DLTA - Examen des compétitions

À la poursuite de l'excellence et d'un style de vie actif

Groupe de travail d'examen des compétitions
Édition octobre 2013

Du terrain de jeu… **Au podium**

Le document qui suit explique en détail les problèmes d'ensemble et les forces de la collectivité, des clubs et des organismes qui s'intéressent au water-polo à l'échelle provinciale ou nationale au Canada. Il est destiné aux clubs, entraîneurs, arbitres et OPS. Le Groupe de travail d'examen des compétitions a été formé à l'été de 2011 et a analysé les programmes actuels offerts en water-polo au Canada; il a établi des objectifs opérationnels et propose une nouvelle structure de compétitions visant à exercer un changement de culture qui favorisera le water-polo, du terrain de jeu au podium et à toutes les étapes de la vie. Le présent document est une revision de la version originale publiée en mars 2013

Table des matières

Préface **2**
Glossaire **4**
Introduction **6**
Problèmes majeurs du système de compétitions actuel **8**
Objectifs de l'examen des compétitions **10**
Indicateurs clés de rendement **12**
ICR à 3 ans 12
ICR à 5 ans 12
ICR à 8 ans 12
Facteurs de réussite clés **13**
Principes généraux de prestation de programmes de water-polo au Canada **15**
Recommandations selon les stades **17**
S'amuser grâce au sport (garçons, 6 à 9 ans; filles, 6 à 8 ans) 17
Bases techniques (garçons, 9-12~ ans; filles, 8-11~ ans) 19
Bases compétitives précoces (garçons, 12 à 14~ ans; filles, 11 à 13~ ans) 23
Bases compétitives avancées (garçons, 14 à 16~ ans; filles, 13 à 15~ ans) 26
S'entraîner à la compétition (garçons : 16 à 19~ ans; filles, 15 à 18~ ans) 29
S'entraîner à performer (hommes, 19 à 25 ans~; femmes, 18 à 23 ans~) 32
Compétition pour la vie (~13 ans et plus) 34
Vie active (~16 ans et plus) 36
ANNEXES **37**
Annexe A : Analyse FFOD 38
Forces 38
Faiblesses 39
Occasions 44
Défis 45
Annexe B : Tableaux et graphiques 47
Données d'ensemble sur l'effectif de 1990 à 2012 47
Besoins de croissance de l'effectif nécessaire au profil Excellence 48
Données de 2012 sur les groupes d'âge par rapport à l'effectif total 49
Ligne de tendance annuelle pour chaque catégorie d'âge 49
Nombre d'athlètes uniques participant aux Championnats canadiens des clubs 50
Nombre moyen d'athlètes jouant dans leur catégorie d'âge (aux CCC) 50
Joueurs uniques dans la Ligue majeure de water-polo 51
Annexe C : Tableaux des âges relatifs en 2011 51
Équipe nationale féminine sénior 51
Équipe nationale masculine sénior 51
Équipe nationale féminine junior (nées en 1991 ou après) 52
Équipe nationale masculine junior (nés en 1992 ou après) 52
Programme jeunesse de l'équipe nationale féminine (nées en 1993 ou après) 52
Programme jeunesse de l'équipe nationale masculine (nés en 1994 ou après) 52
Annexe D : Résumé du cadre de DLTA 53

Préface

L'examen de la structure des compétitions de water-polo au Canada qui suit se fonde sur l'aperçu du développement à long terme de l'athlète (DLTA) de Water Polo Canada (WPC) qui s'intitule « À la poursuite de l'excellence et d'un style de vie actif ». Water Polo Canada a publié au début de 2010 la première version de son aperçu du DLTA que l'on peut consulter en suivant le lien http://www.waterpolo.ca/resourcesdlta.aspx. Comme ce fut le cas pour les autres sports olympiques, WPC a reçu une subvention de Sport Canada par l'entremise d'Héritage Canada pour produire son propre document de DLTA particulier à son sport, fondé sur le document de référence sur le DLTA de l'organisme Au Canada, le sport c'est pour la vie qui se trouve sur le site Web de l'organisme à http://www.canadiansportforlife.ca/fr. Pour bien comprendre la raison d'être de l'exercice d'examen des compétitions, il faut d'abord comprendre ce qu'est le DLTA.

Le DLTA a été conçu par un groupe de spécialistes scientifiques du sport (Au Canada, le sport c'est pour la vie ou ACSV) et adopté en 2005 par Sport Canada. Le DLTA, grâce à l'organisme ACSV et aux subventions de Sport Canada, a été en mesure d'influencer les organismes de sports nationaux et provinciaux, les associations de loisirs municipaux, les agences multisports et divers paliers de gouvernement à modifier le comportement des Canadiens pour augmenter l'efficacité du sport de haute performance et le niveau d'activité des citoyens, du terrain de jeu au podium et à toutes les étapes de la vie. Les idées et principes s'inspirent à la fois de la science du sport et de l'art du coaching. [1]Les philosophies et idéologies sont centrées sur l'athlète, dirigées par l'entraîneur et soutenues par l'administration, les commanditaires et la science du sport. Le DLTA s'intéresse aux athlètes en fonction de leur [2]âge développemental et non de leur âge chronologique. En se fondant sur ces méthodes scientifiques, le DLTA détermine qu'il y a des périodes précises de la vie qui sont plus propices au perfectionnement de certaines capacités athlétiques (physiques, mentales, motrices, techniques et tactiques) et a identifié des stades de développement. Chaque stade est décrit en détail dans le document de DLTA de WPC et à l'annexe D : Résumé du cadre de DLTA. [3]Le savoir-faire physique est la base des changements de comportements prônés par le DLTA en vue de favoriser la santé et l'activité physique au sein de la société et le développement d'athlètes de classe internationale.

Pour que le DLTA prenne effet dans le milieu du water-polo canadien, des partenariats et des collaborations entre les installations aquatiques, les clubs, les OPS et WPC devront avoir lieu. Il faudra qu'il y ait un alignement des systèmes et des occasions d'entraînement et de compétition adaptées à tous les profils et tous les types de poloïstes (communautaires, provinciaux et nationaux) si l'on veut mettre en place un programme d'équipe nationale durable et augmenter la visibilité du water-polo à tous les niveaux. Toutes les [4]personnes concernées ou intervenants doivent adopter le même langage et comprendre les changements nécessaires pour assurer la durabilité du water-polo au Canada. Il est important de noter que même si le water-polo est un sport d'équipe, le DLTA porte sur l'entraînement

[1] Balyi I, Cardinal C, Higgs C, Norris S et Way R. Long-Term Athlete Development, Canadian Sport for Life, 2005, p.7.
[2] L'âge développemental est fonction de la maturité physique, mentale, cognitive et émotionnelle.
[3] Voir dans le glossaire la définition de savoir-faire physique.
[4] Dans ce contexte, les personnes concernées sont les athlètes, parents, clubs, entraîneurs, arbitres, OPS, le personnel de WPC et les centres aquatiques.

individuel de chaque athlète de l'équipe. Chaque athlète étant différent, la planification des programmes d'entrainement et de compétition doit être personnalisée pour chaque membre.

Le sport au Canada a vécu un moment charnière quand le pays a obtenu de tenir les Jeux olympiques à Vancouver en 2010. Le gouvernement canadien a augmenté le financement du sport à des sommets inégalés au cours des années qui ont suivi. En outre, le programme À nous le podium (ANP) a été mis sur pied pour subventionner les athlètes susceptibles d'obtenir des médailles. On a aussi constaté, ce qui importe encore davantage, une augmentation du financement privé au Comité olympique canadien (COC). Cette hausse du financement des sports olympiques a aidé Water Polo Canada à obtenir des résultats record en 2008 et 2009. L'équipe nationale masculine s'est qualifiée en raison de ses compétences pour les Olympiques de Beijing (2008), une première dans l'histoire du water-polo canadien, alors que l'équipe nationale féminine a remporté deux médailles d'argent en 2009 (Championnats aquatiques mondiaux et Coupe du monde). Un regard sur le passé et ce qui se passe ailleurs au monde nous apprend que le maintien de tels résultats est fort difficile, puisque le Canada est le seul pays au monde parmi les dix meilleurs à ne pas avoir de circuit professionnel ni de ligue collégiale ou universitaire. D'autre part, le water-polo féminin ne comprend que huit équipes aux Jeux olympiques et l'écart entre la première et la dernière place n'est habituellement que d'un ou deux buts. Les championnes du monde en 2011 (Grèce) et les championnes aux JO de 2008 (Pays-Bas) ne se sont pas qualifiées pour les Jeux olympiques de 2012 à Londres.

Le water-polo canadien doit donc adopter les principes et la philosophie du DLTA. Pour que le water-polo au Canada réussisse, notre structure d'entraînement et de compétition, notre encadrement, nos activités, l'alignement de nos systèmes, la collaboration et la planification de la relève, tout doit être très efficace et extrêmement efficient. Si nous ne réussissons pas régulièrement aux Championnats mondiaux et aux Jeux olympiques, le financement va se tarir. La régularité des succès est directement liée à une infrastructure interne viable (de la base à la haute performance); le DLTA est l'outil qui nous aidera à susciter le changement et à faire progresser le water-polo canadien au 21^{e} siècle et par la suite.

Le Groupe de travail d'examen des compétitions, formé à l'été 2011 avait comme principal objectif procéder à un examen détaillé de l'état du water-polo au Canada et de recommander des changements fondés sur le document de DLTA de WPC.

- Jeffrey Lindell, directeur du développement interne de WPC (président)
- Dragan Jovanovic, directeur haute performance masculine de WPC
- Patrick Oaten, directeur haute performance féminine de WPC
- Jymmi Kaye Demchuk, gestionnaire de la mise en œuvre du plan stratégique de WPC et ancienne directrice générale de Water Polo Saskatchewan
- David Soul, directeur général de la BC Water Polo Association
- John Csikos, entraîneur-chef des Renegades de Calgary et ancien entraîneur-chef de l'équipe nationale masculine
- Cyril Dorgigné, directeur général de Water Polo Saskatchewan et entraîneur-chef de l'équipe provinciale
- Nishant Damani, entraîneur-chef du Mavericks Water Polo Club et de l'équipe nationale féminine Jeunesse (nées en 1994)
- Olivier Bertrand, directeur technique de la Fédération québécoise de water-polo

Glossaire

Analyse FFOD : FFOD est l'abréviation de Forces, Faiblesses, Occasions et Défis. Les forces et les faiblesses sont des éléments propres au water-polo canadien, alors que les occasions et défis viennent de l'extérieur. L'analyse FFOD porte sur des preuves anecdotiques tirées des expériences du Groupe de travail d'examen et de leur expertise; des données empiriques sont aussi colligées parmi les membres de WPC et les participants aux Championnats canadiens des clubs.

Championnats canadiens des clubs (CCC) : événement national pour chaque groupe d'âge déterminé par WPC et organisé par WPC et le club hôte – selon un processus de demande rotatif. En ce moment, le CCC dure une fin de semaine, mais on propose ici un CCC qui se déroulerait pendant toute une année de programme et culminerait par une finale nationale qui aurait lieu une fin de semaine.

Compétition pour la vie (CPV) : niveau d'entraînement et de compétition désigné par la couleur **orange** tout au long du site Web et dans les documents liés au DLTA, qui se définit par l'expérience du water-polo, les compétences athlétiques, le temps consacré et les types of compétition décrits dans le résumé du cadre de DLTA en water-polo. Ce profil de compétition est aussi un point d'entrée et un stade de développement pour les athlètes qui commencent à jouer au water-polo au début des Bases compétitives (environ à 13 ans) et qui pourraient vouloir atteindre le profil d'Excellence. Ce profil et ce stade de développement se poursuivent jusqu'à l'âge adulte pour les athlètes qui veulent s'adonner au water-polo de compétition, mais sans se plier aux exigences du sport de haute performance. C'est un stade/profil de transition pour les athlètes qui ont fini de jouer à un niveau de haute performance.Par exemple, un athlète d'un club qui s'entraîne 4-5 fois par semaine au cours d'une saison de 8-10 mois.

Développement à long terme de l'athlète (DLTA) : modèle de développement des joueurs et des participants, du terrain de jeu au podium. C'est une philosophie visant à modifier la culture sportive au Canada qui touche la gouvernance à tous les paliers, entraînement, encadrement et compétition. Le DLTA est centré sur l'athlète, dirigé par l'entraîneur et soutenu par l'administration

Entraînement et compétition : l'entraînement est l'acquisition de compétences athlétiques dans un milieu d'apprentissage hors ligue : mise en forme (physique et motrice); techniques (compétences et tactiques individuelles); tactiques (parties hors ligue, parties simulées, parties hors concours, mi-terrain, etc.); et aptitudes mentales (cognitives et émotionnelles). La compétition est une compétition majeure qui mène à des résultats ultimes en cours d'année de programme.

Excellence : niveau d'entraînement et de compétition désigné par la couleur **bleue** tout au long du site Web et des documents liés au DLTA qui se définit par l'expérience du water-polo, les compétences athlétiques, le temps consacré et les types of compétition décrits dans le résumé du cadre de DLTA en water-polo. Ce profil commence plus tard au stade du développement Bases compétitives (vers l'âge de 15 ans) et continue tout au long des stades S'entraîner à la compétition, S'entraîner à performer et Vivre pour gagner. Ce profil de haute performance rétrécit vers le haut de la pyramide, alors que les athlètes passent du club à l'équipe nationale des jeunes, puis à l'équipe nationale junior et enfin à l'équipe nationale séniore.

Fédération internationale de natation (FINA) : organisme international régissant les sports aquatiques.

J'adore le water-polo (JAWP) : programme d'initiation au water-polo comprenant 4 niveaux, destiné aux garçons et filles qui font la promotion de la forme physique et des capacités aquatiques de base dans un contexte ludique. JAWP cible les centres aquatiques; on en fait la promotion comme d'un supplément aux cours de natation de la Croix-Rouge.

Ligue européenne de natation (LEN) : organisme régissant les sports aquatiques en Europe.

Ligue majeure de water-polo (LMWP) : ligue ciblant les athlètes du profil **CPV** âgés de 19 ans ou plus. Créée en 2009, elle comprend en 2012 des équipes de l'Ontario et du Québec seulement. .

Organisme provincial de sport (OPS) : instances régissant le water-polo dans chaque province. Chaque OPS est inscrite auprès de WPC et collabore à la prestation de services et programmes au Canada.

Profil de compétition : expression décrivant le type d'entraînement et de compétition, le temps à y consacrer, le type de compétition, etc. associés à chaque stade de développement. Il y a quatre profils dans l'ensemble du programme – **Savoir-faire physique**, **VA**, **CPV** et **Excellence**.

Programme d'aide aux athlètes (PAA) : programme gouvernemental d'aide financière aux athlètes de calibre national. Il est destiné aux athlètes de toutes les disciplines, pas seulement au water-polo. Les athlètes reçoivent une aide directe du gouvernement du Canada pour leurs frais de scolarité, de l'argent et un soutien aux télécommunications.

Programme national de certification des entraîneurs (PNCE) : programme mis en place pour tous les entraîneurs du Canada. Les normes et le soutien du programme proviennent de l'Association canadienne des entraîneurs (ACE). Chaque sport doit mettre son propre programme de certification de ses entraîneurs. La formation des entraîneurs est basée sur les caractéristiques de l'athlète et ses besoins de DLTA.

Programme de formation et de certification des officiels (PFCO) : programme national de formation et de certification des arbitres canadiens de water-polo. Au premier échelon, on forme les arbitres régionaux qui se concentrent sur les compétitions locales; on passe ensuite aux niveaux provincial et national pour aboutir à l'échelon international, la dernière étape avant de passer à l'UANA et à la FINA.

Savoir-faire physique : acquisition des habiletés motrices de base, comme la course, le saut, le lancer, la coordination, l'équilibre, et des habiletés sportives fondamentales, comme la natation, le mouvement du batteur à œufs, la capacité de flotter, etc., avant l'âge de 12 ans (Enfant actif, S'amuser grâce au sport et Bases techniques e sont les années optimales pour acquérir les compétences qui permettent aux gens de se mouvoir avec confiance et d'avoir une Vie active à l'âge adulte, en plus de former ceux qui seront des athlètes de classe internationale. Le savoir-faire physique est désigné par la couleur **jaune** tout au long du site Web et dans les documents liés au DLTA.

Stade de développement : âge développemental et besoins de l'athlète à cette étape de son développement. Chaque stade est lié à un âge approximatif, mais il est essentiel de comprendre les besoins auxquels on doit s'attarder en fonction de la maturité physique, émotionnelle, mentale et cognitive de la personne.

Union aquatique de natation (UANA) : organisme régissant les sports aquatiques dans les Amériques.

Vie active (VA) : niveau d'entraînement et de compétition désigné par la couleur **rouge** tout au long du site Web et dans les documents liés au DLTA, qui se définit par l'expérience du water-polo, les compétences athlétiques, le temps consacré et les types de compétition décrits dans le résumé du cadre de DLTA en water-polo. Ce profil de compétition est aussi un point d'entrée et un stade de développement pour les athlètes qui commencent à jouer au water-polo à un moment plus tardif des Bases compétitives (environ à 15 ans) ou même à l'âge adulte. Ce profil et ce stade conviennent aux athlètes qui font du water-polo comme activité physique et comme loisir ou encore aux personnes qui participent à divers titres, comme entraîneur, arbitre, bénévole ou athlète professionnel. C'est un stade/profil de transition pour les athlètes qui ont fini de jouer à un niveau compétitif ou de haute performance.

Water Polo Canada (WPC) : organisme régissant le water-polo au Canada qui dirige la formation des entraîneurs et arbitres ainsi que le développement des athlètes, organise des compétitions nationales et représente le Canada au plan international.

Introduction

L'examen des compétitions est un élément du plan de mise en œuvre du DLTA de WPC. Ce document fournit une perspective globale de la structure des compétitions de water-polo au pays et n'aborde pas la mise en œuvre des nouvelles compétitions proposées – il se penche sur la nature (quoi) et les raisons (pourquoi) sans s'intéresser aux modalités (comment) ni aux échéances (quand). Le Groupe de travail d'examen des compétitions devait aussi élaborer un plan de mise en œuvre des ligues de championnats nationaux des clubs qui sont proposées. Comme Water Polo Canada régit et produit seulement les programmes et compétitions à l'échelle nationale, le Groupe de travail s'est surtout intéressé au profil [5]**Excellence**. Le Groupe de travail d'examen est conscient de l'importance des profils **CPV** et **VA** et des différences entre les régions d'un bout à l'autre du pays; c'est pourquoi il a fait des recommandations pour les clubs et les OPS.

Les athlètes sont sollicités de part et d'autre – groupes plus âgés, équipe provinciale ou nationale – et les coûts sont contraignants pour le système. Les recommandations du Groupe de travail visent à simplifier les coûts et les sommes consacrées globalement aux compétitions. Nous aimerions que la structure comprenne 30 équipes de la catégorie des 14 ans et moins regroupées dans une [6] ligue CCC, 20 équipes d'athlètes de 16 ans et moins dans une ligue CCC, 15 équipes d'athlètes de 18 ans et moins regroupés dans une ligue CCC ainsi qu'une ligue semi-professionnelle de 6 équipes. Ces ligues permettront d'identifier et de choisir les athlètes des programmes de l'équipe nationale.

Le Groupe de travail d'examen est conscient que nous n'avons pas le nombre d'athlètes, d'entraîneurs et d'officiels, ni la capacité au sein de clubs pour offrir des programmes à toutes ces équipes en plus de répondre aux besoins des profils **Savoir-faire physique**, **CPV** et **VA**. Les OPS feront leur propre examen des compétitions afin de mettre en place un cadre ciblant les profils **Savoir-faire physique**, **CPV** et **VA**. Le plan national de mise en œuvre, élaboré par le Groupe de travail d'examen des compétitions, comprendra une période de transition entre le système en place et le système optimal décrit dans ce document. Pendant la transition, on propose deux groupes d'âge au niveau national – une ligue des CCC pour les 15 ans et moins (13-15 ans) et une autre pour les 18 ans et moins (16-18 ans). Une démarche d'introduction des divers profils de compétition sera aussi intégrée au plan de mise en œuvre, pour tenir compte de l'accroissement graduel des capacités des clubs, des OPS et de WPC.

