



GUIDE POUR PROGRAMME PARASCOLAIRE

19 juillet 2021

Table des matières

Introduction	3
Qu'est-ce qu'un programme parascolaire ?	3
Ingrédients du succès	4
Faire face aux barrières des groupes précisément ciblés	5
Accessibilité et inclusion pour les enfants et les jeunes vivant avec un handicap.....	6
Financement et revenus	7
Logistique du programme.....	8
Leadership et formation.....	9
Planifier des programmes de qualité.....	9
Publicité et promotion	11
Références	12
Annexe 1 – Le code moral de l'IJF expliqué par les adultes et les enfants	13
Annexe 2 – Exemple de Programme parascolaire de judo au Canada – Club de Judo Torakai au Québec	14
Annexe 3 – Exemple de Programme parascolaire de judo au Canada – Judo BC.....	15
Annexe 4 – Exemple de Programme parascolaire de judo au Canada – Judo Ontario.....	16
Annexe 5 – Exemple de bonnes pratiques de l'IJF pour le judo dans les écoles.....	18
Annexe 6 – Boîte à outils des clubs de Judo Canada.....	19
Annexe 7 – Contact Provincial/Territorial pour les programmes parascolaires	20

INTRODUCTION

Judo Canada désire initier plus d'enfants au judo en permettant désormais à ce sport de faire partie intégrante du programme d'éducation physique dans les écoles primaires à travers le Canada (comme c'est déjà le cas en France ou au Japon). La première étape de ce projet consiste à introduire le judo dans le milieu scolaire par le biais d'un Programme Parascolaire de Judo (PPJ).

La période suivant la fin de la journée d'école représente un moment particulièrement important dans la vie des enfants et des jeunes. La création d'un programme parascolaire offre la possibilité d'avoir un effet positif sur la santé, le bien-être et la sécurité des enfants par le biais d'une activité physique qui, ultimement, améliore les habitudes de vie. Ce programme offre une option aux formes de divertissement plus passif qui se déroulent généralement après les heures de classe en plus de donner aux parents une solution d'activité éducative et pratique pour leurs enfants. C'est aussi l'occasion de partager les valeurs et les bénéfices du judo par le biais d'une activité sociale.

Cependant, sans préparation minutieuse, la mise en œuvre d'un programme parascolaire peut représenter une tâche difficile. Le succès d'un tel programme repose sur une combinaison de divers facteurs (recherche, planification, vision, politiques, équipement...) et sur le rôle primordial joué par les intermédiaires communautaires dans le soutien d'une telle initiative.

Ce document présente les différentes étapes à suivre pour assurer la réussite d'un programme parascolaire pour les enfants de cinq ans et plus et les adolescents de votre communauté.

QU'EST-CE QU'UN PROGRAMME PARASCOLAIRE ?

Un programme parascolaire doit promouvoir l'activité physique et le plaisir. Ce type de programme doit offrir au moins 30 minutes d'activité physique de niveau modéré à intense. Les activités doivent être adaptées au développement et être accessibles à tous les enfants et les jeunes, y compris ceux qui risquent le plus d'être inactifs (par exemple, les filles, les jeunes plus âgés, les personnes handicapées et les personnes ayant des difficultés financières plus importantes). Le programme doit être de grande qualité et privilégier la collaboration et l'amélioration continue.

De tels programmes se déroulent généralement entre 15 h et 18 h et visent à aider les enfants et les jeunes à être actifs (seulement 1/3 des enfants et des jeunes Canadiens suivent les Directives canadiennes en matière d'activité physique - Statistique Canada, 2017), à acquérir de saines habitudes alimentaires, à gagner en confiance, à renforcer l'estime de soi et l'autonomie des participants, à lutter contre l'intimidation et à mieux réussir à l'école, ce qui contribue à diminuer l'obésité et la violence chez les jeunes. Ce programme offre aux enfants et aux jeunes qui n'en auraient peut-être pas l'occasion autrement, la possibilité de faire du sport en participant à des activités amusantes, sécuritaires et supervisées.

