et des entraîneurs.

Le ski est un sport à développement tardif

Patience. Dans les sports de compétition, pour atteindre un haut niveau de performance et obtenir des résultats au-dessus de la moyenne il faut de la patience. Les parents doivent aider leurs enfants à voir plus loin que la saison en cours, avec une approche et une vision à long terme. Il faut d'abord établir les bonnes bases, être passionné et aimer le ski, simplement le ski. Plus le focus est mis sur les résultats rapide plus les efforts sont voués à l'échec. Il y a un long processus d'apprentissage dans le sport et il commence avec le développement des habiletés et des apprentissages de bases, des bons rapports avec ses entraîneurs et il faut de la persévérance.

La plus grande erreur est de sélectionner le talent au lieu d'identifier le talent. La tendance est de vouloir faire des coureurs des étoiles et des champions du monde trop tôt. Au lieu de promouvoir les habiletés, l'amour du sport et la participation nous nous acharnons à exiger des coureurs des résultats le plus rapidement possible. Oui en sélectionnant tôt il va y avoir des résultats mais en identifiant le talent de tous et chacun il sera possible bâtir l'élite de demain.

Érik Guay, Marie-Michèle Gagnon, JP Roy, Roger Federer et Kim Clijsters n'étaient pas des "all stars" au plus jeune âge. Étaient-ils parmi les meilleurs dans leur sport oui mais pas au point où il était clair qu'ils deviendraient des champions du monde.

Si le désir est de maintenir nos jeunes dans le sport, ceci commence avec les parents. Une étude démontre que le plus grand stress pour le coureur après une course est "le retour à la maison dans l'auto" "La ride de char"!!!

Plusieurs autres études sont venues corroborer ces faits. En général les enfants ne savent pas quoi faire ou quoi penser des conseils bien intentionnés des parents de dernières minutes avant la course. L'analyse et le retour sur les détails de leur course après la journée est encore plus brutale. Le coureur sait qu'elle a été sa performance il veut plaire à ses parents. Le rôle du parent et l'équilibre est donc difficile à atteindre. Le parent doit dédramatiser la situation et laisser le temps arranger les choses. Plus souvent qu'autrement le coureur passera à autre chose rapidement



après une course. Un beau souper, de la bonne musique et continuez d'avoir du plaisir. Soyez un parent pour votre enfant, pas un entraîneur.

Comportement d'un parent idéal dans le sport :

- Encourager tous les coureurs.
- Choisir le bon moment pour parler avec l'entraîneur.
- Reconnaître son rôle de parent.
- Être à l'écoute de l'enfant.
- Partager de façon adéquate les hauts et les bas de votre enfant avec l'entraîneur.
- Laisser l'entraîneur faire son travail. Les problèmes avec l'entraîneur doivent être abordé en privé et à un moment opportun.
- Résister à la tentation de surpartager (overshare) les exploits de mon enfant sur les réseaux sociaux. Ça met plus de stress que vous pensez sur lui.
- Encourager mon enfant à se dépasser et fournir le meilleur effort possible. J'applaudis l'effort indépendamment des résultats.
- Se rappeler que perdre fait partie de la "game" et qu'il y a une vie après les championnats quels qu'ils soient.

La plupart des parents dans le sport sont bien intentionnés et raisonnables. Ils veulent souvent simplement que leur enfant ait une bonne expérience, la meilleure possible. Il est facile d'oublier que le ski est un jeu et que prendre des risques, réussir et échouer en font parties.

Votre travail consiste à écouter, soutenir et encourager. Si nous voulons qu'ils gagnent ils doivent apprendre à perdre.

Catherine Fortier

Entraîneur Chef