Le Group de travail a eu comme mandat de faire une analyse scientifique et expérientielle du système d'entraînement et de compétition en place, du terrain de jeu aux hautes performances et de recommander des changements visant à simplifier le modèle de développement d'athlètes de haute performance, à établir des calendriers des compétitions à chaque stade du DLTA qui favorisent le développement des compétences athlétiques par la [7]périodisation, le recours à des règles, des directives sur l'équipement et des principes directeurs appropriés au développement, à chaque stade et à établir des principes généraux pour guider chaque organisme provincial de sport dans son propre examen des

[5] Voir dans le glossaire la définition d'**Excellence**, CPV et VA.
[6] La ligue des CCC fait référence au profil **Excellence**.
[7] La périodisation est la manipulation de toutes les variables de l'entraînement en vue d'élaborer un plan d'entraînement optimal qui permettra aux athlètes d'atteindre un pic de performance dans une période donnée.

compétitions. Toutes les recommandations découlent des preuves et conclusions tirées de l'analyse des données et s'inspirent de la philosophie et des principes du document de DLTA de WPC.

Les pages qui suivent décrivent les Indicateurs clés de rendement, c'est-à-dire les moyens par lesquels le Groupe de travail d'examen pourra faire le suivi des changements aux compétitions en fonction des objectifs établis par le Groupe de travail. En outre, les facteurs de réussite clés décrivent les facteurs de risque globaux quin pourraient affectent la vitesse des changements. Avant de mener un examen détaillé des calendriers de compétition recommandés selon les stades , des règles, des directives relatives à l'équipement et des paramètres d'entraînement et de compétition, il faut se pencher sur les problèmes majeurs du système de compétition actuel et sur les objectifs de notre examen. Les problèmes majeurs ont été déterminés par l'analyse des réponses aux sondages envoyés aux entraîneurs, clubs et organismes provinciaux de tout le pays et par l'étude de la participation aux championnats canadiens des clubs entre 2008 et 2012 et des données d'inscription des membres de 2009 à 2012. Ces problèmes sont la raison d'être des objectifs et recommandations de changement. Ces objectifs ont été élaborés en se fondant sur le concept établi par Jim Collins (auteur de From Good to Great) de grands objectifs forts et ambitieux (GOFA). Ces GOFA ont été élaborés sans vouloir critiquer le paradigme en place, mais en gardant à l'esprit l'histoire canadienne des sports autres que le hockey et le soccer. Nous nous sommes donné huit ans pour atteindre ces objectifs à partir de leur mise en oeuvre.

L'un des dix principes directeurs du DLTA d'Au Canada, le sport c'est pour la vie est l'approche *Kaizan* d'amélioration continue. C'est pourquoi le document du DLTA de WPC a été modifié au cours de l'examen. Les changements précis portent sur le changement du nom de certains stades, la redéfinition des termes entraînement et compétition, des précisions sur le temps qui y est consacré selon une planification hebdomadaire et de nouveaux ratios entraînement : compétition pour chaque stade. Ces changements sont tous décrits à l'Annexe D : Résumé du cadre de DLTA. WPC publiera une mise à jour de son document principal d'ici quelques années.

Le défi pour les personnes concernées par le water-polo sera d'augmenter le nombre de participants, premier facteur de réussite clé. L'un des objectifs de l'examen des compétitions est illustré par une pyramide décrivant le nombre d'athlètes requis à chaque stade de développement. Le tableau Besoins de croissance de l'effectif pour alimenter le profil Excellence de l'annexe B (Tableeaux et graphiques) décrit les augmentations requises à chaque stade et profil en termes absolus en se fondant sur les données de l'effectif de 2012. La donnée la plus importante est qu'il faut 12 000 athlètes dans le profil **Savoir-faire physique**, soit une augmentation de 1100 % du nombre de membres actuels des groupes 12 ans et moins et 10 ans et moins (S'amuser grâce au sport et Bases techniques). En outre, il faut une augmentation d'au moins 123 % de l'effectif global et de 154 % des athlètes du profil **Excellence** si l'on veut atteindre les objectifs figurant dans la pyramide quant au nombre de membres.

Changer une culture suppose de modifier sa façon de penser et ses paradigmes. C'est une démarche de longue haleine qui peut être entravée par des éléments hors de notre contrôle, comme on l'a souligné dans les facteurs de réussite clés. Il n'en reste pas moins qu'il s'agit pour le water-polo au Canada d'une chance offerte à tous les intervenants, du terrain de jeu au podium, de contribuer et d'offrir des possibilités d'entraînement et de compétition en water-polo à tous les Canadiens, peu importe leur âge, leurs capacités de jeu, leur situation démographique, socioculturelle ou financière.

Problèmes majeurs du système de compétitions actuel

Voici les problèmes clés qui semblent peser sur tout le système d'entraînement et de compétition en water-polo au Canada. Le Groupe de travail d'examen des compétitions a tiré ces conclusions de l'analyse FFOD (annexe A), des tableaux et graphiques (annexe B) et des tableaux des âges relatifs (annexe C).

- ✓ Le manque de compétitions appropriées au stade de développement Bases compétitives et le profil VA. Le format des compétitions et les programmes ne sont pas faits pour les catégories **CPV** et **VA** chez les 15 ans et plus. Les adolescents ont de nombreux autres choix d'activités parascolaires. Le sport n'est peut-être pas la priorité pour ces participants, toutefois ces derniers doivent avoir accès aux programmes et aux compétitions pour promouvoir le sport.
- ✓ Contrairement à la plupart des autres sports, l'aptitude en natation est un facteur clé pour jouer au water-polo. Sans partenariat avec la Croix-Rouge et une mise en œuvre de JAWP dans tout le pays, il est difficile d'exposer les enfants au water-polo. Trop peu de ressources sont utilisées pour recruter des participants et élaborer des programmes appropriés aux stades S'amuser grâce au sport et Bases techniques. Il faut plus de participants aux stades du **Savoir faire physique** si l'on veut établir un système de clubs solide et viable.
- ✓ [8]Des compétitions mixtes sont offertes à tous les groupes d'âge. La plupart des sports offrent de la compétition spécifique au sexe à tous les âges; par conséquent, il existe beaucoup d'autres occasions athlétiques pour les femmes au niveau local.
- ✓ La durée de la saison des athlètes dans les stades de développement Bases compétitives et S'entraîner à la compétition est trop courte. Les athlètes comment à s'entraîner entre le milieu et la fin de septembre et terminent entre le milieu et la fin de mai – ce qui veut dire qu'il y a une saison de 7-8 mois et une période hors saison de 4-5 mois, ce qui ne permet pas une véritable phase d'entraînement préparatoire pour les athlètes. La plupart des athlètes des catégories 16 ans et moins et q8 ans et moins s'entraînent en moyenne 4-5 fois par semaine – pas assez d'entraînement délibéré au moment où ils devraient être parvenus aux stades S'entraîner à la performer et Vivre pour gagner.
- ✓ Bien des entraîneurs croient qu'il faut jouer le plus de parties possible sans égard à la qualité et pensent que le talent est naturel plutôt que de croire au concept [9] des 10 000 heures et à l'importance de l'entraînement délibéré.
- ✓ Les frais de déplacement des athlètes sont élevés en raison de la faible [10]densité des clubs. Il s'agit d'un problème géographique en raison de la grandeur et de la population au Canada. Des athlètes âgés d'à peine 12 ans sont forcés de quitter leur province pour jouer au water-polo

[8] Les recherches menées par le groupe d'experts canadiens « Le sport c'est pour la vie » ont découvert que l'entraînement et la compétition mixtes n'étaient pas bénéfiques après l'âge de 10 ans.

[9] Des recherches approfondies ont été menées au cours des 60 dernières années dans le domaine de la pratique volontaire et la règle des 10 000 heures. La théorie selon laquelle le talent naturel n'existe pas et que les as dans n'importe quel domaine sont formés grâce à des années d'entraînement délibéré continue de faire l'objet de recherche.

[10] Dans ce contexte, la densité des clubs est définie comme étant 6 clubs ou plus pour chaque profil de compétition séparés les uns des autres par une courte distance en voiture.

- ✓ Le financement du water-polo par les parents prend fin à l'université et les coûts pour ce groupe d'âge sont beaucoup trop élevés si l'on tient compte des frais de scolarité et des autres objectifs de vie.
- ✓ Il n'y a pas assez d'athlètes pour former des clubs structurés dans les groupes d'âge 16 ans et moins, 18 ans et moins et 22 ans et moins. Les clubs doivent souvent choisir entre divers groupes d'âge. Les athlètes doivent jouer dans des compétitions qui ne sont pas adaptées à leur développement. Certains athlètes jouent dans 2 ou 3 groupes d'âge ou équipes.
- ✓ Au sein des clubs, les entraîneurs ne travaillent pas en harmonie pour développer les athlètes à long terme. Bon nombre travaillent indépendamment les uns des autres et ne suivent pas un plan fondé sur le DLTA rédigé par l'entraîneur-chef ou le directeur technique.
- ✓ La participation aux compétitions est fondée sur l'endroit, ce que l'on sait de la compétition et le moment où la piscine est libre, plutôt que sur une planification qui tienne compte des besoins de périodisation de l'athlète.
- ✓ Il n'y a pas de normes communes quant au nombre de parties jouées par jour, par week-end et par saison. Les règles et l'équipement appropriés aux adultes sont imposés aux enfants et jeunes adolescents.
- ✓ Le water-polo de haut niveau doit se jouer dans des piscines d'eau profonde de 25 mètres (femmes) et 30 mètres (homme). La plupart des installations ne sont pas équipées pour ce type de compétition. [11]Les heures de pointe à la piscine sont surtout réservées à la natation de compétition et aux autres programmes récréatifs.
- ✓ Le financement accordé par le gouvernement à WPC est lié aux résultats de l'équipe nationale (Haute performance ou Élite). Le gouvernement ne finance pas les infrastructures locales, à part le financement de démarrage pour les nouveaux programmes de développement.

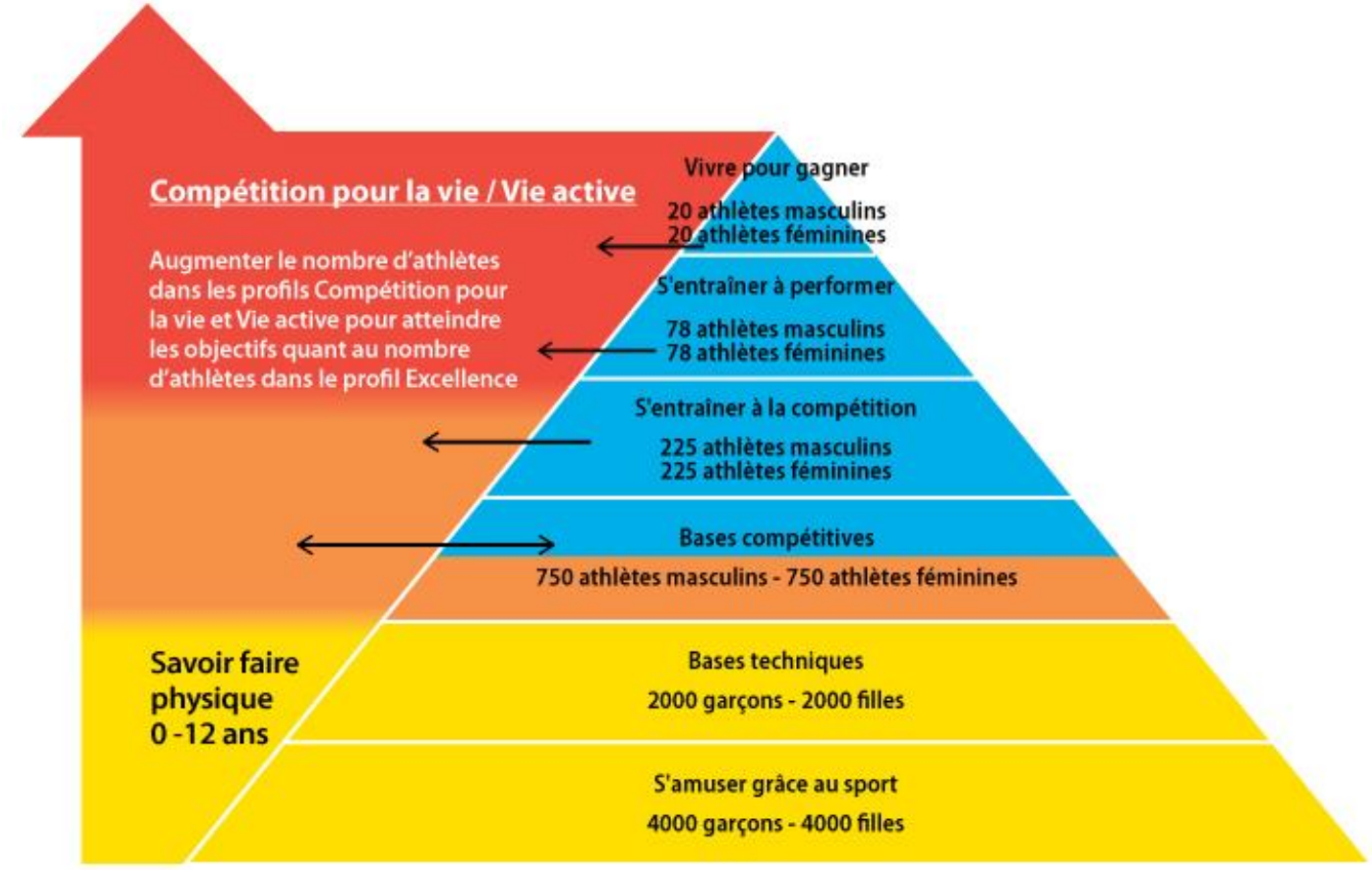
[11] Les heures de pointe à la piscine sont après l'école du lundi au vendredi, habituellement de 16 h à 20 h.

Objectifs de l'examen des compétitions

Le Groupe de travail d'examen des compétitions a déterminé ces objectifs à la lumière de l'analyse du cadre actuel de fonctionnement du water-polo au Canada et les problèmes majeurs du système de compétition en place. Le délai d'achèvement de ces objectifs est de huit années.

- ✓ Élaborer un système de compétition par stade aligné sur les recommandations d'entraînement du modèle DLTA en water-polo.
- ✓ Former les athlètes pour qu'ils se situent parmi les six meilleurs – tant hommes que femmes - aux Championnats aquatiques mondiaux de la FINA et aux Jeux olympiques.
- ✓ [12]Avoir 6 équipes masculines et 6 équipes féminines semi-professionnelles qui se conforment aux normes du stade S'entraîner à la compétition du modèle DLTA en water-polo. Chaque équipe semi-professionnelle aura un entraîneur à temps plein rémunéré.
- ✓ Avoir 15 équipes masculines et 15 équipes féminines **Excellence** dans la catégorie des 18 ans et moins qui se conforment aux normes du stade S'entraîner à la compétition du modèle DLTA en water-polo.
- ✓ Avoir 20 équipes masculines et 20 équipes féminines **Excellence** dans la catégorie des 16 ans et moins qui se conforment aux normes du stade Bases compétitives du modèle DLTA en water-polo.
- ✓ Voir 30 équipes masculines et 30 équipes féminines **CPV** dans la catégorie des 14 ans et moins qui se conforment aux normes du stade Bases compétitives du modèle DLTA en water-polo.
- ✓ Avoir assez d'athlètes de talent pour former des catégories de 15 ans, 16 ans, 17 ans, 18 ans, 19 ans et 20 ans – sans que les athlètes passent à la catégorie supérieure à moins d'être [13]exceptionnels.
- ✓ Devenir un sport aux Jeux d'été et aux Jeux d'hiver du Canada.
- ✓ Avoir assez d'athlètes aux stades Bases compétitives et S'entraîner à la compétition pour que les clubs soient capables de former des équipes de 14 ans ou moins, de 16 ans ou moins et de 18 ans ou moins et d'organiser pour eux des événements.
- ✓ Former une ligue universitaire interprovinciale.
- ✓ Former et recruter assez d'entraîneurs pour en avoir 1 pour 15 athlètes, sans égard au stade de développement ou au profil de compétition.
- ✓ Voir à ce que tous les entraîneurs soient certifiés par le PNCE au niveau approprié.
- ✓ Avoir 1 arbitre certifié au niveau approprié pour chaque équipe participant au Championnat canadien des clubs (si un club participe aux compétitions de tous les groupes d'âge, il devrait donc avoir 8 arbitres certifiés à divers niveaux).
- ✓ Avoir 8 clubs dotés de la certification du [14]Club Excellence

[12] Un semi-professionnel est un athlète qui ne paie pas pour jouer au water-polo à ce niveau; la plupart des athlètes sont subventionnés dans le cadre du programme PAA gouvernemental.
[13] Un athlète exceptionnel est une personne qui a des capacités hors du commun et qui a plus de maturité que ses pairs. Tant l'athlète que le programme profiteront de ce qu'il ou elle joue dans une équipe d'athlètes plus âgés.



La figure ci-dessus illustre les objectifs quant au nombre d'athlètes requis dans le profil Excellence et descend du Vivre pour s'entraîner aux Bases compétitives. Le nombre d'athlètes au haut de la pyramide est le minimum requis pour atteindre de façon régulière les six meilleures places aux Championnats du monde de la FINA et aux Jeux olympiques. Le nombre d'athlètes visés aux stades du **Savoir-faire physique** (S'amuser grâce au sport et Bases techniques) est le point de départ pour alimenter les autres stades de développement. Pour atteindre les objectifs de participation dans le profil Excellence, il faut qu'il y ait une augmentation du nombre d'athlètes dans les profils **CPV** et **VA**. L'annexe B (tableaux et graphiques) fournit une analyse statistique détaillée au tableau Besoin de croissance de l'effectif en fonction du profil **Excellence**. Il faut en outre bien comprendre que les athlètes au stade Bases compétitives peuvent s'orienter dans les trois profils si, par exemple, ils commencent le sport entre 13 et 15 ans, ils devraient pouvoir accéder au profil **Excellence**. Ce sera plus difficile pour les athlètes qui ne sont pas encore au stade Bases compétitives et qui voudraient accéder au stade S'entraîner à la compétition.

[14] Club Excellence est un programme de certification national géré par des tierces parties qui soutient le milieu sportif en reconnaissant les clubs et associations qui investissent pour augmenter leurs capacités afin d'atteindre et de dépasser un ensemble de principes de fonctionnement http://www.clubexcellence.com/fr/home.

Indicateurs clés de rendement

Les indicateurs clés de rendement (ICR) sont ceux qui fournissent les données les plus utiles sur le rendement et qui permettent aux organisations ou aux personnes concernées de faire un suivi des progrès. En ce qui a trait à l'examen des compétitions, les ICR aideront à évaluer si la mise en œuvre des recommandations et suggestions contenues dans le présent document est en train de permettre au water-polo canadien d'atteindre les objectifs articulés par le Groupe de travail d'examen des compétitions. Les ICR ont été formulés selon le modèle SMART. Les paramètres de mesure ainsi déterminés sont **S**pécifiques; ils sont **M**esurables à l'aide de preuves empiriques (dégagées de la base de données de WPC, de sondages menés auprès des membres et de la participation aux Championnats canadiens de clubs); ils sont **A**cceptés, **R**éalistes et reliés au plan d'ensemble ainsi que définis dans le **T**emps.

ICR à 3 ans

1. 80 % des clubs et des entraîneurs comprennent clairement le modèle DLTA de WPC et mettent en pratique la philosophie et les principes du DLTA au quotidien.
2. Les athlètes, entraîneurs, officiels et parents comprennent le modèle de compétitions de water-polo, le modèle de développement de l'athlète et les pyramides de cheminement vers l'excellence.
3. Chaque OPS a un plan d'examen des compétitions accepté qui s'aligne sur celui de WPC.
4. Le nombre d'ateliers du PNCE et du PFCO augmente de 5 % par année.
5. Les OPS arrivent mieux à fournir des programmes aux profils **Savoir-faire physique**, CPV et VA.

ICR à 5 ans

1. La croissance de l'effectif se maintient à 12 % par année et le taux de rétention des athlètes est de 75 %.
2. Le nombre de clubs offrant des [15] programmes multiples spécifiques au sexe atteint 60.
3. La capacité des clubs à offrir des programmes spécifiques au sexe dans tous les profils augmente.
4. Le nombre d'entraîneurs et d'officiels certifiés (PNCE ou PFCO) augmente de 10 % par année.
5. Il y a une [16] ligue urbaine d'athlètes âgés de 10 ans et moins et de 12 ans et moins dans au moins 15 villes canadiennes.

ICR à 8 ans

1. Changer la perception des Canadiens pour faire valoir que le water-polo est un sport qui favorise l'acquisition d'habiletés aquatiques salvatrices.
2. Maintenir la croissance annuelle de l'effectif à 18 % avec taux de rétention des athlètes de 80 %.
3. Le nombre de clubs offrant des programmes multiples spécifiques au sexe atteint 75.
4. Il y a une ligue urbaine d'athlètes âgés de 10 ans et moins et de 12 ans et moins dans au moins 20 villes canadiennes.
5. Les programmes d'initiation au water polo (ex. I Love Water Polo- JAWP)sont régulièrement donnés dans 100 centres aquatiques du pays.