Les programmes parascolaires peuvent aussi avoir un effet positif sur la communauté locale. L'objectif de ces programmes n'est pas d'apprendre aux enfants et aux jeunes à effectuer une projection de hanche parfaite, mais plutôt de leur faire découvrir le plaisir qu'ils peuvent retirer de la pratique du judo. Le plaisir et l'expérience sont les aspects les plus importants d'un tel programme. Néanmoins, si les enfants veulent continuer à pratiquer le judo, il faut proposer et favoriser les contacts avec les clubs environnants.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur le lancement d'un programme, contactez le ministère ou l'organisme provincial/territorial responsable des soins à l'enfant.

INGRÉDIENTS DU SUCCÈS

Voici le processus en quatre étapes pour créer des liens et des relations communautaires :

1. Identifier les besoins
 - Décrivez votre programme, y compris la manière dont vos services répondent aux besoins de la communauté
 - Identifiez la vision/les objectifs, les forces et les limites de votre programme
2. Identifier et attirer des partenaires potentiels
 - Évaluez vos besoins
 - Évaluez ce que vous pouvez offrir à un partenaire
 - Réfléchissez aux types de partenaires qui cadreraient le mieux avec votre programme
3. Établir un partenariat
 - Élaborez une trousse d'information qui donne un aperçu de votre Programme Parascolaire de Judo et qui souligne les avantages du programme pour les participants et les partenaires, notamment :
 - Votre vision/mission
 - Une description de votre programme et des services que vous offrez
 - Une description des besoins de la communauté en matière de programme et des avantages offerts
 - En quoi vous êtes différent des autres programmes communautaires destinés aux jeunes
 - Des exemples de réussite racontés par les jeunes eux-mêmes (si le programme est nouveau, vous pouvez mentionner des exemples d'autres programmes parascolaires similaires)
 - Une liste des autres soutiens communautaires ainsi que des bailleurs de fonds municipaux/régionaux/provinciaux/nationaux
 - Communiquez avec des partenaires potentiels
 - Si les deux parties sont d'accord pour conclure qu'un partenariat serait bénéfique, vous devez identifier les aspects spécifiques de l'accord :
 - Les résultats déterminés du partenariat
 - Les bénéfices attendus pour chaque partenaire
 - Les rôles, les activités et les échéanciers pour chaque partenaire et du partenariat lui-même
 - Les ressources déployées par chaque partenaire
 - Les méthodes et le calendrier de communication entre les partenaires
 - La communication publique à propos du partenariat et des attentes de chacun en matière de reconnaissance publique
 - Établissez et entretenez une relation positive avec vos partenaires
4. Évaluer le partenariat
 - Faites des suivis réguliers pour vous assurer de la satisfaction de votre partenaire.

FAIRE FACE AUX BARRIÈRES DES GROUPES PRÉCISÉMENT CIBLÉS

Filles et jeunes femmes

Renseignez-vous sur les besoins spécifiques des filles et des jeunes femmes. Passez en revue la prestation de votre programme et identifiez les barrières qui peuvent empêcher les jeunes femmes de participer de manière égale et marquante.

Veillez à obtenir l'avis des filles et des jeunes femmes qui participent à votre programme. Découvrez ce qu'elles aiment et ce qu'elles n'aiment pas afin que votre programme réponde à leurs besoins et à leurs intérêts.

Conseils pour créer des programmes positifs pour les filles et les jeunes femmes :

- Assurez-vous que le programme est amusant
- Proposez un mélange d'activités physiques, sociales et éducatives
- Établissez des relations pour recruter et retenir les participants
- Offrez des cours de judo de base et des possibilités d'apprentissage des habiletés
- Proposez des possibilités réservées aux filles
- Offrez un environnement sécuritaire et accueillant
- Offrez des programmes pour des groupes d'âge ciblés
- Embauche des femmes dirigeantes

Enfants et jeunes autochtones

Renseignez-vous sur les peuples autochtones de votre communauté. Passez en revue la prestation de votre programme et identifiez les barrières qui peuvent empêcher les familles autochtones d'y participer.

