Écoles de sport et athlétisme

Questions et réponses les plus fréquentes

À quel âge la fréquentation d'une école spéciale est-elle judicieuse?
C'est différent d'un sport à l'autre! Pour la gymnastique artistique avec un âge de performance maximum précoce, les exigences sont ici par exemple très différentes que celles de l'athlétisme dont l'âge de performance maximale est tardif. On commence l'athlétisme plus tard que les autres sports qui ont des gros volumes d'entraînement dans le domaine entraînements spécifiques au sport. L'investissement en entraînement spécifique à l'activité sportive des athlètes de moins de 14 ans dépasse rarement 4x2 = 8 heures par semaines. Ceci est justifié par le fait que des intensités d'entraînement élevées ainsi que la charge des articulations par le tartan limite la chargeabilité momentanée. Par contre des séances d'entraînement supplémentaires par ex. de condition physique sont tout à fait judicieuses.
Swiss Olympic recommande de faire usage d'une offre spéciale d'école de sport à partir d'un entraînement de 10 heures par semaines. Dans la plupart des cas, chez nous un horaire courant jusqu'en 9e année est tout à fait compatible avec un entraînement d'athlé ambitieux. Dans la mesure où la société offre plus de possibilités d'entraînement, la fréquentation d'une classe de sport peut déjà être une possibilité à cet âge. Le problème est plutôt que les sociétés/entraîneurs n'offrent pas (ne peuvent pas offrir) des entraînements le matin ou l'après-midi, aux heures généralement libres dans les écoles de sport. Ces possibilités sont toutefois en hausse même en athlétisme. Un petit nombre d'écoles de sport proposent même certains entraînements.

Le problème de temps se pose souvent immédiatement après la fin des 9 ans d'école obligatoire. La formation exige d'un coup plus de temps et en parallèle il faudrait aussi augmenter le temps d'entraînement spécifique à l'athlétisme. C'est donc plutôt à ce moment que les offres d'école de sport représentent une option judicieuse.

Quel genre d'offres font les écoles de sport?
Il y a d'une part les écoles-labels de Swiss Olympic, d'autre part d'autres offres des écoles de promotion du sport ainsi que des classes de sport dans les "écoles normales".

Swiss Olympic Partner Schools : Ce sont la plupart des "écoles de sport". Elles ont une fonction de CADRE comme partie de l'OPIMISATION DE L'ENVIRONNEMNET. Elles offrent aux sportifs un peu plus et surtout du temps libre optimisé (favorable au sport) et des vacances réglementées. Dans la plupart des cas ils offrent aux athlètes des cours de soutien pour rattraper les heures d'école manquées. Ces écoles ne proposent généralement pas d'entraînement complémentaire intégré aux athlètes. L'entraînement incombe donc toujours aux sociétés et centres d'appui. Les écoles AVEC entraînement complémentaire dirigé que nous connaissons sont l'United School of Sports (entraînement de condition) et la Spotschule Appenzellerland (entraînement d'athlé).

Écoles avec le label "Sport School" : Ces écoles s'occupent de la formation scolaire et de condition physique. Le domaine technique incombe toutefois dans la plupart des cas toujours aux entraîneurs de société et centres de performance. La NET à Kreuzlingen est la seule Sport School en Suisse à offrir aussi un entraînement d'athlé spécifique.

<u>Autres écoles</u> : De nombreuses autres écoles ont en plus introduit des allégements pour les sportifs talentueux; ils ne font toutefois pas partie de la palette contrôlée par Swiss Olympic.

Entreprises formatrices favorables au sport: Il existe aussi toujours plus de solutions favorables au sport pour les athlètes, qui souhaitent faire un apprentissage plutôt que d'embrasser une carrière gymnasiale. Dans les cantons de Berne, Zurich et Thurgovie il existe entre autres de très bonnes solutions orientées sur une formation commerciale. Cependant même les apprentissages manuels peuvent être combinés avec le sport. Les ateliers d'apprentissage Berne sont par ex. précurseurs dans ce domaine.

Qui DOIT fréquenter une école de sport/classe de sport?
Les athlètes ayant un potentiel de performance élevé ainsi qu'un très grand besoin d'heures d'entraînement. Il faut en premier lieu faire preuve d'un potentiel suffisant, ce qui doit entre autres (mais pas seulement) passer par une performance de compétition attrayante au niveau national. La liste suisse des meilleurs aide à évaluer sa propre performance. Celui qui se situe environ dans les meilleurs 3% de sa discipline dans sa catégorie, est la plupart du temps suffisamment qualifié. Combiné à cette condition, le sens sportif, la possibilité d'entraînement et la disponibilité de l'athlète peuvent être démontrés. Si on tient compte du temps investi dans les disciplines de notre sport, les athlètes multiples et les coureurs de demi-fond/fond sont certainement les premiers à faire partie des candidats appropriés.

Qui PEUT aller dans une école de sport/classe de sport?
Ce n'est pas partout la même chose! Les exigences sont relativement claires pour les écoles avec label Swiss olympic. Pour les autres écoles, l'école même fixe les critères décisifs. Il est en tous les cas important d'avoir un bon dossier, qui renseigne sur le potentiel de performance, les possibilités d'entraînement et comprend une planification à long terme. On constate que beaucoup d'écoles s'orientent aux Swissolympic Talentcards, qui (devraient permettre!) permettent aux responsables de comparer les niveaux de performance des différentes activités sportives. Le titulaire d'une Talentcard –il y a env. 350 athlètes en athlé – a donc souvent de plus grandes chances d'obtenir une place dans une école de sport.