[15] Les programmes multiples spécifiques au sexe sont ceux d'un club offrant plus d'un groupe d'âge par sexe.
[16] Une ligue urbaine comprend au moins 4 équipes situées à une distance d'au plus 45 minutes entre elles.

Facteurs de réussite clés

Les facteurs de réussite clés sont ceux qui doivent être en place pour que le water-polo au Canada se dirige vers l'atteinte des objectifs déterminés par l'examen des compétitions. À défaut de comprendre ces facteurs de réussite, notre capacité à atteindre les objectifs pourrait être affaiblie par des défis particuliers à chaque domaine. Ces facteurs de réussite clés ont été déterminés à la suite d'une étude empirique et de l'analyse des preuves anecdotiques décrites à l'annexe A (analyse FFOD), à l'annexe B (tableaux et graphiques) et à l'annexe C (Tableau des âges relatif).

- ✓ **Croissance de l'effectif :** le système de compétitions visionnaire pour les générations présentes et à venir ne pourra pas être mis en place sans une augmentation du nombre de clubs et du nombre de programmes dans chaque profil et à chaque stade de développement. De toute évidence, tous les clubs ne peuvent pas offrir tous les services, mais la présence d'une programmation diversifiée dans tous les établissements du pays assurera une augmentation du nombre de membres. Comme ce sont les clubs qui recrutent les membres, si on augmente le nombre de clubs – et en particulier de clubs à courte distance les uns des autres, le nombre de membres va augmenter. Si nous voulons atteindre le nombre d'athlètes du profil **Excellence** dans le système, ainsi que tous les autres objectifs découlant de l'examen des compétitions, nous devons ensemble atteindre les taux de croissance déterminés pour le profil **Excellence** à l'annexe B (Tableaux et graphiques).
- ✓ **Financement suffisant :** Le water-polo au Canada doit composer avec des contraintes monétaires importantes. Sans financement suffisant, WPC, les OPS et les clubs auront beaucoup de difficulté à offrir des programmes efficaces et abordables dans chaque profil et à tous les stades du développement. Le coût élevé des compétitions de haut niveau en water-polo représente un obstacle pour les parents et nous devons bientôt nous demander « qui peut payer et non qui peut jouer ».
- ✓ **Ressources humaines :** ce sont nos gens. On dit souvent que les gens constituent la ressource la plus précieuse. Pour le water-polo au Canada, les bonnes personnes au bon endroit constituent assurément la ressource la plus précieuse. Il faut absolument assurer un financement suffisant de nos ressources humaines, pour qu'elles puissent fournir des services et programmes exceptionnels, si l'on veut atteindre les objectifs découlant de l'examen des compétitions.
    - Volet technique – entraîneurs, officiels et athlètes
    - Volet administratif – bénévoles et gestionnaires
- ✓ **Plans de relève :** ces plans doivent être en place pour les personnes clés de l'organisation. Sans plan de relève du volet technique (entraîneurs de l'équipe nationale, entraîneurs-chefs des clubs, officiels de la FINA et athlètes de l'équipe nationale), il sera difficile d'atteindre les objectifs découlant de l'examen des compétitions. Des plans de relève pour les gestionnaires du bureau de WPC et les bureaux des OPS de même que pour les bénévoles majeurs et les gestionnaires des clubs sont essentiels. Il faut du temps pour élaborer des plans et les enrichir; si l'expérience et les connaissances ne sont pas transmises à la prochaine génération de bénévoles, de gestionnaires et d'entraîneurs, il sera difficile de dépasser le stade de l'éducation au sujet de l'examen des compétitions. De plus, l'arrivée de nouvelles personnes ayant de nouvelles idées et une autre vision pourrait faire dérailler la démarche qui a déjà été établie, si les nouveaux ne sont pas encadrés et dotés d'outils appropriés.

- ✓ **Accès à des piscines dans tout le pays :** comme le décrit l'annexe D : Résumé du cadre de DLTA (temps à y consacrer) les clubs doivent avoir plus d'accès aux piscines, en particulier aux [17]heures de pointe s'ils veulent offrir plus d'heures d'entraînement et de compétition aux athlètes du profil **Excellence**. S'ils n'ont pas ces heures supplémentaires à consacrer à l'entraînement et à la compétition, les clubs devront peut-être choisir entre divers programmes, de sorte que les profils **CPV** et **VA** risquent d'en souffrir. Ils pourraient au contraire choisir d'offrir tous les programmes, mais sans suivre les recommandations du modèle de DLTA de WPC. Si l'on veut augmenter la densité des clubs de water-polo au Canada, il faudra nécessairement avoir accès à de nouvelles installations pour augmenter le nombre de clubs situés à courte distance en voiture les uns des autres.
- ✓ **Formation sur le modèle de DLTA de WPC :** l'Examen des compétitions est fondé sur la philosophie du modèle de DLTA de WPC; il faut donc en comprendre les principes avant de mettre en œuvre les recommandations faites dans ce document. Parents, athlètes, bénévoles, entraîneurs, officiels et gestionnaires doivent bien saisir les changements de culture proposés par le DLTA pour le water-polo au Canada.
- ✓ **Réseau de communication solide :** pour éduquer le milieu du water-polo, nous devons créer un réseau de communication collectif. WPC ne peut pas atteindre tous ses membres sans aide. Les OPS, clubs, entraîneurs doivent participer activement au processus de communication. WPC doit concevoir des outils simples dont les OPS, les clubs et les entraîneurs pourront se servir pour renseigner les membres au sujet du DLTA et expliquer pourquoi le système de compétitions au Canada est en train de changer.
- ✓ **Engagement des OPS et des clubs :** les OPS et les clubs sont les éléments clés de la mise en œuvre des recommandations découlant de l'examen des compétitions. Ils joueront tous deux un rôle important de transmission de l'information, comme nous l'avons mentionné plus haut. Pour être les virtuoses et les partisans du changement, ils devront croire à l'utilité des changements proposés au système. Les OPS et les clubs sont ceux qui traitent directement avec les entraîneurs, les officiels, les parents, les bénévoles et les athlètes au jour le jour.

[17] Les heures de pointe à la piscine sont après l'école du lundi au vendredi, habituellement de 16 h à 20 h.

Principes généraux de prestation de programmes de water-polo au Canada

Le Groupe de travail d'examen des compétitions a eu le mandat d'analyser dans le milieu du water-polo le système de compétition et la structure en place, puis de formuler des recommandations. Les objectifs découlant de l'examen des compétitions, les problèmes clés associés au système de compétition courant et les facteurs de réussite clés ont été rédigés en adoptant une perspective d'ensemble et en prenant en compte toutes les facettes du water-polo canadien. L'accent mis sur la structure recommandée de compétition par stade s'inspire de ce que WPC gère et réglemente : les Championnats canadiens des clubs, les programmes de l'équipe nationale et de l'équipe olympique; le PNCE et le PFCO.

Le Groupe de travail d'examen des compétitions est bien conscient du fait que l'essor du profil **Excellence** et sa capacité d'alimenter régulièrement l'équipe nationale en athlètes de premier plan reposent sur une programmation solide aux stades du **Savoir-faire physique** ainsi que des profils **CPV** et **VA**. Les OPS et les clubs sont les chefs de file et les agents de prestation de ces programmes, puisqu'ils traitent avec les athlètes et leurs parents au quotidien. Les clubs et les OPS sont sur le terrain et recrutent de nouveaux participants. C'est pourquoi chaque OPS devra procéder à son propre examen des compétitions et planifier la mise en œuvre des recommandations décrites dans le présent document afin de fournir aux clubs des outils de programmation utiles de recrutement et de rétention des athlètes. Voici les principes qui pourraient aider à orienter cette démarche :

1. **Alignement avec le modèle de DLTA de WPC et l'examen des compétitions :** il est essentiel que toute la programmation canadienne en water-polo reprenne le langage, les principes, la philosophie et les objectifs décrits dans le modèle de DLTA de WPC et dans l'examen des compétitions. L'alignement des systèmes est l'un des dix éléments du DLTA d'Au Canada, le sport c'est pour la vie. Cela suppose un calendrier harmonisé, de la collaboration et de la coordination entre les clubs, les OPS et WPC, des buts et objectifs semblables, la mise en place des principes recommandés selon le stade, le respect des mêmes règles et directives quant à l'équipement et des mêmes aspects liés à l'entraînement et aux compétitions. De plus, si nous comprenons bien les besoins des participants à chaque stade de leur développement et dans chaque profil, nous arriverons à adopter une approche centrée sur l'athlète et dirigée par l'entraîneur à l'élaboration et à la prestation des programmes.

2. **Excellence :** les valeurs ont de l'importance pour les gens qui font partie d'une organisation, parce qu'elles guident nos actions. Les valeurs durent plus longtemps que les gens qui les ont mises en place; elles survivent même à l'organisation et elles servent de guide à tous les membres de la collectivité. L'excellence est l'une des valeurs du plan stratégique de WPC (www.waterpolo.ca/stratplan.aspx). Dans ce contexte du water-polo, l'excellence signifie la prestation des meilleurs programmes de sa catégorie; ce n'est pas un profil de compétition. Le water-polo doit se battre avec 66 autres sports pour attirer une jeunesse canadienne en décroissance; il importe donc que nous mettions en place des programmes de grande qualité qui répondent aux besoins des enfants, des jeunes et des adultes.

3. **Poursuite de l'excellence et d'un style de vie actif :** ceux qui participent aux activités de water-polo ne deviendront pas tous membres ou entraîneurs de l'équipe nationale ou encore arbitres de la FINA. En outre, bon nombre d'entre eux ne veulent pas investir tout le temps et l'argent nécessaire pour y arriver. Le milieu du water-polo canadien doit offrir à ses athlètes de multiples programmes qui leur permettront d'atteindre leurs objectifs personnels, que ce soit faire carrière dans l'équipe nationale, participer à des compétitions de water-polo ou simplement s'amuser et se garder en forme en pratiquant ce sport.

4. **Pertinence des compétitions :** les compétitions sont la principale raison pour laquelle les gens font partie de clubs sportifs. Les compétitions doivent avoir une raison d'être et correspondre aux objectifs du stade de développement des participants. Pour que les athlètes restent motivés et s'amusent, il faut mettre en place des règles adaptées à l'âge et jumeler des compétiteurs de même niveau de capacités et d'expérience.

5. **Accessibilité :** les compétitions et les programmes doivent être accessibles à toutes les couches sociodémographiques de la société canadienne. Tous les Canadiens devraient pouvoir s'adonner au water-polo dans un milieu agréable, sécuritaire et abordable. En éliminant les préjugés et la stigmatisation qui font dire « c'est ainsi que cela s'est toujours passé » ou « il n'y a pas assez de femmes », on ouvrira la porte à de nouveaux participants et à la croissance du sport.

Recommandations selon les stades

S'amuser grâce au sport (garçons, 6 à 9 ans; filles, 6 à 8 ans)

Philosophie : S'amuser

Groupes d'âge : 8 ans et moins, mixte ou non

Profil de compétition : **Savoir-faire physique**

Principes directeurs :

- ✓ S'AMUSER
- ✓ Sport modifié
- ✓ Temps de jeu égal
- ✓ Parties non structurées
- ✓ Toutes les positions
- ✓ Tout le monde joue
- ✓ Organiser et laisser jouer
- ✓ Programme de saison

Type d'entraîneur : Entraîneur de club communautaire (PNCE Sport communautaire – Initiation)

Type d'arbitre : S.O.

Parties informelles et non structurées :

				Taille de l'aire de jeu		
Parties	**Taille de l'équipe**	**Durée de la partie**	**Taille du ballon**	**Longueur**	**Largeur**	**[18]Dimensions du but**
3 c. 3 + GDB	Min 5; Max 8	[19]2 x 10 min	[20]Mikasa Taille 1	10-12 m	8-10 m	L : 2 m h : 0,9 m de l'eau
4 c. 4 +GDB	Min 6; Max 10			13-15 m	10-12 m	

GDB = gardien de but

Règles de jeu modifiées :

- ✓ Un joueur exclu nage jusqu'au coin, touche le mur et revient jouer. Les fautes personnelles ne sont pas comptées.
- ✓ Pas de chronomètre des 30 secondes.
- ✓ Pause technique à la moitié de chaque période et changement des joueurs à toutes les positions.
- ✓ Un joueur ne peut pas garder le but plus d'une période.
- ✓ Pas de corner. Un tir manqué entraîne automatiquement une remise au jeu par le gardien de but.

[18] N'importe quoi peut servir à faire un but. Le but peut flotter sur l'eau ou être installé sur le bord de la piscine. Voir les lignes directrices fournies dans les outils de l'entraîneur de club communautaire dans le PNCE.
[19] Deux périodes de 10 minutes sans arrêt.
[20] Mikasa n'est qu'un fournisseur parmi d'autres. Un ballon de même taille d'un autre fournisseur convient aussi.

Éléments à prendre en compte en entraînement et en compétition :

- ✓ À ce stade de leur développement, les joueurs doivent essayer de S'AMUSER et jouer sans trop de structure en eau peu profonde.
- ✓ Aucune compétition sanctionnée par un officiel n'est organisée. À chaque séance, une partie modifiée est jouée. Les entraînements doivent durer au plus 60 minutes.
- ✓ Les clubs doivent offrir des sessions distinctes (automne, hiver, printemps et été) pour que les participants puissent s'inscrire seulement aux sessions qui leur conviennent.
- ✓ Le programme doit comprendre 2 ou 3 entraînements par semaine pour que les participants puissent s'adonner à d'autres activités physiques.
- ✓ Les athlètes doivent participer à un sport ou exercer une activité physique tous les jours.
- ✓ Il faut encourager les athlètes à participer à d'autres sports et activités physiques, entre autres la natation, l'athlétisme, la gymnastique et d'autres sports d'équipe.
- ✓ Le programme doit offrir des entraînements dehors lorsque c'est possible.
- ✓ Pour obtenir plus d'information sur ce stade de développement, consultez en ligne les ressources sur le DLTA de WPC à www.waterpolo.ca/resourcesdlta.aspx et l'annexe D : Sommaire du cadre du DLTA.

Bases techniques (garçons, 9-12~ ans; filles, 8-11~ ans)

Philosophie : Établissement des bases

Groupes d'âge : 10 ans et moins et 12 ans et moins; filles et garçons séparés

Profil de compétition : Savoir-faire physique

Principes directeurs :

- ✓ S'amuser encore
- ✓ Années optimales d'acquisition de compétences
- ✓ Sport modifié
- ✓ Temps de jeu égal
- ✓ Promotion de la compétition locale
- ✓ Séparation des équipes de filles et de garçons
- ✓ Organiser et laisser jouer
- ✓ Compétences en compétition
- ✓ Plus d'entraînements que de compétitions

Type d'entraîneur : L'entraîneur de club communautaire (PNCE Sport communautaire – Initiation)

Type d'arbitre : Arbitre régional

Structure du jeu :

				Taille du champ de jeu		
Parties	**Taille de l'équipe**	**Durée de la partie**	**Taille du ballon**	**Longueur**	**Largeur**	**[21]Dimensions du but**
3 c. 3 + GDB	Min 5; Max 8	[22]4 x 6 min	[23]Mikasa taille 2	10-12 m	8-10 m	L : 2 m H : 0,9 m de l'eau
4 c. 4 + GDB	Min 6; Max 10			13-15 m	10-12 m	
5 c. 5 + GDB	Min 7; Max 12			16-20 m	13-15 m	

GDB = gardien de but

Règles de jeu modifiées :

- ✓ Pause technique à la moitié de chaque période et changement des joueurs à toutes les positions. C'est la seule pause permise et c'est l'arbitre qui la demande.
- ✓ Les substitutions sont permises uniquement à la pause technique et à la pause entre les périodes. Aucun joueur ne peut rester dans l'eau pendant plus d'une période consécutive. Les exceptions sont permises dans les circonstances suivantes : 3 fautes personnelles; blessures; disqualification; ou brutalité.

[21] N'importe quoi peut servir à faire un but. Le but peut flotter sur l'eau ou être installé sur le bord de la piscine. Voir les lignes directrices fournies dans les outils de l'entraîneur sportif de club communautaire dans le PNCE.
[22] Quatre périodes de 6 minutes sans arrêt, et une pause de 1 minute entre chaque période.
[23] Mikasa n'est qu'un fournisseur parmi d'autres. Un ballon de même taille d'un autre fournisseur convient aussi.
.

- ✓ Aucun joueur ne peut garder le but pendant plus de deux périodes.
- ✓ Un joueur exclu nage jusqu'au coin, touche le mur et revient jouer. Trois (3) fautes personnelles sont permises seulement.
- ✓ Les joueurs doivent adopter une formation de défense serrée dans un rayon de 6 m de leur propre but. Lorsque leur contrepartie quitte cette zone de 6 m, les joueurs peuvent revenir aider leurs coéquipiers, mais doivent reprendre une défense serrée dès que leur contrepartie revient dans la zone des 6 m. Le joueur qui ne fait pas une défense serrée commet une faute personnelle.
- ✓ Aucun coaching actif pendant une partie. L'entraîneur communique avec les joueurs seulement sur le banc, après un but, pendant les pauses techniques et entre les périodes. La première infraction donne lieu à un carton jaune contre l'entraîneur-chef, les infractions suivantes donnent lieu à un tir de pénalité de l'équipe adverse.
- ✓ Pas de chronomètre de 30 secondes.
- ✓ Après un renversement du jeu (p. ex. ballon intercepté, mauvaise passe, faute offensive), la première passe ne peut être dirigée vers le gardien de but. Une telle manœuvre constitue une faute de retour en zone.
- ✓ Une fois que le ballon a traversé la ligne médiane, le ballon ne doit pas revenir en arrière vers un coéquipier situé dans la zone défensive (retour en zone au basket-ball). Une telle manœuvre constitue une faute de retour en zone.
- ✓ Aucun corner. Un tir raté donne automatiquement lieu à une remise au jeu du gardien.

Éléments à prendre en compte en entraînement et en compétition :

- ✓ Les athlètes à ce stade de développement doivent se concentrer sur le plaisir de jouer, l'acquisition de compétences et l'initiation à une compétition structurée.
- ✓ Les clubs devraient offrir 3 séances en piscine par semaine, d'une durée de 60 à 90 minutes plus 30 minutes d'entraînement hors piscine. Chaque entraînement doit favoriser le savoir-faire physique.
- ✓ Les athlètes devraient jouer 2 parties par jour (maximum 3) et 5 parties au maximum en 48 heures. Il doit y avoir une période de repos d'au moins 30 minutes entre les parties.
- ✓ Les parties de la saison régulière (d'une ligue) ou les tournois à la ronde peuvent se conclure par l'égalité des points.
- ✓ S'il y a égalité des points à la fin des périodes régulières d'une partie de qualification (donc s'il faut nommer une équipe gagnante), la partie se poursuivra par une [24]période supplémentaire à but unique.
- ✓ Dans le classement d'une ligue ou à un tournoi, la différence maximale permise des [25]buts pour et des buts contre est de 6 par partie.

[24]Prolongation qui se termine dès qu'une équipe compte le but qui lui fait gagner la partie.
[25] La différence des buts pour et des buts contre dans une partie est importante. Si une équipe gagne par 10 points, elle se placera à plus 6 au classement, alors que l'équipe perdante se placera à moins 6 au classement. La

- ✓ Il faut encourager les athlètes à participer à d'autres sports et activités physiques, entre autres la natation, l'athlétisme, la gymnastique et d'autres sports d'équipe.
- ✓ Le programme doit offrir des entraînements dehors lorsque c'est possible.
- ✓ Pour obtenir plus d'information sur ce stade de développement, consultez en ligne les ressources sur le DLTA de WPC à www.waterpolo.ca/resourcesdlta.aspx et l'annexe D : Sommaire du cadre du DLTA.

différence des buts pour et des buts contre permet de distinguer des équipes au classement et nous ne voulons pas encourager les équipes à faire grimper les résultats pour mieux se placer au classement.

Types et calendrier des compétitions :

- ✓ Le club doit offrir trois saisons distinctes (automne, hiver et été) et laisser les participants s'inscrire à chacune d'elles ou choisir ce qui leur plaît.
- ✓ Les participants ne peuvent s'inscrire qu'à un seul club; aucun transfert n'est permis au niveau de l'OPS.
- ✓ L'accent doit porter sur les ligues communautaires – formation d'équipes et de clubs situés à une [26]courte distance les uns des autres.
- ✓ Festival d'été en juillet dans une piscine extérieure rassemblant des équipes de 12 ans et moins, de 10 ans et moins et des maîtres.