Établissez des relations avec les peuples autochtones locaux et leurs communautés. Au moment d'élaborer des programmes, impliquez concrètement les communautés autochtones locales par le biais de consultations, de la collaboration et de partenariats. Cette approche respectueuse visant à comprendre les peuples autochtones, leurs cultures et leurs besoins contribuera à améliorer l'engagement. L'engagement envers les peuples autochtones débute par l'engagement des aînés parmi les communautés autochtones.

Populations multiculturelles

Informez-vous sur les différentes populations au sein de votre communauté. Apprenez à connaître leurs coutumes, leurs croyances et leurs traditions culturelles. Assistez à une formation sur la sensibilité aux différences culturelles si elle est offerte dans votre communauté.

Familles à faible revenu

Stratégies d'inclusion à envisager :

- Offrez des subventions et des plans de paiement différé (paiements échelonnés et chèques postdatés) aux familles à faible revenu.
- Recherchez différentes sources de financement pour les familles à faible revenu admissibles (financement régional et provincial) ainsi que des fonds privés et des organismes de bienfaisance tels que La Fondation Bon Départ de Canadian Tire.

- Soyez conscients de tous les coûts supplémentaires associés à la participation une fois que l'enfant est inscrit à votre programme (compétitions et voyages) et déterminez s'ils sont essentiels. Dans la mesure du possible, fournissez des fonds pour les enfants issus de familles à faible revenu afin qu'ils puissent participer équitablement à ces activités supplémentaires.
- Demandez aux fournisseurs de produits pour enfants ou aux organisateurs d'événements de couvrir le coût d'un fonds d'urgence pour les personnes vivant des difficultés financières en guise d'appréciation de vos activités. Donnez au fonds le nom du donateur afin de promouvoir sa bonne action.
- Contactez les groupes de services sociaux de votre communauté pour financer la participation d'enfants défavorisés à des activités parascolaires.

Veillez à promouvoir votre fonds d'urgence dans votre matériel promotionnel afin que les familles sachent que votre programme est accessible. N'oubliez pas de remercier les entreprises ou les partenaires qui vous soutiennent.

ACCESSIBILITÉ ET INCLUSION POUR LES ENFANTS ET LES JEUNES VIVANT AVEC UN HANDICAP

Chaque établissement, école, prestataire de services, organisation et programme est unique et il n'existe pas de méthode parfaite ou idéale pour favoriser des possibilités d'inclusion. Vous devrez concevoir et suivre un cheminement qui convient au participant, à votre établissement et à votre programme.

Les handicaps se manifestent différemment chez chaque personne et leurs répercussions sont diverses. Les Canadiens ayant un handicap proviennent de tous les milieux, sont de tous âges et ont des capacités et des déficiences très variées. Les handicaps visibles se répartissent en trois grandes catégories : (i) physique, (ii) intellectuel et (iii) sensoriel. En plus de celles-ci, vous pouvez aussi avoir des personnes souffrant d'un trouble de santé mentale et d'autres conditions médicales qui ne sont pas aussi apparentes que celles des trois catégories énumérées ci-dessus.

Un Programme Parascolaire de Judo inclusif et adéquat pour les enfants et les jeunes vivant avec un handicap est un programme dans lequel :

- Les participants vivant avec un handicap se sentent accueillis et acceptés
- Les activités sont facilement adaptables et offertes de manière individuelle, si nécessaire
- Les attentes sont réalistes, mais stimulantes
- L'assistance est offerte seulement quand elle est nécessaire
- La dignité du risque et le choix sont offerts. Les préoccupations excessives en matière de sécurité empêchent la personne d'expérimenter pleinement l'activité physique.
- L'enfant/le jeune vivant avec le handicap vit des réussites.