Il est par ailleurs faux de croire que la fédération peut influencer la décision d'admission! Il arrive cependant à l'occasion que les écoles de sport posent des questions à la fédération en vue d'évaluer le potentiel ou sur l'appartenance à un cadre. Dans le meilleur des cas la fédération a donc un droit participatif indirect.

Comment juge-t-on si quelqu'un est suffisamment talentueux?
Au moins tous les titulaires d'une Swissolympic Talentcard devraient disposer du talent nécessaire. Pour les autres (particulièrement les moins de 15 ans): des spécialistes indépendants, par exemple des entraîneurs d'un centre de compétence, devraient impérativement co-juger si un athlète est un talent apte à suivre une école de sport. Souvent les parents et les entraîneurs sont trop enthousiastes et jugent la situation de manière trop optimiste. Il faudrait donc dans tous les cas demander l'avis de connaisseurs qui ne font pas partie de la société, ni de la famille. Pour évaluer objectivement, il faut consulter la performance du jeune athlète sur la liste des meilleurs de Suisse et la mettre en relation avec le nombre total d'athlètes enregistrés. Règle générale: regarder si on est dans les meilleurs 3 % de la liste des meilleurs de sa discipline dans sa catégorie (...corrigées par les catégories inférieures et avec au moins 200 résultats).

Que comprend l'offre de soutien d'une école de sport/classe de sport?
Une école de sport n'est pas là pour produire de bons sportifs! Elles ne sont la plupart du temps pas directement impliquées dans la formation physique, mais optimisent simplement de manière importante l'environnement. Dans une école de sport, on ne devient pas un sportif performant; en Suisse, cette tâche de la formation sportive incombe à la société. La tâche principale de l'école est de préparer à la vie professionnelle – et dans le cas des écoles

de sport: créer des espaces de temps libre et optimiser l'environnement pour le sport. Nous connaissons cependant trois écoles proposant leurs propres entraînements : NET Kreuzlingen,Sportschule Appenzellerland et United School of Sports à Zürich.

De quoi faut-il généralement tenir compte quand on choisit une école de sport?
Il faut opter pour l'offre individuellement la plus adaptée quant à la qualité d'entraînement et la gestion temps-lieu. Pour faire ce choix il ne faut pas seulement tenir compte du catalogue de performances et de la situation géographique des institutions, mais aussi de la qualité et de la proximité des possibilités d'entraînement en athlétisme (CNP, CRP ou groupes d'entraînement performants). Il faut viser des temps de déplacement aussi courts que possible entre les principaux espaces de vie Domicile – École/Travail –Entraînement.

Où y a-t-il des écoles de sport et classes de sport près de chez moi?
Consulter la brochure "Offres scolaires pour sportifs talentueux" à ce sujet.

Qu'en est-il des offres scolaires de sport près de chez moi, mais qui sont en dehors de mon canton? Est-ce que mon canton paie les frais de scolarité?
Les 15 cantons suivants ont conclu une convention intercantonale et paient les offres dans un des autres cantons cités: AR, BE, GL, GR, LU, NW, OW, SG, SH, SZ, TG, UR, VS, ZG, ZH ainsi que le Fürstentum Liechtenstein. Dans les autres cantons il n'y a généralement pas de soutien.

Y a-t-il des subsides Swiss Athletics pour les frais de scolarité dans les classes de sport/écoles de sport?
Non.

Que faut-il penser de l'idée d'obtenir une dispense pour le sport scolaire obligatoire?

Nous estimons que ce n'est indiqué qu'exceptionnellement. Le sport scolaire obligatoire jusqu'au niveau du gymnase suit un programme global sur plusieurs années, qui transmet aux jeunes les bases importantes des mouvements de différentes activités sportives, ce qui ne nuit à aucun athlète! Un athlète de pointe a besoin d'un vaste répertoire de mouvements pour réagir plus rapidement à de nouveaux stimuli d'entraînement, apprendre plus rapidement des séries de mouvements.

Nous comptons toutefois sur la flexibilité des responsables du sport scolaire, quand il s'agit d'adapter, pour les athlètes concernés, la matière avant d'importantes compétitions telles que les championnats nationaux ou les compétitions de qualification et par exemple de les faire repasser le test d'endurance prévu la semaine suivante. Par ailleurs notre expérience montre que ce sont souvent les "faux" athlètes (il faudrait au moins être au niveau Régional) qui font une demande de dispense ; il est intéressant de constater que les meilleurs athlètes de notre cadre national n'ont jamais fait une telle demande! Notre position est quelque peu différente vis-à-vis du sport obligatoire pendant l'apprentissage, car le temps d'entraînement augmente après 16 ans et le temps de travail est nettement plus élevé qu'au gymnase. La qualité est aussi souvent plutôt moyenne, ce que ne vient pas des maîtres, mais bien plus des autres apprentis.

Auteurs: Isidor Fuchser / David Zumbach / Peter Haas