Mois	Septembre				Octobre					Novembre				Décembre				Janvier				Février				Mars				Avril				Mai				Juin				Juillet					Août			
Semaines	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
Période	PRÉPARATION									COMPÉTITION						TRANSITION		PRÉPARATION									COMPÉTITION				TR			PRÉPARATION								COMPÉTITION					TRANSITION			
Phase	GÉNÉRALE				SPÉCIFIQUE					COMPÉTITION						TRANSITION		GÉNÉRALE				SPÉCIFIQUE					COMPÉTITION				TR			GÉNÉRALE				SPÉCIFIQUE				COMPÉTITION					TRANSITION			
Compétitions	BLOCS ÉTABLIS EN FONCTION DES BESOINS PERSONNELS 3 ENTRAÎNEMENTS PAR SEMAINE									**PROG. AUTTOMNE** LIGUE COMMUNAUTAIRES, 2 ENTRAÎNEMENTS POUR UNE PARTIE				FESTIVAL DES FÊTES				BLOCS ÉTABLIS EN FONCTION DE 3 ENTRAÎNEMENTS PAR SEMAINE									**PROG. HIVER** LIGUE COMMUNAUTAIRES, 2 ENTRAÎNEMENTS POUR UNE PARTIE				FESTIVAL D'HIVER			BLOCS ÉTABLIS EN FONCTION DE 3 ENTRAÎNEMENTS PAR SEMAINE									**PROG. ÉTÉ** LIGUE COMMUNAUTAIRES, 2 ENTRAÎNEMENTS POUR UNE PARTIE					FESTIVAL D'ÉTÉ			

LÉGENDE DES COMPÉTITIONS
Niveau maximum selon le phase
Compétition préparatoire
Aucun niveau maximum
Pause/Transition

[27]**Ratio optimal entraînement-compétition :** 80 % entraînement – 20 % compétition

[26] Cette courte distance variera grandement selon les endroits du pays. Dans les régions plus densément peuplées, où il y a beaucoup de piscines, l'objectif doit être de réduire les déplacements requis pour jouer contre une autre équipe.
[27] Voir dans le Glossaire la définition d'entraînement et de compétition.

Bases compétitives précoces (garçons, 12 à 14~ ans; filles, 11 à 13~ ans)

Philosophie : Perfectionnement des bases compétitives

Groupes d'âge : 14 ans et moins; filles et garçons séparés

Profil de compétition : CPV

Principes directeurs :

- ✓ Bâtir la base compétitive
- ✓ Évoluer vers la spécialisation
- ✓ Premières étapes du sport modifié
- ✓ Promotion de la compétition locale
- ✓ Séparation des équipes de filles et de garçons
- ✓ Jumelage de compétences et habiletés semblables
- ✓ Arrivée de nouveaux participants
- ✓ Suivi de la croissance (physique, mentale, cognitive et émotionnelle)
- ✓ Plus d'entraînements que de compétitions
- ✓ Double périodis
- ✓ ation

Type d'entraîneur : L'Entraîneur compétitif (PNCE Compétition – Introduction)

Type d'arbitre : Arbitre provincial

Structure du jeu :

					[28] Taille du champ de jeu		
Sexe	**Parties**	**[29]Taille de l'équipe**	**Durée de la partie**	**[30]Taille du ballon**	**Longueur**	**Largeur**	**Dimensions du but**
Garçon	6 c. 6 + GDB	Min 11 Max 14	[31]4 x 7 min	Mikasa série 6000 ou 5500	23-25 m	13-20 m	Règlement FINA (WP 2) L : 3 m h : 0,9 m de l'eau
Fille				Mikasa série 6009 ou 5509	23-25 m	13-20 m	

GDB = gardien de but

Règles de jeu modifiées :

- ✓ Pause technique à la moitié de chaque période et changement des joueurs à toutes les positions. C'est la seule pause permise et c'est l'arbitre qui la demande.
- ✓ Les substitutions sont permises uniquement à la pause technique et à la pause entre les périodes. Aucun joueur ne peut rester dans l'eau pendant plus d'une période consécutive. Les

[28] La longueur se mesure d'une ligne de but à une autre.
[29] On recommande aux équipes de former deux gardiens de but – dont un qui commence à ce stade (~13 ans).
[30] Mikasa n'est qu'un fournisseur parmi d'autres. Un ballon de même taille d'un autre fournisseur convient aussi.
[31] Quatre périodes de 8 minutes chronométrées, et pauses de 2 minutes entre la 1re et la 2e période, de 3 minutes à la mi-temps et de 2 minutes entre la 3e et la 4e période.

exceptions sont permises dans les circonstances suivantes : 3 fautes personnelles; blessures; disqualification; ou brutalité.

- ✓ Les joueurs doivent adopter une formation de défense serrée dans un rayon de 7 m de leur propre but. Lorsque leur contrepartie quitte cette zone de 7 m, les joueurs peuvent revenir aider leurs coéquipiers, mais doivent reprendre une défense serrée dès que leur contrepartie revient dans la zone des 7 m. Le joueur qui ne fait pas une défense serrée commet une faute personnelle.
- ✓ Aucun coaching actif pendant une partie. L'entraîneur communique avec les joueurs seulement sur le banc, après un but, pendant les pauses techniques et entre les périodes. La première infraction donne lieu à un carton jaune contre l'entraîneur-chef, les infractions suivantes donnent lieu à un tir de pénalité de l'équipe adverse.
- ✓ Après un renversement du jeu (p. ex. ballon intercepté, mauvaise passe, faute offensive), la première passe ne peut être dirigée vers le gardien de but. Une telle manœuvre constitue une faute de retour en zone.
- ✓ Une fois que le ballon a traversé la ligne médiane, le ballon ne doit pas revenir en arrière vers un coéquipier situé dans la zone défensive (retour en zone au basket-ball). Une telle manœuvre constitue une faute de retour en zone.
- ✓ Aucun corner. Un tir raté donne automatiquement lieu à une remise au jeu du gardien.

Éléments à prendre en compte en entraînement et en compétition :

- ✓ Les athlètes à ce stade de leur développement doivent s'efforcer de consolider les bases et doivent être initiés et commencer à travailler à l'acquisition des habiletés avancées et spécifiques aux positions de jeu en water-polo.
- ✓ L'entraîneur doit s'intéresser particulièrement aux différences de croissance et de développement (surtout entre les athlètes masculins) et doit être conscient du pic de croissance et de l'arrivée de la puberté tant chez les garçons que les filles.
- ✓ On recommande que les athlètes jouent 1 partie par jour, mais on peut leur faire jouer 2 parties la même journée à condition qu'ils aient au moins 5 heures pour se reposer entre les parties.
- ✓ Les parties de la saison régulière (d'une ligue) ou les tournois à la ronde peuvent se conclure par l'égalité des points.
- ✓ S'il y a égalité des points à la fin des périodes régulières d'une partie de qualification (donc s'il faut nommer une équipe gagnante), la partie se poursuivra par une [32]période supplémentaire à but unique.
- ✓ Le programme doit offrir des entraînements dehors lorsque c'est possible.
- ✓ Pour obtenir plus d'information sur ce stade de développement, consultez en ligne les ressources sur le DLTA de WPC à www.waterpolo.ca/resourcesdlta.aspx et l'annexe D : Sommaire du cadre du DLTA.

[32] Prolongation qui se termine dès qu'une équipe compte le but qui lui fait gagner la partie.

Types et calendrier des compétitions :

Mois	Septembre				Octobre					Novembre				Décembre			Janvier					Février		Mars				Avril					Mai				Juin				Juillet					Août			
Semaines	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
Période	PRÉPARATION										COMPÉTITION						PAUSE	PRÉPARATION						COMPÉTITION														TRANSITION				PRÉPARATION										
Phase	GÉNÉRALE				SPÉCIFIQUE						COMPÉTITION						PAUSE	SPÉCIFIQUE						COMPÉTITION														TRANSITION				GÉNÉRALE										
Compétitions	BLOCS ÉTABLIS EN FONCTION DES BESOINS PERSONNELS 5 ENTRAÎNEMENTS PAR SEMAINE										**LIGUES PROVINCIALES** 2 JOURS D'ENTRAÎNEMENT, 1 DE REPOS, 1 D'ENTRAÎNEMENT, 2 DE COMPÉTITON, 1 DE REPOS						CHAMPS PROVINCIALE D'HIVER		BLOCS ÉTABLIS EN FONCTION DES BESOINS PERSONNELS 5 ENTRAÎNEMENTS/ SEMAINE						**LIGUES PROVINCIALES** 2 JOURS D'ENTRAÎNEMENT, 1 DE REPOS, 1 D'ENTRAÎNEMENT, 2 DE COMPÉTITON, 1 DE REPOS												CHAMPS CANADIENS EST/OUEST								ENTRAÎNEMENT EN AUTRE ACTIVITÉS OU PROGRAMME D'ÉTÉ										

LÉGENDE DES COMPÉTITIONS

- Niveau maximum selon le phase
- Compétition préparatoire
- Aucun niveau maximum
- Pause/Transition

[33] **Ratio optimal entraînement-compétition :** 80 % entraînement – 20 % compétition

Phase de préparation	Phase de compétition
3 jours d'entraînement; 1 jour de repos; 2 jours d'entraînement; 1 jour de repos : 5 en piscine (90-120 min) + 2-3 hors piscine (30-45 min)	2 jours d'entraînement; 1 jour de repos; 1 jour d'entraînement; **2 jours de compétition**; 1 jour de repos : 3 en piscine (90-120 min) + 2 en piscine les jours de parties (45-60 min) + 1-2 hors piscine (30-45 min)

[33] Voir dans le Glossaire la définition d'entraînement et de compétition.

Bases compétitives avancées (garçons, 14 à 16~ ans; filles, 13 à 15~ ans)

Philosophie : Perfectionnement des bases compétitives

Groupes d'âge : 16 ans et moins; filles et garçons séparés

Profil de compétition : **Excellence**

Principes directeurs :

- ✓ Bâtir la base compétitive
- ✓ Évoluer vers la spécialisation
- ✓ Premières étapes du sport modifié
- ✓ Promotion de la compétition locale
- ✓ Séparation des équipes de filles et de garçons
- ✓ Jumelage de compétences et habiletés semblables
- ✓ Arrivée de nouveaux participants
- ✓ Suivi de la croissance (physique, mentale, cognitive et émotionnelle)
- ✓ Plus d'entraînements que de compétitions
- ✓ Double périodisation

Type d'entraîneur : L'Entraîneur compétitif avancé (PNCE Compétition – Introduction)

Type d'arbitre : Arbitre provincial

Structure du jeu :

					[34] Taille du champ de jeu		
Sexe	**Parties**	**Taille de l'équipe**	**Durée de la partie**	[35]**Taille du ballon**	**Longueur**	**Largeur**	**Dimensions du but**
Garçon	6 c. 6 + GDB	Min 11 Max 14	[36]4 x 8 min	Mikasa série 6000 ou 5500	25-30 m	13-20 m	Règlement FINA (WP 2) L : 3 m h : 0,9 m de l'eau
Fille				Mikasa série 6009 ou 5509	23-25 m	13-20 m	

GDB = gardien de but

Règles de jeu modifiées :

- ✓ Pause technique à la moitié de chaque période et changement des joueurs à toutes les positions. C'est la seule pause permise et c'est l'arbitre qui la demande.
- ✓ Les substitutions sont permises uniquement à la pause technique et à la pause entre les périodes. Aucun joueur ne peut rester dans l'eau pendant plus d'une période consécutive. Les exceptions sont permises dans les circonstances suivantes : 3 fautes personnelles; blessures; disqualification; ou brutalité.

[34] La longueur se mesure d'une ligne de but à une autre.
[35] Mikasa n'est qu'un fournisseur parmi d'autres. Un ballon de même taille d'un autre fournisseur convient aussi.
[36] Quatre périodes de 8 minutes chronométrées, et pauses de 2 minutes entre la 1re et la 2e période, de 3 minutes à la mi-temps et de 2 minutes entre la 3e et la 4e période.

- ✓ Les joueurs doivent adopter une formation de défense serrée dans un rayon de 8 m de leur propre but. Lorsque leur contrepartie quitte cette zone de 8 m, les joueurs peuvent revenir aider leurs coéquipiers, mais doivent reprendre une défense serrée dès que leur contrepartie revient dans la zone des 8 m. Le joueur qui ne fait pas une défense serrée commet une faute personnelle.
- ✓ Aucun coaching actif pendant une partie. L'entraîneur communique avec les joueurs seulement sur le banc, après un but, pendant les pauses techniques et entre les périodes. La première infraction donne lieu à un carton jaune contre l'entraîneur-chef, les infractions suivantes donnent lieu à un tir de pénalité de l'équipe adverse.
- ✓ Après un renversement du jeu (p. ex. ballon intercepté, mauvaise passe, faute offensive), la première passe ne peut être dirigée vers le gardien de but. Une telle manœuvre constitue une faute de retour en zone.
- ✓ Une fois que le ballon a traversé la ligne médiane, le ballon ne doit pas revenir en arrière vers un coéquipier situé dans la zone défensive (retour en zone au basket-ball). Une telle manœuvre constitue une faute de retour en zone.
- ✓ Aucun corner. Un tir raté donne automatiquement lieu à une remise au jeu du gardien.

Éléments à prendre en compte en entraînement et en compétition :

- ✓ Les athlètes à ce stade de leur développement doivent continuer de consolider les bases et les habiletés couvertes aux stades précédents ainsi qu'acquérir et developer de nouvelles habiletés avancées et spécifiques aux positions de jeu en water-polo. L'entraînement doit inclure la mise en forme (force et vitesse) et des liens entre l'entraînement et la compétition.
- ✓ L'entraîneur doit s'intéresser particulièrement aux différences de croissance et de développement (surtout entre les athlètes masculins) et doit être conscient du pic de croissance et de l'arrivée de la puberté tant chez les garçons que les filles.
- ✓ On recommande que les athlètes jouent 1 partie par jour et un maximum de 5 parties par période de 4 jours.
- ✓ Les parties de la saison régulière (d'une ligue) ou les tournois à la ronde peuvent se conclure par l'égalité des points.
- ✓ S'il y a égalité des points à la fin des périodes régulières d'une partie de qualification (donc s'il faut nommer une équipe gagnante), la partie se poursuivra par une [37]période supplémentaire à but unique.
- ✓ Le programme doit offrir des entraînements dehors lorsque c'est possible.
- ✓ Pour obtenir plus d'information sur ce stade de développement, consultez en ligne les ressources sur le DLTA de WPC à www.waterpolo.ca/resourcesdlta.aspx et l'annexe D : Sommaire du cadre du DLTA.

[37] Prolongation qui se termine dès qu'une équipe compte le but qui lui fait gagner la partie.

Types et calendrier des compétitions :

Mois	Septembre				Octobre					Novembre			Décembre			Janvier					Février				Mars				Avril				Mai				Juin				Juillet					Août			
Semaines	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
Période	PRÉPARATION										COMPÉTITION						PAUSE	COMPÉTITION																					PA	PRÉP			CO	PRÉPARATION				COMP		TR	
Phase	GÉNÉRALE						SPÉCIFIQUE				COMPÉTITION						PAUSE	COMPÉTITION																					PA	SP			CO	SPÉCIFIQUE				COMP		TR	
Compétitions	BLOCS ÉTABLIS EN FONCTION DES BESOINS PERSONNELS 6-8 ENTRAÎNEMENTS PAR SEMAINE (6 JOURS D'ENTRAÎNEMENT ET 1 JOUR DE PAUSE)										**LIGUE NATIONALE** 4 JOURS D'ENTRAÎNEMENT, 2 DE COMPÉTITON, 1 DE REPOS							**LIGUE NATIONALE** 4 JOURS D'ENTRAÎNEMENT, 2 DE COMPÉTITON, 1 DE REPOS																	CHAMPS DES ASSOCIATIONS	BLOCS ÉTABLIS		CHAMPS CANADIENS		ENTRAÎNEMENTS AVEC LES ÉQUIPES PROVINCIALES			COUPE JEUNESSE	ENTRAÎNEMENT AVEC LES ÉQUIPES NATIONALES				COMPÉTITION INTERNATIONALE			

LÉGENDE DES COMPÉTITIONS
Niveau maximum selon la phase
Compétition préparatoire
Aucun niveau maximum
Pause/Transition

[38] **Ratio optimal entraînement-compétition :** 80 % entraînement – 20 % compétition

Phase de préparation	Phase de compétition
6 jours d'entraînement; 1 jour de repos : 6-8 en piscine (90-120 min) + 2-3 hors piscine (30-45 min)	4 jours d'entraînement; **2 jours de parties**; 1 jour de repos : 4-5 entraînements en piscine (90-120 min) + 2 en piscine les jours de compétition (45-60 min) + 1-2 hors piscine (30-45 min)

[38] Voir dans le Glossaire la définition d'entraînement et de compétition.

S'entraîner à la compétition (garçons : 16 à 19~ ans; filles, 15 à 18~ ans)

Philosophie : Compétition

Groupes d'âge : 18 ans et moins (ciblant les athlètes âgés de 16 à 18 ans); garçons et filles séparés

Profil de compétition : Excellence

Principes directeurs :

- ✓ Optimisation du fonctionnement de la « machine » et habilités particulières à une position
- ✓ Apprentissage de la compétition en toute circonstance
- ✓ Séparation des équipes masculines et féminines
- ✓ Suivi de la croissance – maturité tardive
- ✓ Promotion des compétitions canadiennes
- ✓ Promotion de l'étudiant athlète au Canada
- ✓ Plus d'entraînements que de compétitions
- ✓ Jumelage de compétences et habiletés semblables
- ✓ Périodisation double

Type d'entraîneur : L'Entraîneur professionnel (PNCE Compétition – Développement)

Type d'arbitre : Arbitre national

Structure du jeu :

					[39]Taille du champ de jeu		
Sexe	**Partie**	**[40]Taille de l'équipe**	**Durée de la partie**	**[41]Taille du ballon**	**Longueur**	**Largeur**	**Dimensions du but**
Homme	6 c. 6 + GDB	Min 11 Max 14	[42]4 x 9 min	Mikasa série 6000 ou 5500	30 m	20 m	Règles FINA (WP 2) L : 3 m H : 0,9 m de l'eau
Femme				Mikasa série 6009 ou 5509	25 m	20m	

GDB = gardien de but

Règles de jeu modifiées :

- ✓ Aucun coaching actif pendant une partie. L'entraîneur communique avec les joueurs seulement sur le banc, après un but, pendant les pauses techniques et entre les périodes. La première infraction donne lieu à un carton jaune contre l'entraîneur-chef, les infractions suivantes donnent lieu à un tir de pénalité contre l'équipe adverse.

[39] La longueur se mesure d'une ligne de but à une autre.
[40] On recommande aux équipes d'avoir deux gardiens de but.
[41] Mikasa n'est qu'un fournisseur parmi d'autres. Un ballon de même taille d'un autre fournisseur convient aussi. .
[42] Quatre périodes de 9 minutes chronométrées, avec des pauses de 2 minutes entre la 1re et la 2e période, de 3 minutes à la mi-temps et de 2 minutes entre la3e et la 4e période.

Éléments à prendre en compte en entraînement et en compétition :

- ✓ À ce stade de leur développement, les athlètes doivent perfectionner et raffiner toutes les habiletés avancées en water-polo spécifiques à une position, suivre un entraînement physique adapté à leurs besoins précis et aux compétitions auxquelles ils participeront.
- ✓ Les athlètes jouent une partie par jour et ont au moins 10 heures de repos entre les parties. Une séance d'entraînement le jour de la compétition doit avoir lieu; elle doit se tenir au moins 6 heures avant la partie.
- ✓ Les parties de la saison régulière (d'une ligue) ou les tournois à la ronde peuvent se conclure par l'égalité des points.
- ✓ S'il y a égalité des points à la fin des périodes régulières d'une partie de qualification (donc s'il faut nommer une équipe gagnante), la partie se poursuivra selon les procédures établies de la FINA.
- ✓ Le programme doit offrir des entraînements dehors lorsque c'est possible.
- ✓ Pour obtenir plus d'information sur ce stade de développement, consultez en ligne les ressources sur le DLTA de WPC à www.waterpolo.ca/resourcesdlta.aspx et l'annexe D : Sommaire du cadre du DLTA.