Votre programme doit avoir une politique d'inclusion des enfants et des jeunes vivant avec un handicap. Voici quelques suggestions de ce que devrait contenir la politique d'inclusion :

- La formation du personnel
- Consultation et participation des personnes handicapées du programme
- Brochures sur le programme dans des formats alternatifs en utilisant un langage simple
- Partenariat avec des organisations communautaires qui servent les personnes handicapées afin de leur proposer des programmes de vie active.

Le langage que vous utilisez est un élément important de l'inclusion. Voici quelques conseils concernant le langage inclusif :

- Mettez l'accent sur le respect
- Parlez aux gens de la même façon que vous voudriez qu'ils vous parlent
- Placez l'enfant/le jeune avant le handicap et mettez l'accent sur l'exactitude

Le langage corporel est tout aussi important.

Bien souvent, une personne atteinte de paralysie cérébrale, de certaines formes d'autisme, qui est malentendante ou qui a subi un accident vasculaire cérébral, peut avoir des difficultés à s'exprimer clairement. Bien qu'il puisse être difficile de comprendre la personne au départ, le fait d'être patient, respectueux et créatif dans l'utilisation des gestes de la main et/ou de l'écriture si nécessaire peut aider à faciliter la communication.

Neuf étapes vers l'inclusion des enfants et des jeunes vivant avec un handicap :

1. Poser des questions à propos du handicap
2. S'informer sur le soutien à offrir
3. Définir les préoccupations en matière de sécurité
4. Évaluer les habiletés
5. Fixer des objectifs réalistes (si possible, demandez à l'enfant quels sont ses objectifs)
6. Choisir les activités
7. Apporter des modifications
8. Instaurer et évaluer

Tous les enfants ayant des besoins particuliers doivent être traités avec respect et attention :

- En analysant leurs besoins, en étant attentif et en leur offrant des choix
- En respectant leur intimité et leur dignité
- En favorisant des occasions d'interaction entre les pairs
- En leur parlant à la hauteur des yeux
- En faisant en sorte que les autres enfants sachent à l'avance quels sont les comportements attendus et quelles sont les conséquences d'un comportement inacceptable
- En ayant un temps d'attente minimal ainsi que des transitions bien organisées et bien planifiées
- En posant des questions pour déterminer si l'enfant est à l'aise avec une activité

FINANCEMENT ET REVENUS

Il existe plusieurs types de financement à envisager :

- Commandites
 - Les commandites d'entreprise : une commandite d'entreprise peut prendre plusieurs formes, comme un don financier important ou un don de prix pour un événement spécial
 - Soutien financier possible de l'administration de l'école
 - Contributions de la communauté : les contributions de la communauté peuvent provenir d'un commanditaire d'entreprise, mais aussi du secteur à but non lucratif de votre communauté.
- Subventions
 - Subventions gouvernementales et fondations : votre programme ou votre organisation au nom de votre programme peut être admissible à des subventions des gouvernements et des fondations.

- Collecte de fonds
 - La collecte de fonds représente bien souvent un excellent moyen de compléter votre budget et peut être une occasion pour les participants de votre programme parascolaire de travailler ensemble et de s’amuser.
- Frais d’inscription
 - Déterminez les frais d’inscription appropriés pour que ce programme soit un succès (pour les participants, l’école et les dirigeants).

