

Vivre Sport pur... dès le départ

La Matrice [Sport pur](#) de développement à long terme de l'athlète ([DLTA](#)) identifie l'initiation à l'éthique comme une composante clé du modèle de DLTA d'Au Canada, le sport, c'est pour la vie ([ACSV](#)).


Le sport est un actif public de grande valeur dans nos collectivités; un actif qui influe autant sur la communauté elle-même que sur ses citoyens. Quand le sport est pratiqué de la bonne façon, ses effets ont le potentiel de s'étendre bien au-delà des bienfaits communément reconnus sur la santé associés au sport. Le sport peut aussi lancer les enfants et les jeunes sur une trajectoire de vie positive, développer des communautés plus fortes et plus inclusives et contribuer à un développement durable de l'économie et de l'environnement. Ces bienfaits se réalisent quand le sport est sain – quand il est fondé sur des valeurs et animé par des principes. Au Canada, nous appelons le sport sain – Sport pur.

Si nous voulons que le sport s'élève au niveau de son plein potentiel, nous devons, de façon intentionnelle, nous assurer qu'il est le reflet de nos valeurs partagées et qu'il existe un environnement sportif positif. Nous devons, de manière délibérée, nous assurer que le sport est accessible, abordable, excellent, amusant et honnête. Sport pur et la stratégie de Développement à long terme de l'athlète fournissent la possibilité de concrétiser cette intention – de transformer notre désir de sport sain en action.

En tant qu'entraîneurs, enseignants, administrateurs et parents, nous devons envisager le portrait du sport au Canada dans sa globalité. Nous voulons développer des athlètes qui peuvent concourir à tous les niveaux de compétition et favoriser la reconnaissance de la valeur de la pratique du sport et du bien-être pendant toute la vie. Mais nous voulons aussi développer des individus dotés d'une force de caractère, d'une moralité et d'une conscience éthique grâce auxquelles ils contribueront de façon positive au sport et à leurs communautés. À travers la lentille de l'approche centrée sur l'athlète du DLTA, la Matrice Sport pur fournit des orientations pour soutenir cette intention de développer des athlètes bien équilibrés et des citoyens bien équilibrés.

La Matrice Sport pur est guidée par les Principes de Sport pur – Vas-y, Fais preuve d'esprit sportif, Respecte les autres, Amuse-toi, Garde une bonne santé, Inclus tout le monde et Donne en retour. Ces principes sont suffisamment simples pour être compris à tous les stades du développement de l'athlète. Si nous vivons conformément à ces principes, les bienfaits du sport tels que la joie de l'accomplissement, la croissance de la communauté et l'abolition des barrières sociales suivront tout naturellement. Bien que la Matrice Sport pur ait été créée pour les entraîneurs, peu importe que vous soyez entraîneur, parent, bénévole ou athlète, celle-ci vous incitera à créer des moyens d'affiner la conscience éthique à chaque stade du développement.

Gardez à l'esprit que la matrice Sport pur est cumulative. Tout comme pour le savoir-faire physique, la formation éthique progresse en fonction de l'âge et des stades du développement. Ainsi les normes éthiques acquises aux étapes Enfant actif et S'amuser grâce au sport sont pertinentes et essentielles au développement éthique de l'athlète pendant tout le reste des stades de son développement.