Types et calendrier des compétitions :

Mois	Septembre				Octobre					Novembre				Décembre			
Semaines	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Période	PRÉPARATION										COMPÉTITION						PAUSE
Phase	GÉNÉRALE						SPÉCIFIQUE				COMPÉTITION						PAUSE
Compétitions	BLOCS ÉTABLIS EN FONCTION DES BESOINS PERSONNELS 8-9 ENTRAÎNEMENTS PAR SEMAINE (6 JOURS D'ENTRAÎNEMENT ET 1 JOUR DE PAUSE)										**LIGUE NATIONALE** 4 JOURS D'ENTRAÎNEMENT, 2 DE COMPÉTITON, 1 DE REPOS						

Mois	Janvier					Février				Mars				Avril					Mai				Juin				Juillet					Août			
Semaines	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
Période	COMPÉTITION																						PA	PRÉP			CO	PRÉPARATION				COMP		TR	
Phase	COMPÉTITION																						PA	SP			CO	SPÉCIFIQUE				COMP		TR	
Compétitions	**LIGUE NATIONALE** 4 JOURS D'ENTRAÎNEMENT, 2 DE COMPÉTITON, 1 DE REPOS																		CHAMPS DES ASSOCIATIONS	BLOCS ÉTABLIS	CHAMPS CANADIENS			ENTRAÎNEMENTS AVEC LES ÉQUIPES PROVINCIALES			COUPE JEUNESSE	ENTRAÎNEMENT AVEC LES ÉQUIPES NATIONALES				COMPÉTITION INTERNATIONALE			

LÉGENDE DES COMPÉTITIONS
Niveau maximum selon le phase
Compétition préparatoire
Aucun niveau maximum
Pause/Transition

[43] **Ratio optimal entraînement-compétition :** 80 % entraînement – 20 % compétition

Phase de préparation	Phase de compétition
6 jours d'entraînement; 1 jour de repos : 8-9 entraînements en piscine (90-120 min) + 3-4 hors piscine (30-45 min)	4 jours d'entraînement; **2 jours de compétition**; 1 jour de repos : 6 entraînements en piscine (90-120 min) + 2 entraînements en piscine les jours de compétition (45-60 min) + 2-3 hors piscine (30-45 min)

[43] Voir dans le Glossaire la définition d'entraînement et de compétition.

S'entraîner à performer (hommes, 19 à 25 ans~; femmes, 18 à 23 ans~)

Philosophie : Vers l'excellence

Groupes d'âge : Ligue semi-professionnelle (groupe cible : 18 ans et plus)

Profil de compétition : **Excellence**

Principes directeurs :

- ✓ Optimisation du fonctionnement de la « machine » et des habilités particulières
- ✓ Promotion de l'étudiant athlète canadien
- ✓ Importance des résultats de l'équipe supérieure à celle de l'individu
- ✓ Avantages pour les athlètes de côtoyer des athlètes plus compétents en entraînement ou compétition
- ✓ Plus d'entraînements que de compétitions
- ✓ Double périodisation

Type d'entraîneur : Entraîneur de compétition national du PNCE Compétition – Développement avancé et diplôme de l'Institut national de formation des entraîneurs

Type d'arbitre : Arbitre national ou international (UANA et FINA)

Structure du jeu :

					[44]Taille du champ de jeu		
Sexe	**Parties**	**Taille de l'équipe**	**Durée des parties**	**Taille du ballon**	**Longueur**	**Largeur**	**Dimensions du but**
Homme	6 c. 6 + GDB	Max 13	[45]4 x 8 min	Mikasa série 6000	30 m	20 m	Règles de la FINA (WP 2) L : 3m h : 0,9 m de l'eau
Femme				Mikasa série 6009	25 m	20 m	

GDB= gardien de but

Éléments à prendre en compte en entraînement et en compétition :

- ✓ À ce stade de leur développement, les athlètes doivent perfectionner et raffiner toutes les habiletés et tactiques de water-polo, s'entraîner à occuper une position spécifique et se concentrer sur la performance de l'équipe plutôt que sur sa performance personnelle.
- ✓ Les athlètes jouent une partie par jour et ont au moins 12 heures de repos entre les parties. Une séance d'entraînement le jour de la compétition doit avoir lieu; elle doit se tenir au moins 6 heures avant la partie.
- ✓ Pour obtenir plus d'information sur ce stade de développement, consultez en ligne les ressources sur le DLTA de WPC à www.waterpolo.ca/resourcesdlta.aspx et l'annexe D : Sommaire du cadre du DLTA.

[44] La longueur se mesure d'une ligne de but à une autre.
[45] Quatre périodes de 8 minutes chronométrées, avec des pauses de 2 minutes entre la 1re et la 2e période, de 5 minutes à la mi-temps et de 2 minutes entre la 3e et la 4e période.

Structure et calendrier des compétitions :

Le Groupe de travail d'examen des compétitions s'est basé sur l'interprétation des résultats de l'annexe A (Analyse FFOM) le nombre d'athlètes individuels participant aux championnats nationaux et l'âge correct moyen des athlètes figurant à l'annexe B (tableaux et figures) pour conclure qu'il n'y a pas en ce moment assez d'athlètes, de milieux appropriés à l'entraînement et de capacités dans les clubs pour former une ligue semi-professionnelle capable de préparer les athlètes au stade Vivre pour gagner – là où ils pourraient dire « À nous le podium ». Nous sommes toutefois conscients de l'importance de créer une ligue de premier plan où les jeunes athlètes trouveront des modèles et verront régulièrement des parties de water-polo de haut niveau. Le plan vise la mise en place d'une ligue semi-professionnelle comprenant 6 équipes; les détails restent à préciser.

Mois	Septembre				Octobre					Novembre				Decembre				Janvier					Février				Mars				Avril				Mai				Juin				Juillet					Août			
Semaines	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
Période	PRÉPARATION				COMPÉTITION																													PAUSE																			
Phase	GÉNÉRALE				SPÉCIFIQUE	COMPÉTITION																												PAUSE																			
Compétitions	BLOCS ÉTABLIS EN FONCTION DES BESOINS **S'entraîner à performer** 5-6 ENTRAINEMENTS/ SEMAINES **Vivre pour gagner** 8-9 ENTRAÎNEMENTS/ SEMAINES					**LIGUE SÉNIOR SEMI-PROFESSIONNELLE** 4 JOURS D'ENTRAÎNEMENT, 2 DE COMPÉTITION, 1 DE REPOS																											CHAMPS CANADIENS			CALENDRIER INTERNATIONAL CENTRALIZATION DES ÉQUIPES NATIONALES SÉNIOR ET JUNIOR																			

LÉGENDE DES COMPÉTITIONS
Niveau maximum selon le phase
Compétition préparatoire
Aucun niveau maximum
Pause/Transition

Compétition pour la vie (~13 ans et plus)

Philosophie : Entraînement et compétition

Groupes d'âge : Les groupes d'âge peuvent varier d'une province à l'autre – 14 ans et moins; 16 ans et moins; 18 ans et moins; séniors; universitaires; maîtres

Profil de compétition : CPV

Principes directeurs :

- ✓ Adaptation à la fourchette d'habiletés
- ✓ Jumelage de compétences et habiletés semblables
- ✓ Séparation des équipes masculines et féminines
- ✓ Sport modifié
- ✓ Adapter le ratio entraînement compétition aux besoins
- ✓ Programme de saison

Type d'entraîneur : Entraîneur de compétition (PNCE Compétition – Introduction)

Type d'arbitre : Arbitre provincial

Structure du jeu :

					[46]Taille du champ de jeu		
Sexe	**Parties**	**Taille de l'équipe**	**Durée des parties**	[47]**Taille du ballon**	**Longueur**	**Largeur**	**Dimensions du but**
Homme	6 c. 6 + gardien de but	Min 11 Max 15	[48]4 x 7 min	Mikasa série 6000 ou 5500	23-25 m	13-20 m	Règles FINA (WP 2) L : 3 m h : 0,9 m de l'eau
Femme				Mikasa série 6009 ou 5509			

- ✓ Taille de l'équipe et nombre d'athlètes dans l'eau dépendent de l'aire de jeu. Moins l'aire est grande (longueur x largeurs), moins il peut y avoir de joueurs dans l'eau et sur le banc. Le maximum permis, peu importe l'aire de jeu, est de 6 contre 6.

Règles de jeu modifiées :

- ✓ Pour les plus jeunes de ce profil, utiliser les règles modifiées décrites dans le stade de développement et le profil Bases compétitives (garçons, 12 à 16 ans; filles, 11 à 15 ans.
- ✓ Pour tous les autres âges, les règles du jeu sont celles de la FINA; elles peuvent cependant être modifiées en raison des besoins régionaux de développement du sport.

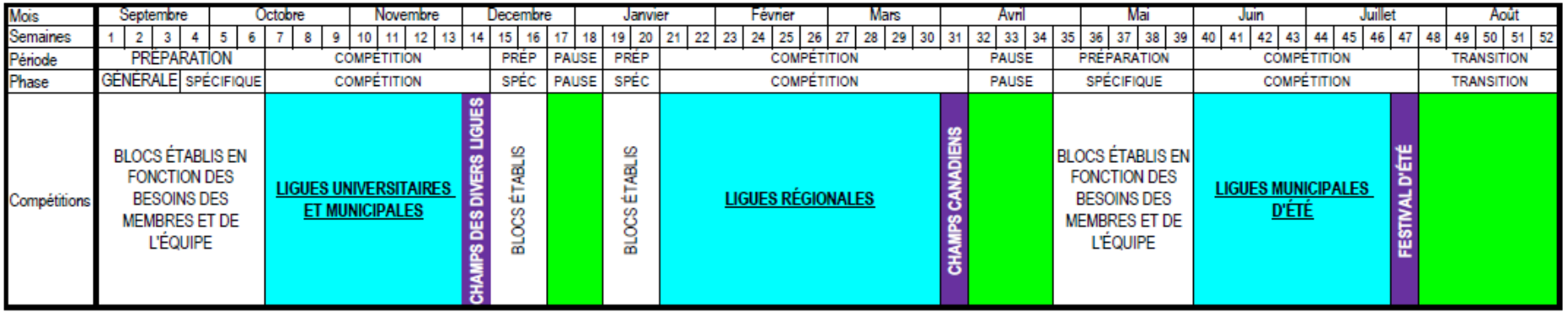
Éléments à prendre en compte en entraînement et en compétition :

- ✓ Les clubs et les OPS doivent mettre en place des programmes de saison, puisque le water-polo n'est peut-être pas la priorité des athlètes de ce profil. Les programmes doivent cependant s'aligner au mieux sur le profil **Excellence** , parce que de nouveaux athlètes devraient pouvoir s'initier au sport et bénéficier de possibilités d'entraînement et de compétition suffisantes pour passer au profil **Excellence**.
- ✓ Pour ces athlètes, un maximum de 2 parties par jour avec au moins 4 heures de repos entre les parties est recommandé; 5 parties au maximum en 72 heures.

[46] Toute piscine disponible. Taille maximale de l'aire de jeu : 25 m x 20 m. Profondeur minimum : eau profonde.
[47] Mikasa n'est qu'un fournisseur parmi d'autres. Un ballon de même taille d'un autre fournisseur convient aussi.
[48] Quatre périodes de 7 minutes chronométrées et 2 minutes de pause entre chaque période.

Structure et calendrier des compétitions :

- ✓ Ce sont les OPS qui doivent établir le calendrier de compétition de chaque groupe d'âge dans ce profil. Tout comme le calendrier national tient compte des calendriers de l'équipe nationale et de la FINA, il faut que chaque calendrier provincial tienne compte du calendrier national. C'est une mesure essentielle à l'alignement des systèmes.
- ✓ On recommande d'aligner les calendriers de compétition des séniors (19 ans et plus) et des maîtres avec le calendrier qui suit. Le festival d'été doit inclure des athlètes de 10 ans et moins et des 12 ans et moins (Base technique) ainsi que des maîtres (athlètes masculins et athlètes féminines séparés ou non).



LÉGENDE DES COMPÉTITIONS
Niveau maximum selon le phase
Compétition préparatoire
Aucun niveau maximum
Pause/Transition

[49] **Ratio optimal entraînement-compétition :** Adapté aux besoins

	Phase de préparation	Phase de compétition
Plus jeunes	3 jours d'entraînement; 1 jour de repos; 2 jours d'entraînement; 1 jour de repos : 5 en piscine (90-120 min) + 2-3 hors piscine (30-45 min)	2 jours d'entraînement; 1 jour de repos; 1 jour d'entraînement; **2 jours de compétition**; 1 jour de repos : 3 en piscine (90-120 min) + 2 les jours de compétition (45-60 min) + 1-2 hors piscine (30-45 min)
Plus vieux	2-4 jours par semaine (60-120 min)	2-4 jours par semaine (60-120 min)

[49] Voir dans le Glossaire la définition d'entraînement et de compétition.

Vie active (~16 ans et plus)

Philosophie : Polo pour la vie

Groupes d'âge : Les groupes d'âge varient d'une province à l'autre – 16 ans et moins, 18 ans et moins, fin du secondaire et cégep; maîtres

Profil de compétition : VA

Principes directeurs :

- ✓ Plaisir de faire du sport en compétition, entraînement et échanges sociaux
- ✓ Adaptation à la fourchette d'habiletés
- ✓ Jumelage de compétences et habiletés semblables
- ✓ Accueil de nouveaux participants
- ✓ Sport modifié
- ✓ Programme de saison

Type d'entraîneur : Entraîneur communautaire du PNCE – participant au programme

Type d'arbitre : Arbitre régional

Structure du jeu :

				[50]Aire de jeu		
Parties	**Taille de l'équipe**	**Durée des parties**	**[51]Taille du ballon**	**Longueur**	**Largeur**	**Dimensions du but**
3 c. 3 + GDB	Min 4; Max 8	4 x 6 min et pause technique plus 2 minutes de repos entre les périodes	*Hommes :* Mikasa série 6000 ou 5500 *Femmes :* Mikasa série 6009 ou 5509	10-12 m	8-10 m	Règles de la FINA (WP 2) L : 3 m h : 0,9 m de l'eau
4 c. 4 + GDB	Min 5; Max 10			13-15 m	10-12 m	
5 c. 5 + GDB	Min 6; Max 12			16-20 m	13-15 m	
6 c. 6 + GDB	Min 7; Max 15			18-25 m	13-20 m	

GDB = gardien de but

- ✓ L'aire de jeu doit être adaptée aux compétences et habiletés (c'est-à-dire que les néophytes pourraient jouer à temps égal en eau peu profonde et en eau profonde).
- ✓ L'aire de jeu, le nombre d'athlètes dans l'eau et la durée des parties peuvent être modifiés pour favoriser la formation de nouvelles équipes et donner des chances égales de participer au sport (entre autres augmenter le nombre d'athlètes féminines ou provenant de minorités visibles).

Règles de jeu modifiées :

- ✓ Chaque OPS et club doit élaborer des règles modifiées dans ce profil de compétition pour favoriser la participation au sport la vie durant et permettre l'arrivée de nouveaux joueurs de tout âge.
- ✓ Règles modifiées pour favoriser une diminution des contacts physiques et le recours à une plus grande adresse.
- ✓ Chronomètre de 35 secondes recommandé.

Éléments à prendre en compte en entraînement et en compétition :

- ✓ Les clubs et les OPS doivent mettre en place des programmes de saison, puisque le water-polo n'est pas prioritaire dans ce profil. L'accent doit porter sur le plaisir, les échanges sociaux, l'entraînement appliqué (exercice) et la compétition (soit par jumelage de compétences et de qualités semblables).

[50] Toute piscine disponible. Taille maximale de l'aire de jeu : 25 m x 20 m.
[51] Mikasa n'est qu'un fournisseur parmi d'autres. Un ballon de même taille d'un autre fournisseur convient aussi.

ANNEXES

Annexe A : Analyse FFOD

La présente analyse FFOD est basée tant sur des données anecdotiques qu'empiriques. Les anecdotes sont tirées d'expériences vécues par les membres du Group de travail d'examen des compétitions. WPC a diffusé des sondages ciblés destinés aux OPS, clubs et entraîneurs en juillet et en août 2011 par l'entremise de son système de distribution par courriels et le réseau de communication OPS. Les résultats du sondage ont été recueillis en ligne par Survey Monkey. D'autres recherches sur l'état du water-polo au Canada ont été menées en analysant les données rassemblées à partir du système d'inscription des membres sur une période de 3 ans (2009-2010, 2010-2011 et 2011-2012) en plus de la participation des athlètes aux Championnats canadiens des clubs sur une période de 4 ans (2009, 2010, 2011 et 2012).

Les sondages et observations examinaient : 1) la compétition et le système d'entraînement pour le water-polo au Canada; 2) la compréhension et l'enseignement du modèle de Développement à long terme de l'athlète (DLTA); 3) les communications internes et externes à tous les niveaux; et 4) l'efficacité organisationnelle des clubs. Toutes les données et observations ont été classées dans 4 catégories : forces, faiblesses, occasions et défis.

Les forces et les faiblesses font allusion à toute observation ou donnée qui est contrôlée jusqu'à un certain degré par WPC, ou à l'inverse, ses intervenants. Les occasions et les défis concernent tout ce qui est externe au water-polo dans le réseau canadien.

Forces

- ✓ Le format ouvert des Championnats canadiens des clubs procure un objectif concurrentiel à tous les athlètes au Canada. Il permet aux athlètes de collectivités éloignées de participer à une compétition prestigieuse.
- ✓ L'adhésion suit une courbe de distribution normale pour le sport au Canada où la proportion des membres des catégories de 12 ans et moins, [52]Séniors et Maîtres est passée de 52 % en 2010 à 56 % en 2012. Le water-polo au Canada connaît un essor au niveau local et conserve ses membres dans les programmes **VA** et **CPV** chez les 19 et plus.
- ✓ Les catégories 14 ans et moins, 16 ans et moins et Maîtres ont connu une augmentation constante pendant les périodes de 2009-2010, 2010-2011 et 2011-2012.
- ✓ En raison du manque de données, il n'y a aucun effet de l'âge relatif apparent[53] dans le water-polo. Aucun athlète n'est laissé pour compte. Plus de 70 % des clubs choisissent leur équipe en fonction des personnes qui s'inscrivent. En date de 2011, 44 % des athlètes de l'équipe nationale sénior féminine étaient nées au 3e trimestre de l'année (juillet-septembre), tandis que 78 % des athlètes sont nées une année paire. Ces athlètes ont toutes grandi dans un système d'équipe

[52] Les catégories Sénior et Maîtres comprennent les athlètes, entraîneurs, bénévoles et officiels.
[53] L'effet de l'âge relatif est une théorie selon laquelle ceux qui sont nés au premier trimestre de l'année (janvier-mars) – en prenant le 31 décembre comme date butoir pour la segmentation par groupe d'âge – possèdent un avantage sur le plan du développement par rapport à ceux qui sont nés au dernier trimestre de l'année (octobre-décembre). Aux âges où la croissance est à son maximum, 12 mois fait une grosse différence, et selon la théorie, ceux qui arrivent à maturité plus tôt en raison du moment de l'année où ils nés sont choisis par les équipes d'élite en fonction de leur avantage sur le plan de la croissance et du développement plutôt que leur niveau d'habileté.

nationale d'année impaire. En 2011, 6 % des athlètes de l'équipe nationale sénior masculine étaient nés au 1er trimestre (janvier-mars) de l'année tandis que 23,6 % étaient nés au dernier trimestre (octobre-décembre). La majorité des athlètes (59 %) étaient nés au 2e trimestre (avril-juin) de l'année. Dans le programme masculin jeunesse (62 athlètes), il y avait un ratio de 45/55 entre athlètes nés une année paire et ceux nés une année impaire, et un ratio de 55/45 entre athlètes nés pendant la 1re moitié de l'année et ceux nés durant la 2e moitié. Bien que 64 % des athlètes de la catégorie jeunesse féminine étaient nées pendant la 1re moitié de l'année, 56 % des 37 athlètes étaient nées une année paire pendant un programme d'année impaire (nées en 1993 ou après).

- ✓ La LMWP a permis au groupe d'âge de 19 ans et plus de continuer à jouer au water-polo de manière rentable. 57 % (moyenne de 4 ans) des athlètes jouent seulement dans la LMWP et ne participent pas aux compétitions nationales séniores masculines et 63 % ([54]moyenne de 3 ans) des athlètes jouent seulement dans la LMWP et ne participent pas aux compétitions nationales séniores féminines.
- ✓ 60 % des OPS normalisent des règlements modifiés pour les enfants et les jeunes adolescents.
- ✓ 30 % des entraîneurs ont indiqué qu'ils séparent leurs groupes selon le stade de développement. Certains ont noté que même s'ils créent des groupes d'âge basés sur l'âge chronologique, ceux qui sont plus matures au niveau développemental jouent dans une catégorie d'âge supérieure.
- ✓ 30 % des entraîneurs (8 de 23 répondants) ont déjà commencé à mettre en œuvre certaines philosophies DLTA dans leurs opérations et planifications quotidiennes.
- ✓ 65 % des entraîneurs croient que les athlètes devraient participer à des entraînements et à de la compétition adaptés à leur développement. 56 % des entraîneurs estiment que le processus de comment gagné est plus important que le résultat final. Aucun entraîneur ne croit que le water-polo doit être le seul sport pour les participants de 12 ans et moins.
- ✓ 22 des 27 clubs ayant répondu ont indiqué qu'ils avaient un plan de recrutement/relève. Les 5 autres ont indiqué qu'ils constituaient la relève d'un autre club.