LOGISTIQUE DU PROGRAMME

Pour être pris en considération et, espérons-le, être couronné de succès, un Programme Parascolaire de Judo doit clairement énoncer les points suivants :

- L’autorisation, la gestion des risques et la responsabilité :
 - Autorisation : Il est important de porter une attention particulière aux aspects légaux et aux responsabilités liés à la prise en charge des enfants et des jeunes afin de garantir un Programme Parascolaire de Judo de qualité. Chaque province établit ses propres normes et règlements concernant des facteurs spécifiques liés à la prise en charge des enfants d’âge scolaire.
 - Gestion des risques : L’objectif de la gestion des risques est de s’assurer qu’il n’y ait pas de « négligence » dans votre programme. On parle de négligence quand le « niveau de soins » n’est pas respecté. Assurez-vous que vos politiques et procédures relatives à la responsabilité et à la gestion des risques sont bien rédigées et communiquées aux intervenants.
 - Responsabilité : Il est essentiel que votre Programme Parascolaire de Judo ait envisagé et discuté de la nécessité d’être assuré auprès d’une compagnie ou d’un agent d’assurance.
- Santé et sécurité
 - Assurez-vous que vos politiques et procédures en matière de santé et de sécurité sont bien rédigées et communiquées.
- Budget
 - Le budget est essentiel au fonctionnement du programme. Il doit être fiscalement responsable et viable dans le temps.
 - Ce budget doit indiquer combien de participants peuvent y prendre part. Cela fournira aux autorités et à ceux qui fournissent des fonds et des subventions des informations détaillées sur les coûts par enfant et par cours.
- Coûts de fonctionnement à prendre en compte :
 - Salaires du personnel
 - Coûts d’équipement
 - Exploitation de l’installation
 - Assurances
 - Matériel et équipement
 - Communications (publicité, promotion...)

Dans la mesure du possible, nous recommandons que les enfants puissent porter des judogis durant le programme parascolaire. Chaque enfant doit pouvoir vivre une véritable expérience du judo. L’équipement (judogis, tapis ou autres) doit être offert sur les lieux d’enseignement avant le début du programme. Pour des raisons d’hygiène, il est important d’utiliser des judogis propres et que les enfants portent des chaussures quand ils se déplacent sur le site.

LEADERSHIP ET FORMATION

La qualité de vos responsables aura une incidence sur le succès et la durabilité de votre programme. Le développement et la formation du personnel doivent inclure :

- Travailler et communiquer efficacement avec les enfants, les jeunes et les familles
- S’adapter aux besoins de participants de différents âges
- Créer des programmes et des environnements de qualité qui sont inclusifs pour les filles et les jeunes femmes
- Promouvoir et respecter la diversité culturelle
- S’adapter aux besoins des participants vivant avec un handicap
- Comprendre l’importance d’un développement sain de l’enfant
- Évaluer les progrès des enfants et des jeunes ainsi que les interactions entre le personnel et les enfants
- Planifier l’espace et les activités du programme afin de pouvoir satisfaire aux objectifs établis
- Promouvoir la sécurité, la santé et une alimentation saine auprès des participants
- Mettre en œuvre des programmes et des stratégies qui soutiennent les études, l’enrichissement et les loisirs
- Offrir un encadrement positif aux enfants afin de traiter les problèmes de comportement et les préoccupations
- Fixer des buts et des objectifs et évaluer le Programme Parascolaire de Judo
- Appliquer un plan d’action d’urgence et des pratiques de gestion des risques
- Mettre en œuvre des politiques et des procédures

Les responsables doivent suivre la formation de judo du PNCE et satisfaire aux exigences suivantes :

- Faire une VCJ (vérification du casier judiciaire) via ce lien : [Judo Canada \(sterlingbackcheck.ca\)](http://JudoCanada.com/sterlingbackcheck.ca)
- Suivre le cours « Prise de décisions éthiques » et faire une évaluation en ligne via ce lien : [PNCE Prise de décisions éthiques | ACE \(coach.ca/fr\)](http://PNCE.com/Prise-de-decisions-ethiques)
- Suivre la formation en ligne « Respect et sport pour les leaders d’activité » via ce lien : [Respect et sport pour les leaders d’activité – Pour débiter \(respectgroupinc.com\)](http://Respect-et-sport-pour-les-leaders-d-activite.com).
- Suivre la « Formation sur la sécurité dans le sport » en ligne via ce lien : [Formation sur la sécurité dans le sport de l’ACE \(coach.ca/fr\)](http://Formation-sur-la-securite-dans-le-sport-de-l-ACE.com)