	Savoir-faire physique et éthique				Vie active		
	Stade 1 : Enfant actif (0-6 ans)	Stade 2 : S'amuser grâce au sport (filles 6-8, garçons 6-9) <i>Habilités motrices fondamentales</i>	Stade 3 : Apprendre à s'entraîner (filles 8-11, garçons 9-12) <i>Habilités sportives fondamentales</i>	Stade 4 : S'entraîner à s'entraîner (filles 11-15, garçons 12-16) <i>Développer la capacité physique et mentale</i>	Stade 5 : S'entraîner à la compétition (filles 15-21, garçons 16-23) <i>Sport de haute performance</i>	Stade 6 : S'entraîner à gagner (filles 18+, garçons 19+) <i>Sport de haute performance</i>	Stade 7 : Vie active <i>Une expérience positive du sport est la clé pour retenir les athlètes une fois qu'ils ont quitté le cheminement de la compétition. Nous appelons cette expérience... Sport pur.</i>
	À ce stade, les enfants devraient participer à des activités et des jeux stimulants, qui développent les habiletés motrices de base, et ce, dans une atmosphère de PLAISIR.	À ce stade, les joueurs devraient participer à des séances d'entraînement et des matchs qui développent les habiletés techniques de base dans une atmosphère de PLAISIR.	Ce stade introduit les joueurs à un entraînement discipliné et commence à développer leur compréhension des principes du jeu en même temps que la pratique de leurs habiletés. Les répétitions sont importantes pour développer la compétence technique, mais la création d'un environnement amusant et exigeant est néanmoins primordiale pour stimuler l'apprentissage et promouvoir l'amour du jeu.	À ce stade, les exigences d'entraînement à l'acquisition des habiletés et les charges de travail d'entraînement sont augmentées pour développer et raffiner les habiletés et les tactiques. La sensibilisation tactique devient une facette de plus en plus importante de l'entraînement, en même temps que l'endurance mentale, la concentration et la diligence.	Les joueurs qui sont devenus experts dans leurs compétences s'entraînent maintenant pour raffiner leur maturité dans l'exécution du jeu. Ils doivent être exposés à des environnements de jeu et d'entraînement de qualité susceptibles de pousser à la limite leurs capacités mentales, physiques, tactiques et techniques..	Les joueurs s'entraînent et compétitionnent au plus haut niveau de compétition nationale et internationale, depuis la participation à une ligue professionnelle jusqu'aux tournois internationaux. Le point focal de l'entraînement se déplace vers l'optimisation de la performance.	À n'importe quel stade du modèle de DLTA, peu importe leur niveau d'habileté, les joueurs peuvent décider de pratiquer un sport de façon purement récréative de manière à pouvoir continuer à apprécier le jeu et maintenir leur bien-être la vie durant.

Normes éthiques pour tous les âges et tous les stades

- Quand les enfants sont initiés à l'activité et au sport de façon appropriée, ils acquerront les habiletés motrices nécessaires et la confiance (savoir-faire physique) pour demeurer Actifs pour la vie dans pratiquement n'importe quel sport qu'ils auront choisi.
- Partagez les Principes de Sport pur et faites en sorte que tous les membres de votre groupe (participants, entraîneurs, parents) signent la Déclaration Sport pur. Faites appel à ces principes pour orienter vos décisions de programmation.
- À l'aide des stades du DLTA, les participants peuvent s'assurer qu'ils possèdent le savoir-faire physique, mental, technique et tactique pour demeurer engagés dans le sport et actifs dans la vie.
- Rappelez-vous que vous ne faites pas que développer des athlètes, vous façonnez des personnes.