Faiblesses

- ✓ Étant donné l'absence d'une ligue professionnelle au Canada, ou la possibilité de pratiquer le water-polo de façon professionnelle à l'étranger, les jeunes joueurs de water-polo ne sont pas tentés de faire carrière dans ce sport. Ils n'ont aucune idole à admirer.
- ✓ Il n'y a aucune régularité dans le nombre de semaines par saison pour chaque groupe d'âge. 75 % des OPS ont répondu que la saison du groupe d'âge des 10 ans et moins comptait 27-40 semaines; toutefois, 60 % des clubs ont indiqué que la saison dure 13-26 semaines. 100 % des OPS prétendent que les saisons des groupes d'âge de 14 ans et moins à sénior durent 27-40 semaines; à l'inverse, 40-60 % (selon le groupe d'âge) des clubs ont indiqué que leurs saisons comptaient de 27-40 semaines. Dans l'ensemble, la saison dure de 27-40 semaines pour la majorité des programmes.

[54] Les données des femmes sont basées sur une moyenne de 3 ans plutôt que la moyenne de 4 ans des hommes parce que le CCC féminin sénior été annulé en 2012, ce qui aurait biaisé la proportion d'athlètes féminines uniques de la LMWP.

- ✓ La durée de la saison des athlètes dans les stades de développement Bases compétitives et S'entraîner à la compétition est trop courte. Les athlètes comment à s'entraîner entre le milieu et la fin de septembre et terminent entre le milieu et la fin de mai – ce qui veut dire qu'il y a une saison de 7-8 mois et une période hors saison de 4-5 mois. Une saison de 7-8 mois ne donne pas assez de temps pour une phase d'entraînement préparatoire adéquate et une phase de compétition bien structurée. Les athlètes qui participent à la programmation d'une équipe provinciale ou nationale ont habituellement 4-6 semaines de repos (mai-juin) avant la centralisation ou l'entraînement d'été. De plus, les athlètes ne parviennent pas à obtenir suffisamment de temps d'entraînement et de compétition – pas assez d'entraînement délibéré au moment où ils devraient être parvenus aux stades S'entraîner à performer et Vivre pour gagner.
- ✓ Les CCC durent seulement 1 fin de semaine tandis que dans d'autres pays, ils s'étalent sur plusieurs mois.
- ✓ Le CCC masculin des 22 ans et moins et le CCC féminin sénior ont été annulés en 2008 parce que les athlètes de l'équipe nationale n'ont pas été libérés de leur club pour jouer au Canada en raison du tournoi de qualification olympique. La même chose est arrivée en 2012 pour le CCC masculin des 22 ans et moins et le CCC féminin sénior.
- ✓ La distribution des athlètes dans les centres d'entraînement pour femmes est très biaisée vers 2 clubs, et il est donc difficile d'intégrer ces athlètes dans un système de clubs.
- ✓ Le Water polo au Canada est en train de devenir qui peut payer par rapport à qui peut jouer. Les athlètes de 12 ans et moins et de 14 et moins sont forcés de quitter leur province pour jouer au water-polo. Le nombre maximum de fois qu'un club a indiqué avoir quitté la province à ce groupe d'âge est de 3 et 6 fois respectivement et les coûts de déplacement maximum pour ce groupe d'âge sont de 2 000 $ et 5 000 $ (en plus d'autres frais liés au water-polo). Chez les 16 ans et moins et les 18 ans et moins, le nombre maximum de fois qu'une équipe quitte la province pour jouer est de 6, ce qui engendre des coûts maximums de 6 000 et 6 500 $ pour les déplacements seulement.
- ✓ Les athlètes très performants paient entre 10 000 $-20 000 $/année pour jouer au water-polo au Canada (frais de club, frais de tournois invitation, frais des Championnats canadiens des clubs, frais de camp d'entraînement, frais de centre de développement national, frais d'équipe provinciale, frais d'équipe nationale).
- ✓
- ✓ Le modèle financier actuel pour la tenue des Championnats canadiens des clubs met beaucoup de pression sur le club hôte et l'expose à des risques financiers. Les frais de location d'une piscine varient grandement d'une province à une autre, tout comme les subventions à l'hébergement accordées par la ville hôte.

- ✓ Le nombre moyen d'athlètes jouant dans leur catégorie d'âge[55] par équipe au cours des 4 dernières années chez les garçons de 16 ans et moins est de 78 %; de 67 % chez les garçons de 18 ans et moins; 62 % chez les hommes de 22 ans et moins; 70 % chez les filles de 16 et moins; 57 % chez les filles de 18 et moins; 49% chez les femmes de 22 ans et moins.
- ✓ [56]Un seul événement des CCC au cours des 4 dernières années (23 événements en tout) avait une moyenne de 10 athlètes par équipe dont l'âge était le bon.
- ✓ Avec un format ouvert de CCC, le nombre d'équipes et d'athlètes dépend de l'emplacement. Plus d'équipes et d'athlètes participent quand les événements sont au Québec. De plus, plus d'athlètes et d'équipes participent quand les événements ont lieu dans de grandes villes (Vancouver, Calgary, Ottawa et Montréal). Le format ouvert rend l'établissement d'un budget difficile, mettant financièrement à risque WPC et le club hôte.
- ✓ Le format ouvert des Championnats canadiens des clubs permet aux jeunes athlètes de jouer même s'ils ne sont pas prêts au niveau développemental; de plus, dans le format ouvert, des athlètes qui ne s'entraînent pas autant que d'autres s'affrontent, ce qui donne parfois de grands écarts dans les pointages.
- ✓ Le nombre actuel de membres est inférieur à la moyenne annuelle en 22 ans, et ce nombre a grandement fluctué pendant cette période. [57]Il y a eu des baisses de l'effectif 14 années sur 22.
- ✓ Les taux annuels d'attrition et de rétention ainsi que les taux de croissance fluctuent d'une année à l'autre d'un groupe d'âge à l'autre. En raison de ce manque de régularité, il est difficile pour les clubs, les OPS et WPC de planifier 12-18 mois à l'avance. Ceci présente un risque financier élevé à chaque échelon de gouvernance.
- ✓ Le rôle de l'entraîneur dans les situations de partie n'est pas clair pour les entraîneurs et les parents. Une trop grande quantité d'interventions de l'entraîneur n'aide pas les participants à développer leurs capacités décisionnelles. Si l'on ajoute tout le bruit dans la piscine aux 2 entraîneurs qui crient, l'environnement qui en résulte n'est pas très positif pour les participants.
- ✓ Le manque de programmation dans les écoles primaires, secondaires et post-secondaires. Seulement 20 écoles secondaires dans le pays sont enregistrées auprès d'une OPS. Seulement 7 écoles post-secondaires au pays sont enregistrées auprès d'une OPS.
- ✓ Le manque de compétitions appropriées au stade de développement Bases compétitives et dans le profil **VA**. Le format des compétitions et les programmes ne sont pas faits pour les catégories **CPV** et **VA** chez les 15 ans et plus. Les adolescents ont de nombreux autres choix d'activités parascolaires. Le sport n'est peut-être pas la priorité pour ces participants, toutefois ces derniers doivent avoir accès aux programmes et aux compétitions pour promouvoir le sport.

[55] Un athlète jouant dans sa catégorie d'âge est défini comme une personne qui joue au bon niveau selon son âge chronologique. Par conséquent la catégorie des 16 ans et moins comprend des athlètes de 15 et 16 ans et la catégorie 18 ans et moins, des athlètes de 17 et 18 ans.
[56] Aux Championnats canadiens des clubs 2010 des garçons de 16 ans et moins à Regina, il y avait en moyenne 10 athlètes par équipe qui avaient 15 et 16 ans.
[57] Les données sur le nombre total de membres ont été recueillies de 1990-2012 inclusivement.

- ✓ Il n'y a pas de constance dans la définition et la prestation de la programmation pour les profils **Savoir-faire physique**, **VA**, **CPV** et **Excellence**. Il y a un écart important tant dans les OPS que chez les entraîneurs de club dans leurs réponses quant au nombre d'heures d'entraînement par semaine pour ces profils de compétition.
- ✓ La communication et la compréhension quant au DLTA sont faibles au sein des clubs. La majorité des clubs et des OPS n'ont pas organisé de sessionsséances d'information sur le DLTA et ses implications. La majorité des OPS indiquent que tous les membres de leur conseil d'administration possèdent un exemplaire du DLTA de WPC tandis que certaines OPS ont déclaré que moins de 25 % de leur conseil d'administration en avait un exemplaire. La majorité des OPS ont indiqué que leur président avait un exemplaire du DLTA de WPC. La plupart des clubs ont répondu qu'aucun membre de leur conseil d'administration n'avait un exemplaire du DLTA de WPC, ou au mieux, moins de 25 % en avaient un.
- ✓ Il n'y a pas de message ou d'outils réguliers de WPC pour aider les OPS et les clubs à éduquer leurs membres sur le DLTA et ses implications sur les activités quotidiennes du club.
- ✓ Les personnes sur le terrain (conseil d'administration des clubs, bénévoles, entraîneurs, etc.) n'ont pas une bonne compréhension du DLTA et de ses implications sur les activités quotidiennes de leur club. 60 % des entraîneurs n'ont pas commencé à intégrer les principes du DLTA dans leurs activités et planification quotidiennes.
- ✓ Seule 1 OPS possède le document du modèle de développement de l'athlète.
- ✓ 80 % des OPS ne normalisent pas le nombre de parties par équipe par saison, le ratio entrainements/compétitions, le nombre total de parties à être jouées par une équipe dans un tournoi, les dates des tournois/ligues, les dates de début et de fin de la saison et des recommandations quant aux compétitions mixtes. 60 % ne normalisent pas les directives sur l'équipement modifié pour les enfants et les adolescents.
- ✓ 60 % des entraîneurs indiquent qu'ils jouent 2 parties par jour tandis que 13 % jouent 3+ parties par jour pendant les années de croissance maximale; toutefois, les athlètes de haut niveau (qui sont au sommet de leur condition physique) jouent une fois aux 2 jours (événements invitation une fois par jour). Seulement 2 OPS dans les groupes des 10 ans et moins, 1 chez les 12 ans et moins 1 dans la catégorie 14 ans et moins, offrent un format de ligue avec 1 partie de jouée par équipe dans une journée. 100 % des OPS offrent le format tournoi avec plusieurs parties jouées en 1 journée – cela comprend le profil récréatif et compétitif/excellence chez les 16 ans et moins et chez les plus vieux. 60 % des OPS ne normalisent pas le nombre maximum de parties qu'une équipe a le droit de jouer dans 1 journée. 100 % des OPS ne normalisent pas le temps de repos et de récupération entre les parties.
- ✓ 75 % des entraîneurs ont indiqué qu'ils jouent 4 x 7 min dans la catégorie 10 ans et moins et 67 % ont répondu la même chose pour le niveau 12 ans et moins. 30 % des entraîneurs disent qu'ils jouent 4 x 8 min pour les 16 ans et moins et 20 %, la même chose pour le niveau des 18 ans et moins.
- ✓ Selon les résultats du sondage, des parties sont jouées sur une base régulière de septembre à mai, ce qui ne donne pas de véritable phase d'entraînement préparatoire pour les athlètes.

- ✓ 80 % des entraîneurs ont indiqué qu'ils choisissent les compétitions en fonction de leur emplacement; à l'inverse seulement 50 % choisissent les compétitions selon la période spécifique de l'année.
- ✓ 55 % des clubs disent que la raison pour laquelle ils offrent des tournois à des périodes spécifiques de l'année, c'est parce que c'est comme ça que ça s'est toujours fait. Aucun tournoi n'est organisé en fonction des besoins de planification et d'entraînement des athlètes.
- ✓ 100 % des OPS offrent [58] des compétitions mixtes dans le groupe des 14 et moins, 60 % dans la catégorie 16 ans et moins et 80 % chez les 18 et moins. La majorité des sports offrent des compétitions spécifiques au sexe à tous les âges; par conséquent, il existe beaucoup d'autres occasions athlétiques pour les femmes au niveau local.
- ✓ 30 % des entraîneurs croient qu'il faut jouer le plus de parties possible sans égard à la qualité. 34 % des entraîneurs croient que les athlètes ont un talent naturel qu'il faut exploiter quand ils sont jeunes tandis que seulement 8 % croient à la règle[59] des 10 000 heures et à l'importance des entraînements délibérés.
- ✓ 56 % des entraîneurs séparent leurs groupes d'âge selon l'âge chronologique.
- ✓ Au sein des clubs, les entraîneurs ne travaillent pas en harmonie pour développer les athlètes à long terme. 30 % des entraîneurs ont indiqué qu'ils travaillent indépendamment les uns des autres et créent leurs propres objectifs. 39 % élaborent leur propre plan. Seulement 30 % des entraîneurs ont répondu que l'entraîneur en chef/directeur technique détermine le plan d'entraînement pour chaque groupe et que ce plan suit le guide du DLTA de WPC. Les répondants des clubs croient qu'il y a plus de cohésion entre les entraîneurs dans leur club que ce que les entraîneurs ont indiqué. 34 % des clubs croient que leurs entraîneurs travaillent ensemble à l'élaboration des programmes d'entraînement pour le bien-être à long terme de l'athlète individuel c. 26 % des entraîneurs. Seulement 15 % des répondants des clubs croient que leurs entraîneurs travaillent indépendamment les uns des autres. 30 % des entraîneurs.
- ✓ 26 % des clubs et 25 % des entraîneurs ont indiqué qu'il y avait un plan de relève pour l'entraîneur-chef/directeur technique. 56 % des clubs ont un plan de relève pour le président et les autres principaux administrateurs, toutefois 26 % des entraîneurs sont d'accord avec cet énoncé. 28 % des clubs ont indiqué qu'ils n'ont aucun plan de relève, toutefois 39 % des entraîneurs disent que leur club n'a aucun plan de relève.
- ✓ La plupart des entraîneurs des catégories 16 ans et moins et 18 ans et moins ont indiqué qu'ils s'entraînent en moyenne 4-5 fois par semaine.

[58] Les recherches menées par le groupe d'experts canadiens « Le sport c'est pour la vie » ont découvert que l'entraînement et la compétition mixtes n'étaient pas bénéfiques après l'âge de 10 ans.

[59] Des recherches approfondies ont été menées au cours des 60 dernières années dans le domaine de la pratique volontaire et la règle des 10 000 heures. La théorie selon laquelle le talent naturel n'existerait pas et que les experts dans n'importe quel domaine seraient formés grâce à des années de pratique volontaire continue de faire l'objet de recherche.

- ✓ [60]Peut d'entraîneurs suivent les principes de périodisation. 91 % des entraîneurs sondés ne varient pas la fréquence des entraînements durant la phase d'entraînement. 1 entraîneur a dit qu'il tenait plus d'entraînements durant la phase de compétition et seulement 1 entraîneur offre plus d'entraînements durant la phase préparatoire.
- ✓ Bien que 81 % des répondants des clubs aient indiqué qu'ils ont un plan de recrutement/programme de relève, ils se fient surtout au bouche-à-oreille, aux affiches et aux journées d'essais ou d'initiation. Il n'y a pas de programme ciblé où la participation est simple pour les enfants de 6-12 ans.
- ✓ 30 % des entraîneurs ont répondu qu'ils n'ont jamais participé à un atelier du PNCE. Un autre 8 % a indiqué avoir participé à un atelier du PNCE une fois au cours des 5 dernières années et 8 % une fois au cours des 10 dernières années. Seulement 34 % des entraîneurs participent à des ateliers du PNCE sur une base annuelle. 80 % des OPS n'ont pas de normes minimales de PNCE pour les catégories des 10 et moins, 12 ans et moins 14 et moins. 60 % n'ont pas de normes pour les catégories des 16 et moins et 18 et moins. En raison de ces résultats, il est difficile pour WPC d'utiliser le PNCE comme outil d'enseignement du DLTA.

Occasions

- ✓ En raison des Jeux olympiques de Vancouver 2010 – et du succès des athlètes à ces jeux – le gouvernement du Canada a beaucoup investi dans les sports olympiques ciblant ceux qui représentent des possibilités de médaille aux Jeux olympiques et Championnats du monde. Le water-polo chez les femmes a été un sport ciblé dans le cadre du programme À nous le podium depuis sa création.
- ✓ Les ministères du Tourisme fourniront des subventions pour les événements d'envergure qui génèrent des centaines de milliers de dollars en matière de recettes fiscales, hébergement, vente au détail et alimentation.
- ✓ De nombreuses institutions d'enseignement ont des piscines sous-utilisées.
- ✓ 60 % des clubs ont répondu que leur rôle était de fournir un service à la communauté et 70 % se sont dit qu'il était de créer un environnement pour les enfants et les jeunes adolescents pour profiter du sport et développer des aptitudes de vie. Seulement 30 % ont répondu que leur rôle était de développer des athlètes de l'équipe nationale et 15 % ont indiqué que leur but est de remporter les CCC.
- ✓ Les Sports universitaires de l'Ontario (SUO) ont une ligue masculine 1909 et une ligue féminine depuis 1988. Les établissements des SUO ne sont pas inscrits à Water Polo Ontario et à WPC.
- ✓ Le water-polo est l'un des meilleurs sports d'équipe au Canada et comptait seulement 5 500 membres inscrits en 2012. À part le soccer chez les femmes, le water-polo chez les femmes était le seul sport d'équipe d'été pour femmes dans lequel une équipe a gagné une médaille aux Championnats du monde ou aux Jeux olympiques au cours de la dernière période quadriennale (2009-2012). Le water-polo chez les hommes est le seul sport d'équipe d'été où les hommes ont fini parmi les 8 premiers au cours de la dernière période quadriennale.

[60] La périodisation est un processus de planification scientifique selon lequel la fréquence, le volume et l'intensité sont manipulés pour atteindre un rendement optimal à un moment spécifique de l'année.

- ✓ Après les Jeux olympiques de 2000 et de 2008, il y a eu une augmentation de 5 % et de 4,4 % du nombre total de membres.
- ✓ J'adore le water-polo (JAWP) est un programme d'initiation destiné aux centres communautaires ciblant les enfants de 6-12 ans qui ont des habiletés de nage limitées. Le programme JAWP est flexible dans sa prestation et peut être donné par les écoles ou les communautés. JAWP en est seulement à sa 3e année d'existence à l'échelle nationale.

Défis

- ✓ Le modèle de financement du programme À nous le podium est basé sur le nombre total de médailles qu'un sport peut gagner aux Jeux olympiques et aux Championnats mondiaux. Les sports d'équipe peuvent seulement gagner un maximum de 1 médaille, car les équipes masculines et féminines sont classées comme faisant partie de disciplines différentes et évaluées en tant que sports différents.
- ✓ Le water-polo masculin, comme certains autres sports d'équipe d'été, n'est financé par le programme À nous le podium que depuis 2010.
- ✓ 90 % des fonds versés au water-polo au Canada sont basés sur la performance et liés au niveau Excellence (équipe nationale et équipe provinciale).
- ✓ Aucuns fonds gouvernementaux ne ciblent les infrastructures locales, sauf le financement de démarrage de nouveaux programmes de développement (c.-à-d. JAWP).
- ✓ Les commandites du secteur privé au Canada sont très difficiles à obtenir, surtout à l'extérieur des événements sportifs de masse comme le hockey, le basketball, le soccer, le volleyball et le baseball.
- ✓ Les clubs comptent sur les tournois invitations pour générer des recettes.
- ✓ Les frais de déplacement pour les athlètes de haut niveau sont élevés en raison du manque de [61] densité des clubs. Il s'agit d'un problème géographique lié à la grandeur et à la faible population du Canada.
- ✓ Les ministères du Tourisme financent seulement les événements d'envergure qui génèrent des centaines de milliers de dollars en recettes fiscales, hébergement, vente au détail et alimentation.
- ✓ Le fait de ne pas connaître le[62] calendrier international avant le mois de septembre, octobre ou novembre de l'année de programme actuelle ne permet pas aux programmes locaux d'intégrer facilement les athlètes juniors et séniors de l'équipe nationale.
- ✓ Les piscines doivent être réservées de 6-18 mois d'avance selon les collectivités. Cela donne peu de souplesse dans la planification.
- ✓ [63]Les heures de pointe à la piscine sont surtout réservées à la natation de compétition et aux autres programmes récréatifs.