Il existe cinq composantes essentielles pour assurer un leadership efficace :

1. Attirer les bons leaders
2. Vérifier les antécédents des leaders
3. Former les leaders
4. Évaluer les leaders
5. Reconnaître et célébrer les leaders

PLANIFIER DES PROGRAMMES DE QUALITÉ

La planification efficace est un ingrédient clé du succès du Programme Parascolaire de Judo. La création d’un plan de programme vous permet de :

- Identifier les besoins de vos participants
- Répondre aux besoins de vos participants en proposant des activités adaptées à leur âge et à leur niveau d’habileté

- Utiliser l'espace, l'équipement et le temps le plus efficacement possible
- Offrir à vos participants des programmes amusants, positifs et stimulants
- Évaluer votre programme
- Communiquer les résultats du programme à vos partenaires, commanditaires, etc.

Envisagez la possibilité d'avoir différents programmes :

- Cours de judo pendant la pause du dîner
- Cours de judo après l'école

Il y a trois types de plans à élaborer et à mettre en œuvre :

- Plan de programme
 - Un plan de programme vous permet d'avoir une vue d'ensemble en plus de décrire tous les programmes et activités nécessaires au bon fonctionnement de votre programme. Il vous permet de communiquer les besoins de votre programme aux autres, d'éviter les conflits avec les installations et/ou les participants et de vous assurer que les besoins de vos participants sont satisfaits.
 - Nous vous recommandons de présenter une planification à long terme qui contient une description claire et détaillée du contenu du programme, de ses objectifs et de sa croissance potentielle.
- Plan hebdomadaire
 - Un plan hebdomadaire contient des informations plus détaillées sur les activités, le calendrier et les ressources nécessaires. La façon dont vous structurez votre programme est essentielle pour garantir la satisfaction des besoins des participants.
- Plan d'activité
 - Un plan d'activité comprend généralement les informations suivantes :
 - Nom de l'activité
 - Groupe d'âge
 - Moment de l'activité
 - Thème
 - Type d'activité
 - Résultats/objectifs de l'activité
 - Déroulement du jeu/activité
 - Utilisation de l'espace
 - Équipement requis
 - Personnes et groupes

Il est important d'évaluer votre programme et de recueillir des données. Cela peut se faire de différentes manières. Des sondages peuvent être remplis par le personnel, les parents, les participants et les bénévoles. Vous pouvez aussi surveiller le programme en observant et en recueillant les commentaires informels des participants, des responsables et des parents. Des ajustements pourront alors être apportés si nécessaire. La collecte de données (nombre de participants, progression des participants, nombre de cours organisés...) montrera comment certains projets sont menés à bien et quelles modifications doivent être apportées. Ces chiffres peuvent aussi être utilisés pour la promotion et la recherche de financement.

Nous recommandons de veiller à ce que chaque programme contienne des occasions de réussite. Chaque participant doit être stimulé et récompensé à plusieurs reprises (diplômes, certificats, cérémonie de remise des diplômes, etc.).

PUBLICITÉ ET PROMOTION

Comment promouvoir et faire connaître votre programme :