Vas-y <i>Efforce-toi de toujours tendre vers l'excellence et de t'élever à la hauteur du défi, mais jamais aux dépens des autres. Découvre à quel point tu peux être bon.</i>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Encouragez des tas d'activités non structurées différentes pour promouvoir le savoir-faire physique. ○ Enseignez les mouvements de base par le jeu (jeux non structurés). ○ Suscitez l'enthousiasme à tenter de nouvelles expériences physiques en les maintenant amusantes. ○ Reconnaissez la participation parentale active et soutenez-la comme déterminante. ○ Récompensez et reconnaissez l'effort. ○ Utilisez le site Web Actif pour la vie pour des activités appropriées à l'âge et qui développeront le savoir-faire physique. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Enseignez les différentes habiletés motrices de base et développez l'ensemble des habiletés motrices. ○ Encouragez l'inscription à des programmes qui offrent une variété d'activités différentes (programmes multisports). ○ Offrez une variété d'activités bien structurées qui développent les habiletés de base. ○ Continuez d'encourager le savoir-faire physique complet. ○ Devenez un leader ou un entraîneur formé et certifié pour chaque stade de développement. ○ Continuez de cibler l'effort, l'apprentissage et le développement des habiletés plutôt que les matchs centrés sur les résultats. ○ Utilisez des activités axées sur les processus : dirigez les efforts vers des objectifs. ○ Introduisez des jeux qui accroissent les capacités de résoudre des problèmes (jeux complexes). 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Enseignez l'ensemble des habiletés sportives et évitez l'excès d'entraînement dans un seul sport, tout en raffinant toutes les habiletés motrices de base. ○ Mettez l'accent sur le développement d'attitudes positives à l'égard de la victoire et de la défaite. ○ Développez l'aptitude à se concentrer grâce à des exercices de base. ○ Commencez à faire comprendre la poursuite de l'excellence personnelle. ○ Favorisez une appréciation de l'éthique du travail et de sa contribution aux résultats (mettez en évidence des exemples, récompensez l'effort plutôt que le résultat, soyez un modèle de bons comportements). ○ Cultivez les responsabilités de joueur en encourageant les athlètes à prendre soin de leur équipement, en assignant des tâches (ramasser les cônes) et en animant des séances d'échauffement/de récupération. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Consolidez les habiletés et tactiques de base spécifiques au sport. ○ Enseignez les mécanismes d'adaptation aux difficultés physiques et mentales de la compétition. ○ Reconnaissez la valeur de la victoire et de la défaite. ○ Faites honneur au jeu en donnant le meilleur de vous-même. ○ Utilisez les techniques de motivation pour réussir, particulièrement en face de l'adversité. ○ Commencez à identifier les athlètes qui manifestent une tendance à gagner et pourraient poursuivre un cheminement de haute performance. ○ Continuez à promouvoir la motivation personnelle et encouragez les athlètes à consigner par écrit des objectifs personnels et/ou d'équipe. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Spécialisez-vous dans un sport et poursuivez un cheminement de compétition d'élite. ○ Offrez une activité individuelle de haute intensité à l'année longue ainsi que de l'entraînement spécifique à une position. ○ Entraînez les athlètes à être à leur meilleur pour des compétitions majeures. ○ Augmentez l'accent sur l'engagement personnel pour atteindre des résultats individuels et collectifs. ○ Travaillez avec les athlètes pour les aider à maîtriser les éléments émotionnels du sport. ○ Définissez l'excellence avec le, la ou les athlète(s), de façon à ce qu'ils contribuent à l'objectif partagé. ○ Fournissez des occasions d'entraînement qui maximisent l'état de préparation mentale de l'athlète (préparation, attitude positive, perception, concentration, contrôle). ○ Encouragez les athlètes d'élite à poursuivre l'entraînement le plus intense convenant à des performances victorieuses. ○ Encouragez les athlètes à participer à une variété d'exercices de définition d'objectifs pour les aider à demeurer concentrés. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Assurez-vous que tous les enfants reçoivent une base solide et un savoir-faire de base – technique, tactique, physique et mental – sur lesquels ils développeront leurs aptitudes sportives pour la vie. ○ Encouragez les participants à faire l'essai de nouveaux sports – à demeurer impliqués – à demeurer actifs et à toujours essayer de donner le meilleur d'eux-mêmes.
---	--	--	---	---	---	--