[61] Dans ce contexte, la densité des clubs est définie comme étant 6 clubs ou plus pour chaque profil de compétition séparés les uns des autres par une courte distance en voiture.
[62] Le calendrier international tient compte des événements sanctionnés par la FINA, la LEN et l'UANA ainsi que de l'entraînement en commun avec d'autres pays.
[63] Les heures de pointe à la piscine sont après l'école du lundi au vendredi, habituellement de 16 h à 20 h.

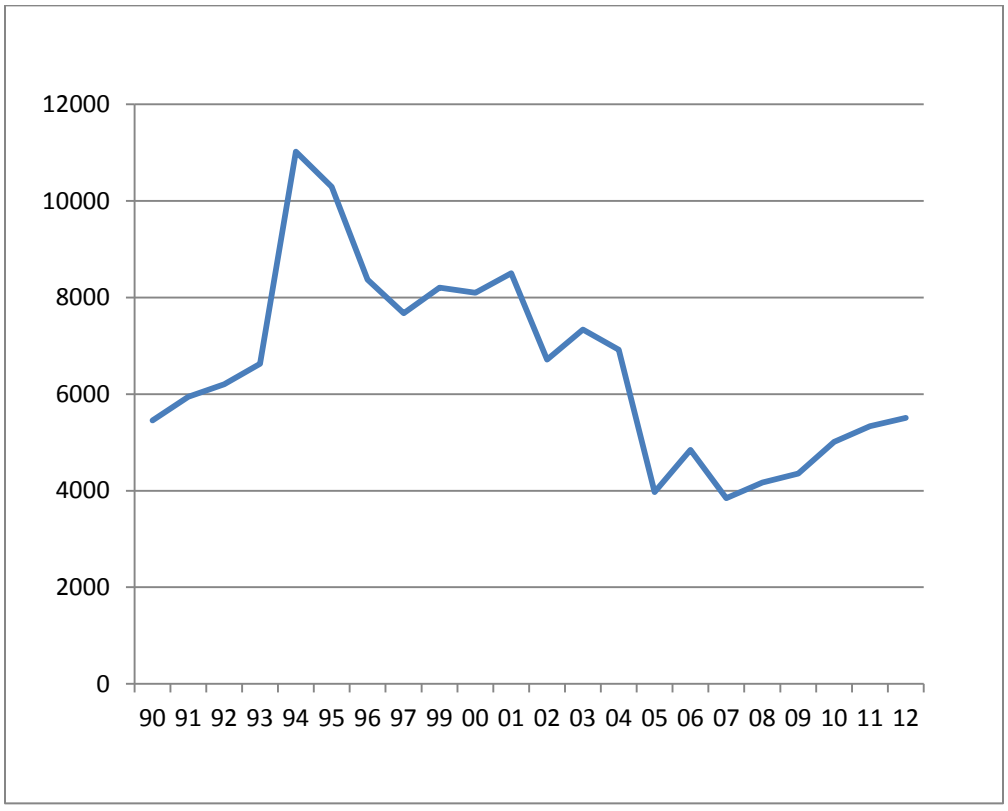
- ✓ Le financement du water-polo par les parents prend fin à l'université, et les coûts pour ce groupe d'âge sont beaucoup trop élevés si l'on tient compte des frais de scolarité et des autres objectifs de vie.
- ✓ La population canadienne dans l'ensemble ne connaît pas le water-polo et les bienfaits que procure le sport. Les campagnes de marketing et de promotion sont très exigeantes en ressources – tant du point de vue financier qu'humain.
- ✓ Contrairement à la plupart des autres sports, l'aptitude en natation est un facteur clé pour jouer au water-polo. Sans partenariat avec la Croix-Rouge ou d'autres programmes pour apprendre à nager, il est difficile d'exposer les enfants au water-polo.
- ✓ Le water-polo de haut niveau doit se jouer en eau profonde dans des piscines de 25 mètres (femmes) et 30 mètres (hommes). La plupart des installations ne sont pas équipées pour ce type de compétition.
- ✓ Les clubs, les OPS et les membres du Groupe de travail d'examen des compétitions ont tous identifié un sérieux manque de ressources (financières, piscines, bénévoles, entraîneurs, etc.); toutefois, la majorité des clubs et des OPS ont indiqué que les clubs fournissent des services complets.
- ✓ 38 % des clubs ont indiqué que le moment de l'année où ils organisent des compétitions est basé sur le moment où ils peuvent obtenir du temps de piscine des installations aquatiques.
- ✓ [64]Pour atteindre les objectifs décrits quant au nombre de membres, la participation au water-polo dans la catégorie des 12 ans et moins (club et JAWP) devra croître de 1 123 %.
- ✓ La participation dans la catégorie Bases compétitives devra augmenter de 168 %; il faut toutefois une augmentation de l'ordre de 345 % dans le profil **Excellence**. Si le nombre d'athlètes dans le profil **Excellence** augmente à la même vitesse que le nombre total de participants à ce stade de développement (168 %), 15 % des participants de ce groupe d'âge devront passer du profil **VA** au profil **Excellence**.
- ✓ La participation au stade de développement S'entraîner à la compétition devra augmenter de 123 % et le nombre d'athlètes du profil **Excellence**, de 154 %. Si le nombre d'athlètes du profil **Excellence** grandit au même rythme que le nombre total de participants à ce niveau de développement (123 %), alors 5 % des participants de ce groupe d'âge devront passer du profil **VA** au profil **Exccellence**.

[64] Les chiffres de taux de croissance recueillis sont basés sur des bases de données de 2011-2012 et comparés aux objectifs quant au nombre de membres établis par le Groupe de travail d'examen des compétitions.

Annexe B : Tableaux et graphiques

Données d'ensemble sur l'effectif de 1990 à 2012

Année	Membres	% de changement	Année	Membres	% de changement
1990	5 455	S.O.	**2003**	7 340	9,3 %
1991	5 945	9,0 %	**2004**	6 918	-5,7 %
1992	6 205	4,4 %	**2005**	3 969	-42,6 %
1993	6 629	6,8 %	**2006**	4 846	22,1 %
1994	11 021	66,3 %	**2007**	3 843	-20,7 %
1995	10 295	-6,6 %	**2008**	4 172	8,6 %
1996	8 370	-18,7 %	**2009**	4 356	4,4 %
1997	7 678	-8,3 %	**2010**	5 009	15,0 %
1999	8 204	6,9 %	**2011**	5 338	6,6 %
2000	8 100	-1,3 %	**2012**	5 506	3,1 %
2001	8 503	5,0 %	**Moyenne**	**6 564**	**2,02 %**
2002	6 714	-21,0 %			

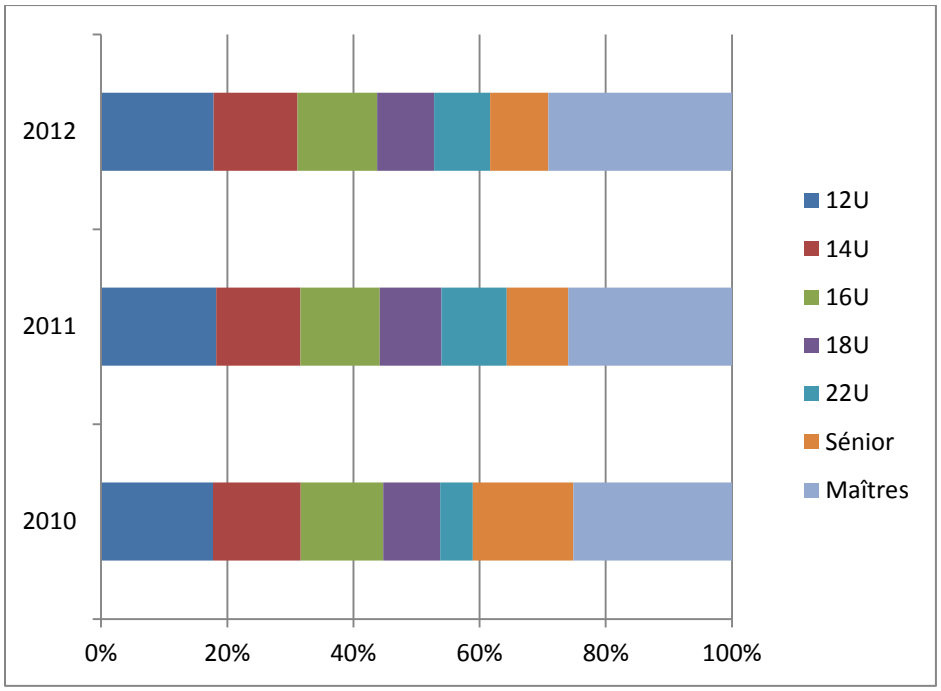


Besoins de croissance de l'effectif nécessaire au profil Excellence

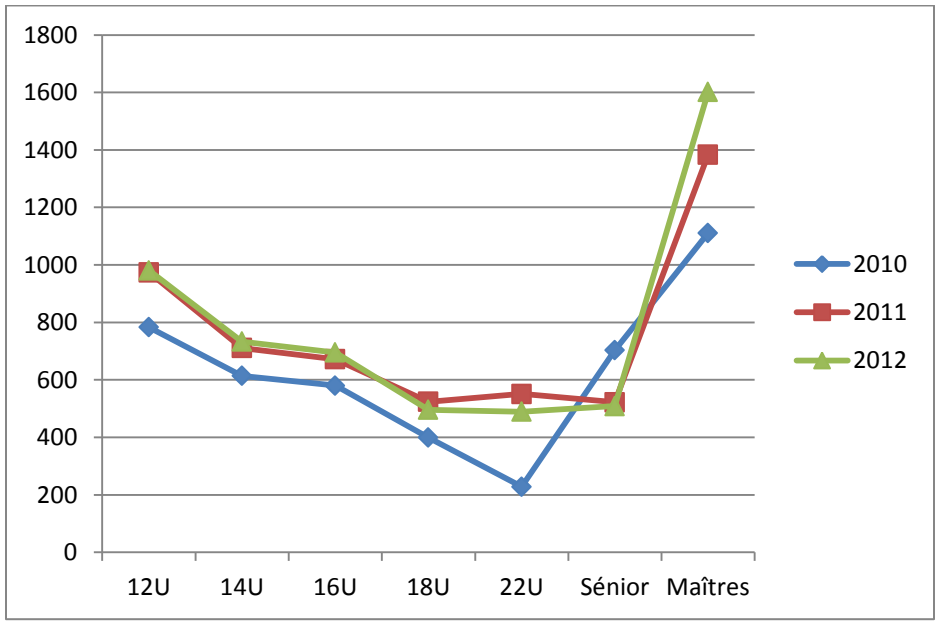
	12 ans et moins			14 ans et moins			16 ans et moins			18 ans et moins		
	2010	2011	2012	2010	2011	2012	2010	2011	2012	2010	2011	2012
[65]Effectif actuel	783	974	981	614	711	733	580	672	695	399	524	496
[66]Taux de croissance annuelle	S.O.	24,4 %	0,7 %	S.O.	15,8 %	3,1 %	S.O.	15,9 %	3,4 %	S.O.	31,3 %	-5,3%
[67]Attrition/Rétention	S.O.			S.O.		-6,4 %	S.O.		13,2 %	S.O.		-14,5 %
[68]Hommes aux CCC	S.O.			26	43	49	138	168	140	120	98	109
[69]Femmes aux CCC				65	57	31	98	101	117	98	68	68
[70]Athlètes aux CCC				91	100	80	236	269	257	218	166	177
[71]% des athlètes aux CCC				14,8 %	14,1 %	10,9 %	40,7 %	40,0 %	37,0 %	54,6 %	31,7 %	35,7 %
[72]Moyenne de 3 ans					13,3 %			39,2 %			40,7 %	
[73]Obj. de participation	12 000			1 500						450		
[74]N[bre] total d'athlètes	12 000			3 823						1 107		
[75]Taux de croissance requis	**1 123 %**			**167 %**						**123 %**		
[76]% de changement au profil Excellence	**S.O.**			**345 %**						**154 %**		

[65] Effectif actuel : Donnée tirée du système d'inscriptions à Water Polo Canada au 31 août, chaque année.
[66] Taux de croissance annuelle : Taux calculé à l'aide de l'équation suivante [(données de 2011 / données de 2010)-1] x 100 et [(données de 2012 / données de 2011)-1] x 100
[67] Attrition/Rétention : Taux determine à l'aide des données de 2012 sur les 14 ans moins comparées aux données de 2010 sur les 12 ans et moins [(données de 2012 14U / données de 2010 12U)-1] x 100 et des données sur de 2012 sur les 18 ans et moins comparées aux données de 2010 sur les 16 ans et moins [(données de 2012 18U / données de 2010 16U)-1] x 100.
[68] Hommes aux CCC : Nombre d'athlètes uniques de sexe masculin ayant participé aux Championnats canadiens des clubs cette année-là. Unique signifie qu'un athlète n'est compté qu'une fois, en fonction de sa date de naissance. Un athlète de 15 ans qui participe au CCC des 16 ans et moins et à celui des 18 ans et moins ne sera compté qu'une fois dans la catégorie des 16 et moins.
[69] Femmes aux CCC : Nombre d'athlètes uniques de sexe féminin ayant participé aux Championnats canadiens des clubs cette année-là. Unique signifie qu'une athlète n'est comptée qu'une fois, en fonction de sa date de naissance. Une athlète de 15 ans qui participe au CCC des 16 ans et moins et à celui des 18 ans et moins ne sera comptée qu'une fois dans la catégorie des 16 et moins.
[70] Athlètes aux CCC : Hommes aux CCC + Femmes aux CCC
[71] % des athlètes aux CCC : Nombre d'athlètes uniques ayant participé aux CCC une année donnée sur le nombre total de membres de la même année.
[72] Moyenne de 3 ans : Moyenne du % des atthlètes aux CCC dans chaque catégorie – Bases compétitives (14 ans et moins et 16 ans et moins) et S'entraîner à la compétition (18 ans et moins).
[73] Objectifs de participation : Objectifs liés à l'effectif établis par le Groupe de travail d'examen des compétitions en relation avec les besoins en athlètes du profil Excellence.
[74] Nbre total d'athlètes : Nombres obtenus en divisant les objectifs de participation par la moyenne de 3 ans; Bases compétitives (1 500/39,2 %) et S'entraîner à la compétition (450/40,7 %). Ceci représente le nombre total de membres requis (tous profils confondus) pour atteindre les objectifs de participation.
[75] % de changement au total : Taux déterminé à l'aide de l'équation suivante [(obj. de participation / données de 2012)-1] x 100. Donc dans la catégorie des 12 ans et moins, on obtient 12 000/981; Bases compétitives, 3823/695; et S'entraîner à la compétition1107/496. Le taux représente la croissance de l'effectif requise (tous profils confondus) pour atteindre les objectifs de participation.
[76] % de changement au profil **Excellence** : Taux obtenu à l'aide de l'équation suivante pour chaque stade – Bases compétitives [(Obj. de participation / (Athlètes de 14 ans et moins aux CCC en 2012+ Athlètes de 16 ans et moins

[77]Données de 2012 sur les groupes d'âge par rapport à l'effectif total



Ligne de tendance annuelle pour chaque catégorie d'âge



aux CCC en 2012))-1] x 100 et S'entraîner à la compétition [(Obj. de participation / (Athlètes de 18 ans et moins aux CCC en 2012)-1] x 100. Ce taux représente la croissance requise à chaque stade pour atteindre les objectifs de participation au profil Excellence.

[77] 12U = 12 ans et moins; 14U = 14 ans et moins; 16U = 16 ans et moins; 18U = 18 ans et moins; 22U = 22 ans et moins r; Sénior = 23 ans et plus; Maîtres = 30 ans et plus.

Nombre d'athlètes uniques participant aux Championnats canadiens des clubs

Hommes	2009	2010	2011	2012	[78]Aug/Dim
91-92	129 (18U), Winnipeg				
92-93		120 (18U), Halifax			
93-94	193 (16U), Montréal		98 (18U), Calgary		-49,2 %
94-95		138 (16U), Regina		109 (18U), Ste-Foy	-21,0 %
95-96	74 (14U), Montréal		168 (16U), Surrey		127,0 %
96-97		26 (14U), Regina		140 (16U), Victoria	438,5 %
97-98			43 (14U), Surrey		
98-99				49 (14U), Victoria	

Femmes	2009	2010	2011	2012	[79]Aug/Dim
91-92	100 (18U), Winnipeg				
92-93		98 (18U), Montréal			
93-94	144 (16U), DDO		68 (18U), Calgary		-52,8 %
94-95		98 (16U), Surrey		68 (18U), Kamloops	-30,6 %
95-96	42 (14U), DDO		101 (16U), Langley		140,5 %
96-97		65 (14U), Surrey		117 (16U), Winnipeg	44,4 %
97-98			57 (14U), Langley		
98-99				31 (14U), Winnipeg	

Nombre moyen d'athlètes jouant dans leur catégorie d'âge (aux CCC)

Hommes	16 ans et moins	18 ans et moins	22 ans et moins
2009	8,8 (Montréal), 72 %	8,1 (Winnipeg), 68 %	6,2 (Ottawa), 60 %
2010	10,6 (Regina), 84 %	8,6 (Halifax), 73 %	9,8 (Langley), 76 %
2011	9,9 (Surrey), 80 %	7,0 (Calgary), 58 %	6,1 (Gatineau), 51 %
2012	9,3 (Victoria), 74 %	8,4 (Ste-Foy), 70 %	Annulé
Moyenne	**9,65, 77,5 %**	**8,03, 67.25 %**	**7,4, 62.3 %**

Femmes	16 ans et moins	18 ans et moins	22 ans et moins
2009	9,0 (DDO), 77 %	7,7 (Winnipeg), 60 %	4,2 (Ottawa), 40 %
2010	7,0 (Surrey), 60 %	7,5 (Montréal), 62 %	4,1 (Langley), 39 %
2011	7,2 (Langley), 64 %	6,8 (Calgary), 55 %	9,0 (Gatineau), 64 %
2012	10,6 (Winnipeg), 79 %	6,2 (Kamloops), 52 %	5,8 (Saskatoon), 53 %
Moyenne	**8,45; 70,0 %**	**7,05; 57,3 %**	**5,78; 49,0 %**

Les données ci-dessus ont été obtenues en divisant le nombre total d'athlètes uniques de chaque année et de chaque catégorie (Nombre d'athlètes uniques participant aux Championnats canadiens des clubs par le nombre d'équipes participantes. Les pourcentages sont obtenus avec l'hypothèse de 13 athlètes

[78] Aug/Dim : Ce nombre représente le changement au nombre d'ahtlètes uniques selon l'année de naissance de 14 ans et moins à 16 ans et moins et de 16 ans et moins à 18 ans et moins. Exemple : il y a eu une baisse de 49 % entre le nombre d'athlètes nés en 1993-1994 qui ont participé au CCC de 2009 pour les 16 ans et moins à Montréal et ceux qui ont participé au CCC de 2011 pour les 18 ans et moins à Calgary.

[79] Aug/Dim : Ce nombre représente le changement au nombre d'ahtlètes uniques selon l'année de naissance de 14 ans et moins à 16 ans et moins et de 16 ans et moins à 18 ans et moins. Exemple : il y a eu une baisse de 30 % entre le nombre d'athlètes nées 1994-1995 qui ont participé en 2010 au CCC pour les 16 ans et moins à Surrey et celles qui ont participé en 2012 au CCC pour les 18 ans et moins à Kamloops.

par équipe. Donc si la moyenne des équipes de garçons âgés de 16 ans et moins compte 9,65 athlètes âgés de 15 ou 16 ans, les joueurs de 15 ou 16 ans représentent 77,5 % des membres de l'équipe.

Joueurs uniques dans la Ligue majeure de water-polo

	Hommes	Femmes
2009	103; 6 équipes; 79 % uniques; CCC Surrey	90, 6 équipes, 80 % uniques; CCC Longueuil
2010	164; 10 équipes; 37 % uniques; CCC Montréal	94, 6 équipes, 48 % uniques; CCC Montréal
2011	146; 8 équipes; 60 % uniques; CCC Langley	141, 8 équipes, 60 % uniques; CCC Winnipeg
2012	148; 8 équipes; 55 % uniques; CCC Montréal	124, 8 équipes, 100 % uniques; CCC annulé

Le tableau ci-dessus décrit le nombre d'athlètes qui ont joué dans la LMWP et n'ont pas participé au CCC sénior; le nombre d'équipes de la LMWP cette année-là; le pourcentage des athlètes de la LMWP qui n'ont pas participé au CCC séniors et l'endroit où s'est déroulé le CCC séniors.