- Contactez l'école ou le professeur d'éducation physique. Le projet sera probablement présenté au conseil d'établissement de l'école (il est possible d'y aller et de se présenter pour parler du judo et répondre aux questions).
- Créez un plan de publicité et de promotion qui décrit :
 - Les bénéfices de la pratique du judo :
 - Code moral (voir *Annexe 1*).
 - Sentiment d'appartenance à un groupe : bien que ce soit un sport individuel, on a besoin des autres pour progresser
 - Apprend aux enfants l'empathie et la maîtrise de soi. Apprendre avec un partenaire et non contre un partenaire.
 - Contribue à réduire la passivité et la timidité. Avoir besoin des autres pour progresser. Le judo offre une occasion unique d'interaction sociale — les progrès ne sont possibles qu'en coopérant avec des partenaires. Il s'agit d'un aspect unique du judo qui le différencie des autres sports
 - Aide à canaliser l'agressivité et la colère des jeunes tout en leur permettant de faire du sport.
 - Il est important de rappeler que le Programme Parascolaire de Judo permet aussi de développer des compétences pour la vie
 - Objectifs — par exemple : attirer 40 participants au programme
 - Qui — les publics cibles
 - Comment — de quelles manières allez-vous les atteindre (c'est-à-dire les types de publicité et de promotion que vous avez choisis)
 - Tâches — les étapes nécessaires à la mise en œuvre de chaque outil/activité
 - Quand — votre calendrier de mise en œuvre de chaque activité
 - Coûts — le coût estimé de chaque outil/activité
 - Responsabilités — qui accomplira chaque tâche

Il y a sept étapes pour promouvoir et faire connaître un Programme Parascolaire de Judo :

1. Recueillir de l'information
 - Quel est le programme ?
 - Comment les gens s'impliquent-ils ?
 - Où et quand aura-t-il lieu ?
 - Y a-t-il des frais d'inscription ?
 - Pour quelles raisons le programme est-il offert ?
 - Quel est le budget pour la publicité et la promotion ?
 - À qui s'adresse le programme ?
 - Y a-t-il des commanditaires pour le programme ?
2. Identifier et définir les groupes ciblés
 - Qui souhaitez-vous voir participer ? Qui voulez-vous aider ? Qui souhaitez-vous voir au programme ?
3. Choisir des outils et des activités de publicité et de promotion pour attirer les différents groupes ciblés.
 - Contactez les écoles de votre ville

- Faites de la publicité par l'intermédiaire de votre service local des parcs et loisirs
 - Contactez votre chambre de commerce locale
 - Devenez exposant dans le cadre de salons ou de foires locales
 - Participez à des événements et à des collectes de fonds
 - Élaborez une campagne sur les médias sociaux
4. Établir un échéancier de mise en œuvre
- Combien de temps à l'avance la campagne doit-elle commencer ?
 - À quelle fréquence le message doit-il être modifié ?
 - Sortez des sentiers battus pour savoir où et comment faire la promotion dans les écoles, les centres commerciaux, les complexes d'habitation, les autres organisations, etc.
5. Élaborer la publicité et le matériel promotionnel
- Réfléchissez à un thème pour votre campagne
 - Faites participer les jeunes à l'élaboration de vos messages clés et à la conception de votre campagne
 - Quels slogans ou titres accrocheurs pourriez-vous utiliser ? Mettez l'accent sur le plaisir, les amitiés et l'essai de nouvelles activités.
 - Des logos ou des photos aideraient-ils à créer une image de marque pour la campagne ? Assurez-vous d'avoir de la diversité dans vos images en ce qui concerne le sexe, la race/ethnicité, les habiletés, la taille, etc. Faites des choix consciencieux afin de ne pas perpétuer des images stéréotypées des femmes et des hommes.
 - Quelles informations sont nécessaires ?
 - Quels accessoires ou matériaux spéciaux pourraient être utilisés pour offrir une présentation accrocheuse ?
 - Vérifiez l'exactitude des informations, de l'orthographe et de la grammaire de tous les outils publicitaires et promotionnels
 - Développez du matériel dans différentes langues en fonction des besoins de votre public cible.
6. Agir
- Tenez les gens informés de ce qui se passe pendant le programme
 - Gardez les outils de publicité et de promotion à jour
 - Recueillez des informations/commentaires sur l'efficacité de votre campagne de publicité et de promotion
7. Évaluer
- Informez les gens des résultats finaux du programme et soulignez le soutien et les contributions au programme
 - Retirez toute publicité qui n'est plus à jour