<p>Fais preuve d'esprit sportif</p> <p><i>Joue honnêtement et respecte les règles, à la lettre et dans leur esprit. La victoire n'a de signification que lorsque la compétition est honnête.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Mettez l'accent sur la participation égale pour tous – focalisez sur le jeu plutôt que sur la compétition. ○ Cultivez un environnement de partage (personnes, équipement, attention et/ou temps). ○ Enseignez les habiletés d'écoute au moyen d'activités. ○ Introduisez l'esprit sportif (« donne-moi-cinq » [high fives] pour tous, se serrer la main). 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Assurez-vous que chacun participe également – jouer et apprendre, s'entraîner et compétitionner. ○ Faites jouer les participants à différentes positions et/ou faites essayer différentes activités. ○ Introduisez des règles simples. ○ Commencez à introduire des concepts reliés à l'engagement (i.e. encouragez les participants à être responsables de leur propre équipement). ○ Enseignez des responsabilités individuelles. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Assurez-vous que chacun a la possibilité de participer – qu'il obtient l'occasion de compétitionner sur la base de l'effort et de l'engagement, pas seulement des aptitudes. ○ Jouez selon les règles – encouragez des discussions d'ordre éthique en posant la question « Qu'est-ce que vous feriez si... ». ○ Faites preuve d'esprit sportif et récompensez l'esprit sportif en mettant en évidence de bons exemples de jeu franc et en discutant de situations qui sont considérées comme non équitables. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Jouez selon les règles – encouragez la réflexion sur des actions personnelles ainsi que sur des actions des parents, des entraîneurs et des coéquipiers. ○ Explorez le concept du contrôle des émotions. ○ Faites la promotion de choix éthiques (i.e. pas d'entorses aux règlements, pas de drogue, pas de coups bas, etc.). ○ Explorez pourquoi la tricherie viole l'intégrité du jeu. Utilisez des situations pour aider les athlètes à évaluer leur prise de décision. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Appliquez les règlements de façon cohérente (en tant que personne individuelle) et trouvez une explication logique à votre comportement ainsi qu'au comportement de vos athlètes, des parents, des officiels et de vos collègues. ○ Canalisez l'énergie émotionnelle. ○ Plaidez la cause du sport sans drogue, de l'honnêteté, du jeu franc, de la sécurité et de la non-violence. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Encouragez le jeu selon les règles – enseignez-les et vivez en conformité avec les règles (collectivement).
<p>Garde une bonne santé</p> <p><i>Place la santé physique et mentale au-dessus de toute autre considération et évite les activités non sécuritaires. Respecte ton corps et tiens-toi en forme.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Faites appel aux orientations et ressources du DLTA pour favoriser le jeu actif. ○ Utilisez de l'équipement approprié à l'âge. ○ Soyez un modèle de comportement sain – faites de « vivre en santé » une chose plaisante. ○ Commencez à parler de l'importance de prendre soin de son corps. ○ Proposez comme modèles des adultes attentionnés et compétents. ○ Créez des occasions pour les enfants d'être actifs quotidiennement pendant un minimum de 60 minutes et encouragez-les à le faire. ○ Donnez de la valeur au développement émotionnel et développez les habiletés sociales. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Développez les habiletés au moyen d'une combinaison de jeux non structurés dans des environnements sécuritaires et stimulants, avec une formation de qualité offerte par des enseignants, des dirigeants ou des entraîneurs compétents. ○ Encouragez la pratique quotidienne de jeux non structurés avec des amis et en famille. ○ Faites en sorte que le ratio entraînement/compétition soit approprié, conformément au guide DLTA de votre sport. ○ Faites en sorte que « de vivre en santé » soit une chose « cool ». ○ Introduisez des habitudes appropriées d'alimentation, de sommeil et d'hydratation. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Introduisez des concepts nutritionnels. ○ Encouragez vos athlètes à faire le suivi de leurs niveaux quotidiens d'activité physique et d'en faire part aux autres lors des entraînements. ○ Sachez reconnaître les humeurs, commencez à vous occuper des émotions. ○ Introduisez la notion selon laquelle l'usage de drogue dans le sport n'est ni sain, ni honnête. ○ Encouragez le développement personnel au moyen du sport – la formation du caractère acquise par la pratique du sport se transfère bien dans les aptitudes à la vie quotidienne. ○ Reconnaissez que les garçons et les filles croissent et arrivent à maturité différemment. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Introduisez des concepts spécifiques d'entraînement appropriés à la bonne forme physique : nutrition sportive et techniques appropriées d'entraînement. ○ Enseignez les messages de l'image corporelle et éduquez les athlètes, les parents et les entraîneurs à propos des changements corporels normaux. ○ Fournissez l'information à jour contre le dopage. ○ Reconnaissez que le sport peut contribuer à réduire le stress. ○ Aidez les athlètes à s'assumer en matière d'image positive, favorisez une estime de soi positive. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Augmentez les connaissances en matière de nutrition sportive, de dopage, de psychologie sportive, de messages de l'image corporelle, de maintien de la forme physique et d'utilisation appropriée de l'équipement. ○ Assurez-vous que les athlètes réfléchissent à leur vie sportive future. ○ Préparez le terrain pour demeurer en santé pour la vie. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Trouvez un équilibre positif entre le travail, la vie et le jeu. ○ Maintenez de saines habitudes alimentaires. ○ Pratiquez le sport pour les bienfaits pour la santé d'un style de vie active. ○ Utilisez le sport comme un réducteur de stress. ○ Reconnaissez que la transition d'un sport à un autre requiert toujours une période d'ajustement.
<p>Amuse-toi</p> <p><i>Prends plaisir à pratiquer le sport et trouves-y de l'agrément. Conserve une attitude positive et cherche à faire une différence positive, sur le terrain et au sein de ta communauté.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Utilisez les ressources du DLTA pour vous assurer que les habiletés et les exercices d'activité physique soient amusantes et appropriées à ce stade. ○ Soyez créatifs dans l'utilisation de l'équipement et des méthodes d'entraînement. ○ Encouragez les activités animées par les parents. ○ Enseignez aux parents, aux collègues et aux administrateurs qu'en gardant la chose amusante, les enfants vont vraisemblablement continuer à pratiquer le sport. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Mettez l'accent sur l'apprentissage et le fait d'avoir du plaisir : la compétition formelle devrait être introduite avec modération. ○ Ayez une attitude positive. ○ Découragez la spécialisation dans un sport unique. ○ Suivez le guide du DLTA de votre sport pour coordonner des activités et des jeux appropriés à l'âge. ○ Insistez sur l'importance d'avoir du plaisir et de développer la camaraderie. ○ Assurez-vous d'avoir accès continuellement au développement professionnel afin de développer de nouvelles compétences pour incorporer le plaisir dans chaque séance d'entraînement. ○ Inscrivez-vous à des cours d'éducation continue dans le cadre d'un programme de développement professionnel. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Encouragez la participation à des activités au sol, dans l'eau et sur la neige/glace. ○ Introduisez des éléments compétitifs amusants (i.e. des courses entre les groupes). ○ Favorisez une solide éthique du travail. ○ Maintenez un haut niveau de plaisir dans l'apprentissage de nouvelles habiletés. ○ Accentuez l'importance de la camaraderie dans le contexte de l'équipe. ○ Mettez en relief des modèles de qualité pour assurer la continuité de la pratique du sport. ○ Reconnaissez que les garçons et les filles apprennent différemment et prennent plaisir à faire des choses différentes. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Assurez-vous que le plaisir dans le sport est primordial alors qu'augmentent les pressions sociales au décrochage. ○ Reconnaissez qu'à mesure que les athlètes maîtrisent les habiletés, la confiance en soi va augmenter. ○ Aidez les athlètes à développer les habiletés dont ils ont besoin pour surmonter les difficultés et célébrez le plaisir qui accompagne le fait de vaincre les difficultés. ○ Mettez l'accent sur le plaisir qui émane de l'« expérience » de la pratique du sport. ○ Encouragez l'équilibre entre les exigences du sport, de la famille, des amis et de l'école. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Favorisez l'amélioration sportive continue en maintenant un haut niveau de plaisir. ○ Mettez l'accent sur la joie de l'effort et de l'engagement à exceller. ○ Comprenez que l'excitation de la compétition fournit l'occasion d'apprendre de façon continue et de maîtriser de nouvelles habiletés. ○ Reconnaissez l'atteinte d'objectifs. ○ Insistez sur l'importance de réseaux sociaux tant à l'intérieur qu'à l'extérieur du sport. ○ Mettez l'accent sur les liens entre les athlètes, leurs amis et la dynamique entraîneur/famille de l'athlète. ○ Reconnaissez la relation entre la motivation intrinsèque de l'athlète et la participation à un niveau plus élevé de compétition. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Le DLTA suggère que de faire l'essai de nouveaux sports/nouvelles activités maintient le plaisir bien vivant (passer d'un sport à un autre, i.e. du sprint au bobsleigh, du soccer à l'aviron). ○ Pratiquez le sport pour le seul plaisir de l'exercice! ○ Continuez de créer des relations sociales pour améliorer votre existence. ○ Trouvez la joie qui émane du maintien d'un style de vie saine et active. ○ Recherchez des moyens nouveaux/additionnels pour améliorer votre expérience sportive et récréative.