Annexe C : Tableaux des âges relatifs en 2011

Équipe nationale féminine sénior

	Janvier-Mars	Avril-Juin	Juillet-Septembre	Octobre-Décembre	Total
Année impaire	0	1	3	0	**4 (22,2 %)**
Année paire	4	3	5	2	**14 (77,8 %)**
Total	**4 (22,2 %)**	**4 (22,2 %)**	**8 (44,4 %)**	**2 (11,1 %)**	**18 (100%)**

1re moitié : 44,4 %

2e moitié : 55,5 %

Équipe nationale masculine sénior

	Janvier-Mars	Avril-Juin	Juillet-Septembre	Octobre-Décembre	Total
Année impaire	1	6	2	4	**13 (76,5 %)**
Année paire	0	4	0	0	**4 (23,5 %)**
Total	**1 (5,9 %)**	**10 (58,8 %)**	**2 (11,8 %)**	**4 (23,6 %)**	**17 (100%)**

1re moitié 64,7 %

2e moitié : 35,3 %

Équipe nationale féminine junior (nées en 1991 ou après)

	Janvier-Mars	Avril-Juin	Juillet-Septembre	Octobre-Décembre	Total
Année impaire	4	4	2	0	**10 (43,5 %)**
Année paire	3	5	3	2	**13 (56,5 %)**
Total	**7 (30,4 %)**	**9 (39,1 %)**	**5 (21,2 %)**	**2 (8,7 %)**	**23 (100%)**

1re moitié 69,5 %

2e moitié : 30,5 %

Équipe nationale masculine junior (nés en 1992 ou après)

	Janvier-Mars	Avril-Juin	Juillet-Septembre	Octobre-Décembre	Total
Année impaire	5	5	5	3	**18 (94,7 %)**
Année paire	0	1	0	0	**1 (5,3 %)**
Total	**5 (26,3 %)**	**6 (31,6 %)**	**5 (26,3 %)**	**3 (15,8 %)**	**19 (100 %)**

1re moitié 57,9 %

2e moitié : 42,1 %

Programme jeunesse de l'équipe nationale féminine (nées en 1993 ou après)

	Janvier-Mars	Avril-Juin	Juillet-Septembre	Octobre-Décembre	Total
Année impaire	2	6	7	1	**16 (43,2 %)**
Année paire	11	5	3	2	**21 (56,8 %)**
Total	**13 (35,1 %)**	**11 (29,7 %)**	**10 (27,1 %)**	**3 (8,1 %)**	**37 (100%)**

1re moitié 64,8 %

2e moitié : 35,2 %

Programme jeunesse de l'équipe nationale masculine (nés en 1994 ou après)

	Janvier-Mars	Avril-Juin	Juillet-Septembre	Octobre-Décembre	Total
Année impaire	10	6	5	7	**28 (45,2 %)**
Année paire	12	6	10	6	**34 (54,8 %)**
Total	**22 (35,4 %)**	**12 (19,4 %)**	**15 (24,2 %)**	**13 (21,0 %)**	**62 (100%)**

1re moitié 54,8 %

2e moitié : 45,2 %

Annexe D : Résumé du cadre de DLTA

CHEMINEMENT	ENFANT ACTIF	S'AMUSER GRÂCE AU SPORT	BASES TECHNIQUES	BASES COMPÉTITIVES	S'ENTRAÎNER À LA COMPÉTITION	S'ENTRAÎNEUR À PERFORMER	VIRE POUR GAGNER	COMPÉTITION POUR LA VIE	VIE ACTIVE
Homme	0-6 ans	6-9 ans	9-12 ans	12-16 ans	16-19~ ans	19-25~ ans	25+ (20+) ans	~13 ans et plus	~15 ans et plus
Femme	0-6 ans	6-8 ans	8-11 ans	11-15 ans	15-18~ ans	18-23~ ans	23+ (18+) ans		
Stade de maturation	Enfance précoce	Enfance tardive	Puberté précoce	Puberté tardive	Adulte précoce	Adulte		Puberté précoce Puberté tardive Adulte précoce	Puberté tardive Adulte précoce
	Compétition pour la vie (début à n'importe quel âge, environ ~13+) : Participation au sport la vie durant Vie active (début à n'importe quel âge, environ ~15+) : Participation au sport la vie durant								
Philosophie	Se mouiller	Plaisir	Établissement des bases	Perfectionnement des bases compétitives	Compétition	VE (Vers l'excellence)	Excellence	Entraînement et compétition	Polo pour la vie
Objectif principal	Introduire les fondements du mouvement et les relier au jeu	Apprendre tous les fondements du mouvement et bâtir les habiletés motrices générales	Développement général des habiletés sportives	Développer les fondements physiques (aérobie et force) et la vitesse, et développer et consolider les habiletés spécifiques au sport	Optimiser le fonctionnement de la "machine" qu'est le corps et apprendre à évoluer en compétition	À nous le podium	Performances dignes de médailles d'or	Créer des opportunités d'entraînements et compétitions compétitives pour tous les âges	Une transition en douceur de la carrière compétitive d'un athlète à la pratique d'activités physiques et la participation au water-polo
Principes directeurs	Créer un enthousiasme pour les activités aquatiques	Plaisir, sécurité et participation active sont d'une importance primordiale	Les athlètes doivent être engagés activement dans l'activité, au niveau moteur et cognitif	L'intensité doit être augmentée graduellement pour atteindre les exigences de la compétition	L'intensité des entraînements doit toujours être de haute à optimale. L'intensité sus-maximale altèrera la coordination motrice de l'athlète	Modeler tous les aspects possibles de l'entraînement et de la performance	Modeler tous les aspects possibles de l'entraînement et de la performance	Offrir des opportunités d'entraînement adéquate pour permettre les athlètes de faire un transition au profil d'excellence	Créer des opportunités reliées au water-polo pour tous les âges - joueurs, entraîneurs, administrateurs, bénévoles et officiels
Temps consacré (Entraînement et parties) Phase de préparation	J'adore le water-polo (JAWP) et cours de natation	JAWP et autres activités aquatiques OU Club de water-polo 2-3 jours/sem + participation à d'autres sports	3 jours/sem : 3 x 1,5 h dans l'eau + 30 min hors de l'eau	**Précoce :** 3 j. d'entraînement, 1 j. de repos; 2 j. d'entraînement, 1 j. de repos : 5 en eau profonde + 2-3 hors de l'eau **Tardive :** 6 j.d'entraînement, 1 j. de repos : 6-8 en eau profonde + 2-3 hors de l'eau	6 j. d'entraînement, 1 j. de repos : 8-9 en eau profonde + 3-4 hors de l'eau	3 j. d'entraînement, 1 j. de repos, 2 j. de compétition, 1 j. de repos : 5-6 en eau profonde + 3-4 hors de l'eau	6 j. d'entraînement, 1 j. de repos : 8-9 en eau profonde + 3-4 hors de l'eau	2-4 j/sem pour les jeunes adultes et les adultes	1-2 h/sem
Temps consacré (Entraînement et parties) Phase de compétition	J'adore le water-polo (JAWP) et cours de natation	JAWP et autres activités aquatiques OU Club de water-polo 2-3 jours/sem + participation à d'autres sports	3 jours/sem : 3 x 1,5 h dans l'eau + 30 min hors de l'eau	**Précoce :** 2 j. d'entraînement, 1 j. de repos, 1 j. d'entraînement, 2 j. de compétition, 1 j. de repos : 3 en eau profonde + 2 à mi-profondeur + 1-2 hors de l'eau **Tardive :** 4 j. d'entraînement, 2 j. de compétition, 1 j. de repos : 4-5 en eau profonde + 2 à mi-profondeur + 1-2 hors de l'eau	4 j. d'entraînement, 2 j. de compétition, 1 j. de repos : 6 en eau profonde + 2 à mi-profondeur + 2-3 hors de l'eau	4 j. d'entraînement, 2 j. de compétition, 1 j. de repos : 4 en eau profonde + 2 à mi-profondeur + 2-3 hors de l'eau	4 j. d'entraînement, 2 j. de compétition, 1 j. de repos : 6 en eau profonde + 2 à mi-profondeur + 2-3 hors de l'eau	2-4 j/sem pour les jeunes adultes et les adultes	1-2 h/sem

Types de compétition	S.O.	Aucune compétition structurée ou officielle	Compétitions régionales et festivals de saison, garçons et filles séparés de préférence	Club régional ou provincial de water-polo masculin ou féminin Championnats nationaux des clubs; programmes des équipes régionales/provinciales	Championnats canadiens des clubs; programme jeunesse national ou d'équipe	Ligue canadienne semi-pro; ligues pro européennes; établissements de la NCAA; équipe nationale jeunesse/junior	Équipe nationale sénior; Championnats du monde et Jeux olympiques	Club spécifique à l'âge et au sexe (14 ans et moins, 16 ans et moins, 18 ans et moins), séniors, universitaires et maîtres	Club mixte ou non (16 ans et moins et 18 ans et moins), secondaire/cégep et maîtres
Ratio optimal entraînement-parties	S.O.	100:0	80:20	80:20	80:20	70:30	70:30	Adaptation du ratio aux besoins	S.O.
	Entraînement = physique, moteur, mental, technique et tactique plus parties hors ligue; Compétition = parties majeures menant au résultat/sommet ultime								
Planification et périodicité	Aucune périodicité	Aucune périodicité	Aucune périodicité	Double périodicité	Double périodicité	Double ou triple périodicité, planification quadriennale	Planification quadriennale	Aucune périodicité	Aucune périodicité
Objectifs de conditionnement physique	Activité physique quotidienne de la vie de l'enfant, dans un environnement plaisant, sécuritaire et stimulant	Participation quotidienne à des sports et activités physiques. Habiletés fondamentales du mouvement; athlétisme, gymnastique et natation	Fondements du mouvement et habiletés motrices LAÉC, CSL, BSÉ & RGB	Conditionnement physique général (équilibre)	Conditionnement physique général et spécifique relié aux exigences du water-polo	Conditionnement physique spécifique relié à la position	Conditionnement physique spécifique relié à la position	Conditionnement physique général	Conditionnement physique général, être actif sur la terre ferme et dans l'eau
Considération de croissance et développement - Pic de croissance rapide-soudaine (PCRS)	Établir la base pour le succès futur du développement des habiletés, en aidant les enfants à prendre plaisir à être actifs, apprendre à bouger efficacement et améliorer la coordination et l'équilibre	Accent sur le développement des habiletés génériques du sport 1ère période d'adaptation accélérée à la vitesse - agilité & promptitude : filles 6-8 ans; garçons 7-9 ans	Accent sur le développement des habiletés Pic pour la coordination motrice (PCM); filles 11 ans; garçons 12 ans Période d'adaptation accélérée pour développer la souplesse - flexibilité: 6-10 ans 2ème période d'adaptation accélérée pour développer la vitesse (alactique): filles 11-13 ans	Accent sur la résistance à l'effort (endurance) au début du PCRS Début du PCRS: filles 12-13 ans; garçons 14-15 ans 2e période d'adaptation accélérée pour développer la vitesse (alactique): filles 11-13 ans; garçons 13-16 ans Période d'adaptation accélérée pour développer la force: filles - immédiatement après le PCRS ou dès l'apparition des premières règles, vers 13-17 ans	Accent sur le pic de développement de la force Utiliser les activités auxiliaires Période d'adaptation accélérée pour développer la force: garçons 12-18 mois après le PCRS, vers 15-19 ans	Développement plus poussé de la résistance, vitesse, force, habiletés et souplesse Utiliser les activités auxiliaires	Développement plus poussé de la résistance, vitesse, force, habiletés et souplesse Utiliser les activités auxiliaires	Soyez conscience au début du PCRS tout au long du puberté - voir Bases compétitives pour toutes détails	Pas de considérations spécifiques à la croissance et au développement Compréhension de la position de l'athlète dans le cheminement du joueur Utiliser les activités auxiliaires
	Bâtir os et muscles solides, accroître la flexibilité, développer une bonne posture, améliorer la condition physique, promouvoir un poids santé, réduire le stress et favoriser le sommeil réparateur	Période d'adaptation accélérée pour développer la souplesse - flexibilité: 6-10 ans	Attention particulière à la souplesse durant le PCRS. L'entraînement de la capacité aérobie est recommandé avant que les athlètes aient atteint le PCRS. La puissance aérobie devrait être introduite progressivement après le déclin du taux de croissance.						

Développement mental et cognitif	Créer des connexions neurales entre de multiples parcours du cerveau, particulièrement lors d'activités rythmiques Renforcer le développement des fonctions cérébrales, coordination, aptitudes sociales, motricité globale, qualités affectives, leadership et imagination Aider les enfants à bâtir leur confiance et à développer l'estime de soi	Utiliser l'imagination pour développer les habiletés de visualisation Introduction au développement de l'équipe Utiliser un langage élémentaire pour guider la prise de décisions Activités pour consolider l'esprit d'équipe Communication - travailler avec les autres	Introduction pour renforcer la visualisation positive Éléments de la cohésion d'équipe Utiliser un langage élémentaire pour guider la prise de décisions Activités pour consolider l'esprit d'équipe Développer les habiletés de la communication et la compréhension	Renforcer la visualisation positive Introduction à la fixation d'objectif : individuels et d'équipe; leadership partagé Répétitions mentales : situations de matchs - individuels et d'équipe; plus grande indépendance Développer les aptitudes de prise de décisions: situation de match et responsabilités hors de la piscine Activités pour consolider l'esprit d'équipe	Contrôle de l'attention et des émotions (consolidation) Gestion du stress et stratégies pour surmonter les moments difficiles (consolidation) Routines d'avant match et d'après-match (raffinement) Visualisation et prise de décision (raffinement) Leadership, dynamique de l'équipe et indépendance (consolidation)	Auto-identification - quel type de joueur suis-je et quel est mon rôle au sein de l'équipe Contrôle de l'attention et des émotions et gestion du stress (consolidation) Routines d'avant match, de match et d'après-match (raffinement et consolidation) Routines d'avant-match, de match et d'après-match (raffinement et consolidation) Habiletés de communication avec les médias, les commanditaires et les invités de marque	Auto-identification - quel type de joueur suis-je et quel est mon rôle au sein de l'équipe Contrôle de l'attention et des émotions et gestion du stress (consolidation) Routines d'avant match, de match et d'après-match (raffinement et consolidation) Routines d'avant-match, de match et d'après-match (raffinement et consolidation) Habiletés de communication avec les médias, les commanditaires et les invités de marque	Environnement positif, plaisant et sans stress Activités pour consolider l'esprit d'équipe Bâtir l'estime de soi et la confiance Communication - travailler avec les autres	Environnement positif, plaisant et sans stress Activités pour consolider l'esprit d'équipe Bâtir l'estime de soi et la confiance Communication - travailler avec les autres
But des compétitions	S. O.	Participation Courts matchs Peu de règlements	Concentration sur le développement des habiletés Matchs très simples Règlements et équipements adaptés Introduction aux tactiques de base	Concentration sur le développement des habiletés Essais dans un contexte de compétition Progression des tactiques de base Introduction à des compétitions nationales d'élite	Développement des tactiques de jeu Application des techniques dans un contexte de compétition Objectifs individuels et d'équipe conerents aux objectifs à long terme Introduction à des compétitions internationales	Objectifs individuels et d'équipe cohérents avec les objectifs à long terme Bâtir le système compétitif national en exposant nos athlètes au plus haut niveau de compétition au Canada Promotion du water-polo par le biais du SIC	Objectifs individuels et d'équipe cohérents avec les objectifs à long terme Bâtir le système compétitif national en exposant nos athlètes au plus haut niveau de compétition au Canada	Fournir des opportunités d'entraînements adéquates aux âges plus jeunes (adolescents) alors que les athlètes puissent faire un transition au profil d'excellence Jumelage de compétences et habiletés semblables pour les athlètes plus âgées (adulte précoce et adulte)	Provide playing opportunities for people of all ages Participation Modified game rules
Habiletés techniques	S. O.	Habiletés fondamentales des sports aquatiques et sports de ballons Habiletés de natation Habiletés pour botter le ballon Introduction aux habiletés de bases de contrôle du ballon	Apprentissage et développement des habiletés motrices spécifiques au water-polo Raffinement des habiletés de natation et de botter le ballon Changements de la position du corps Raffinement et amélioration des habiletés de contrôle du ballon Habiletés de base du gardien de but	Maintien et amélioration de toutes les habiletés Développement des habiletés secondaires Développement des habiletés relativesaux positions	Perfectionnement des habiletés et adaptation aux situations de matchs Spécialisation par position Raffinement de l'ensemble des habiletés relatives aux positions	Perfectionnementdes habiletés et adaptation aux situations de matchs	Perfectionnementdes habiletés et adaptation aux situations de matchs	Évaluer le stade de développement de l'acquisition des habiletés de bases, avancées, spécifiques et des tactiques d'individuelles	Maintien et amélioration de toutes les habiletés Développement des habiletés secondaires

Habiletés tactiques et de stratégies de match	S. O.	S. O.	Habiletés de prise de décision de base au water-polo Apprendre et jouer à toutes les positions	Introduction et développement des habiletés tactiques de base Tactiques à 1 vs 1 Compréhension de toutes les positions (aptitude générale à jouer partout dans le jeu) Appliquer la prise de décisions (créativité) Introduction et développement des unités spéciales et de la transition	Introduction et développement des habiletés tactiques avancées Solutions à une grande variété de défensives Introduction à l'analyse de la performance individuelle et d'équipe Continuer à mettre l'accent sur la créativité Développement et raffinement des unités spéciales et de la transition	Raffinement et perfectionnement des habiletés tactiques avancées Augmenter l'élaboration de l'analyse de la performance Repérage pour pouvoir exploiter les forces de votre équipe et les faiblesses de l'adversaire Perfectionnement des unités spéciales et de la transition	Raffinement et perfectionnement des habiletés tactiques avancées Augmenter l'élaboration de l'analyse de la performance Repérage pour pouvoir exploiter les forces de votre équipe et les faiblesses de l'adversaire Perfectionnement des unités spéciales et de la transition	Évaluer le stade de développement des compétences et compréhensions des principes reliés à chaque phase du jeu	Habiletés de prise de décisions de base en water-polo Introduction et développement des habiletés tactiques de base Compréhension de toutes les positions (aptitude générale à jouer partout dans la jeu) Introduction et développement des unités spéciales
Connaissances supplémentaires	S. O.	Développement des habiletés sociales : coopération, travail d'équipe, respect des directives, contrôle de soi, interaction de groupe et habiletés d'écoute Introduction aux directives simples de sécurité Introduction à la philosophie de l'esprit sportif Introduction aux règle de sécurité de base	Amélioration des habiletés sociales Compréhension et adhésion à l'esprit sportif Éthique de travail simple et attentes d'engagement Introduction aux activités auxiliaires Prévention et gestion des blessures	Développement des activités auxiliaires Adhésion à l'esprit sportif Compréhension des bénéfices de l'entraînement d'un sport spécifique Prévention et gestion des blessures	Comprendre la valeur ajoutée des activité auxiliaires Développement des techniques de musculation Connaissance des structures de compétition et des programmes Développement de l'analyse de la performance	Comprendre la valeur ajoutée des activité auxiliaires Raffinement des habiletés de préparation mentale Consolider les habiletés de récupération et de regénération Habiletés de communication avec les médias, les commanditaires et les invités de marque	Comprendre la valeur ajoutée des activité auxiliaires Raffinement des habiletés de préparation mentale Consolider les habiletés de récupération et de regénération Habiletés de communication avec les médias, les commanditaires et les invités de marque	Développement et compréhension des activités auxiliaires Adhésion à l'esprit sportif Prévention et gestion des blessures Éducation sur de saines habitudes alimentaires Éducation sur les opportunités pour des entraîneurs, officiels, administrateurs et bénévoles	Développement et compréhension des activités auxiliaires Adhésion à l'esprit sportif Prévention et gestion des blessures Éducation sur de saines habitudes alimentaires Éducation sur les opportunités pour des entraîneurs, officiels, administrateurs et bénévoles
Certification des entraîneurs (PNCE)	S.O.	Centre aquatique : SpC - Initiation « Instructeur JAWP » Club : SpC - Initiation « Entraîneur de club Communautaire »	Centre aquatique : SpC - Initiation « Instructeur JAWP » Club : SpC - Initiation « Entraîneur de club Communautaire »	**Compétition - Introduction « l'Entraîneur compétitif »** **Compétition - Introduction « l'Entraîneur compétitif avancé »**	Compétition - Développement « L'entraîneur professionnel »	Compétition – Développement avancé Diplôme de l'INFE	Compétition - Haute performance Diplôme de l'INFE	Compétition - Introduction « l'Entraîneur compétitif »	Sport communautaire-Participation continue
Referee Certification (PFCO)	S.O.	S.O.	Régional	**Régional** **Provincial**	National & UANA	National, UANA & FINA	FINA	Provincial	Régional