<p>Respecte les autres</p> <p><i>Manifeste du respect à l'égard de quiconque est engagé dans la production d'une expérience sportive, tant sur l'aire de jeu qu'à l'extérieur. Gagne avec dignité et perds avec grâce.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Introduisez des activités de collaboration. ○ Encouragez les jeunes athlètes à ranger l'équipement, les jouets et les jeux. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Appréciez le fait que ce n'est pas tout le monde qui apprend de la même manière ou au même rythme. ○ Introduisez des habiletés et des activités qui favorisent le travail d'équipe et la collaboration. ○ Faites en sorte que les athlètes prennent le temps de partager et d'apprendre de leurs coéquipiers. ○ Soyez un modèle de bon comportement quand les athlètes sont au jeu – ne pas hurler, respecter les officiels, serrez la main après la partie. ○ Faites la différence entre l'honnêteté et la justice. ○ Reconnaissez la légitimité des sentiments et des difficultés. ○ Assurez-vous que les athlètes comprennent l'importance du respect de leur entourage – s'améliorer soi-même; ne pas endommager les installations. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Introduisez des exercices de consolidation d'équipe. ○ Sélectionnez les joueurs en fonction de leur comportement autant à l'intérieur qu'à l'extérieur de l'aire de jeu. ○ Faites la démonstration que les gestes posés ont des conséquences (bonnes ou mauvaises). ○ Définissez et démontrez le respect à l'égard des officiels, des joueurs, des entraîneurs et des parents. ○ Enseignez aux joueurs les valeurs de l'esprit sportif, de l'honnêteté, de l'éthique du travail, du respect des règlements ainsi que de la loyauté à l'égard de l'équipe/du club. ○ Sachez gagner avec dignité et perdre avec grâce – célébrez et reconnaissez les athlètes qui font la démonstration de ces principes. ○ Encouragez l'expression d'opinions d'une manière respectueuse. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Mettez à la disposition des parents un Formulaire d'évaluation des entraîneurs. ○ Encouragez le débat concernant la stratégie sportive tactique parmi vos athlètes. ○ Appuyez les discussions sur des problèmes moraux ou éthiques au moyen de scénarios et de jeux de rôle. ○ Efforcez-vous d'obtenir une bonne chimie d'équipe et une interaction positive entre toutes les personnes impliquées dans le jeu (entraîneurs, parents, officiels). 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Encouragez les athlètes à être critiques de façon constructive à l'égard d'eux-mêmes et à utiliser cette énergie de façon positive. ○ Mettez à la disposition des athlètes et des parents un Formulaire d'évaluation des entraîneurs. ○ Parlez franchement de problèmes sociaux qui vous préoccupent et encouragez les athlètes à en faire autant. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Insist on respect for all at all times ○ Win with dignity and lose with grace ○ Reinforce positive behaviours that help build character and set standards
<p>Inclus tout le monde</p> <p><i>Partage le sport avec les autres, sans distinction de croyance, d'origine ethnique, de sexe, d'orientation sexuelle ou d'habileté. Invite tout le monde à pratiquer le sport afin de rendre l'expérience sportive plus significative pour l'ensemble de la collectivité.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Acceptez et embrassez la diversité en vous assurant que votre programme est ouvert et accessible à tout le monde. ○ Créez des occasions de participer pour les athlètes provenant de tous les milieux (i.e. situation financière, croyances religieuses, origine ethnique, aptitudes). 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Jumelez les athlètes avec d'autres d'ensembles d'habiletés différentes pour créer des occasions d'apprendre les uns des autres et/ou d'acquérir de nouvelles habiletés. ○ Assurez-vous que les athlètes ont l'occasion d'essayer diverses positions, techniques et habiletés. ○ Créez des moyens amusants d'accueillir de nouveaux athlètes et leurs familles au programme ou dans l'équipe. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Accentuez l'importance d'être amical, respectueux et gentil avec les coéquipiers, les parents, les entraîneurs, les officiels, les adversaires. ○ Coordonnez l'activité d'essai « Tous les sports en une journée » dans votre communauté. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Mettez sur pied intentionnellement vos groupes d'entraînement pour agencer différents ensembles d'habiletés/de positions durant toute la saison. ○ Introduisez des activités de consolidation d'équipe pour aider les athlètes et leurs familles à se connaître les uns les autres et à en apprendre davantage à propos des autres. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Organisez un programme gratuit d'exercices et d'habiletés pour les plus jeunes, les joueurs moins talentueux de votre école, club ou communauté. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Soyez accueillant à l'égard des personnes aux aptitudes diverses et structurez vos activités en conséquence.
<p>Donne en retour</p> <p><i>Souviens-toi toujours de la communauté qui soutient ton sport et contribue à rendre possible sa pratique. Trouve des moyens de manifester ton appréciation et d'aider les autres à tirer le maximum de leur expérience sportive.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Présentez des athlètes juniors comme des modèles/entraîneurs dans les programmes ○ Enfant actif en leur offrant ainsi l'occasion de Donner en retour. ○ Offrez un programme de recyclage dans toutes les installations. ○ Partagez les responsabilités de l'équipe parmi toutes les familles – i.e. apporter des collations, agir comme entraîneur adjoint, installer ou démonter l'équipement. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Offrez aux jeunes des occasions de participer à des activités de collecte de fonds. ○ Faites-vous le défenseur de programmes d'activité physique de qualité dans le programme scolaire. ○ Faites en sorte que les participants procèdent à l'installation et au démontage avant et après les séances d'entraînement ou les compétitions. ○ Respectez vos installations – i.e. après un match, ramassez les déchets et les bouteilles d'eau, participez aux journées saisonnières de nettoyage communautaire de l'environnement local. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Adoptez une cause – faites en sorte que les athlètes collectent de l'argent pour une oeuvre de bienfaisance; faites don de l'équipement usagé pour ceux qui sont dans le besoin. ○ Faites en sorte que les athlètes pensent à leur Principe de Sport pur préféré et demandezleur de partager avec leurs coéquipiers leur choix et les raisons de ce choix. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Encouragez les dons à des causes sociales. ○ Créez un poste d'activateur jeunesse au sein des comités organisateurs de votre club pour susciter l'engagement des jeunes. ○ Encouragez les étudiants à faire du bénévolat – ces activités peuvent être créditées dans leur programme scolaire. ○ Encouragez les entraîneurs, les athlètes et les parents à devenir officiels. ○ Utilisez les Principes de Sport pur pour encourager le dialogue sur la façon dont vos athlètes peuvent donner en retour à leur communauté. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Encouragez les prises de position (pensée critique) sur des enjeux d'importance. ○ Offrez des occasions à vos jeunes athlètes de faire part de leurs expériences en public et de servir de modèles. ○ Devenez un Champion Sport pur et faites en sorte que votre ou vos athlète(s) en fassent autant. ○ Devenez un Champion Au Canada, le sport c'est pour la vie et faites en sorte que vos athlètes en fassent autant. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Transmettez votre savoir à votre communauté en agissant comme mentor, entraîneur ou comme modèle ou leader sportif dans la communauté. ○ Faites évoluer votre pratique du sport – devenez entraîneur, officiel ou administrateur. ○ Envisagez une carrière reliée au sport comme entraîneur, officiel, administrateur sportif, dans une petite entreprise ou dans les médias. ○ Trouvez des moyens d'encourager votre communauté à prendre position. ○ Ralliez votre communauté pour en faire une Communauté Sport pur.