RÉFÉRENCES

- EPS Canada — Vie active après l'école (VAAE) :
 - <https://eps-canada.ca/programmes/vie-active-apres-lecole>
 - Guide pratique : « Vie active après l'école : un guide pratique pour les programmes parascolaires » par EPS Canada
- Actif après l'école (Active after school) : <http://www.activeafterschool.ca/>
- Le judo à l'école (IJF) : <https://schools.ijf.org/>

ANNEXE 1 – LE CODE MORAL DE L’IJF EXPLIQUÉ PAR LES ADULTES ET LES ENFANTS

CODE MORAL	Expliqué par les adultes	Expliqué par les enfants
POLITESSE	C’est le respect des autres	Je suis gentil avec tout le monde. Nous nous disons bonjour et au revoir. Avec le judo, je ne peux pas chatouiller, pincer, mordre ou donner des coups de pied à quelqu’un.
COURAGE	C’est faire ce qui est juste	Je suis courageux. Je suis toujours en train d’essayer/d’oser.
SINCÉRITÉ	C’est parler franchement	Je dis ce que je préfère ou aime faire. Je dis la vérité. Je ne mens pas.
HONNEUR	C’est être fidèle à sa parole	Je fais ce que j’ai dit que je ferais. Je tiens mes promesses.
MODESTIE	C’est parler de soi sans arrogance ni impatience	Quand je gagne, je félicite mon partenaire parce qu’il/elle a bien joué.
RESPECT	Sans respect, il n’y a pas de confiance	Je ne fais de mal à personne. Je m’incline toujours devant mon partenaire et je lui donne toujours une poignée de main. Je ne triche pas, car les tricheurs ne peuvent jamais être les gagnants.
MAÎTRISE DE SOI	C’est rester silencieux quand des sentiments négatifs montent en nous	Je demeure en contrôle de moi-même, de mes émotions et de mon énergie.
AMITIÉ	C’est le sentiment humain le plus pur	Quand j’ai un ami, je l’aide. Je soutiens mon ami s’il/elle est dans le besoin. Je suis heureux s’il/elle réussit quelque chose.

ANNEXE 2 – EXEMPLE DE PROGRAMME PARASCOLAIRE DE JUDO AU CANADA – CLUB DE JUDO TORAKAI AU QUÉBEC

Club de judo Torakai — Programme scolaire

- Le Club de judo Torakai intervient en milieu scolaire pour promouvoir les valeurs du judo auprès des jeunes.
- Ce club estime que le judo est une méthode d'intervention auprès des jeunes qui permet de contrer l'intimidation, le décrochage scolaire et la toxicomanie. Avoir une passion dans la vie fait toute la différence. Le programme vise à promouvoir les valeurs suivantes à travers l'enseignement du judo : respect, honneur, maîtrise de soi, amitié, modestie, courage, sincérité et politesse.
- Le programme scolaire de judo Torakai s'est implanté au Québec dans les écoles primaires suivantes : Jardin-Bienville, Mosaïque, Paul Chagnon, Quatre Saisons, George-Étienne Cartier, Saint-Jude/Curé Lequin, Christ-Roi, International Vieux-Longueuil, Arc-en-ciel et Normandie, Maricourt et Marcelle Gauvreau. Il est maintenant principalement basé à l'école Lionel Groulx à Longueuil dans l'école la plus défavorisés de la région.

<https://www.facebook.com/JudoTorakai/about/>

Vous trouverez ci-après un lien vers l'enregistrement d'un webinaire organisé par Judo Québec présentant les avantages ainsi que les points à considérer quand vous lancez et dirigez un programme parascolaire de judo au Québec. Ce webinaire est présenté par Simon Gauthier-Hansen qui est en charge du club de judo Torakai :

- <https://www.dailymotion.com/playlist/x71oc6>

ANNEXE 3 – EXEMPLE DE PROGRAMME PARASCOLAIRE DE JUDO AU CANADA – JUDO BC

Judo BC a mis en place un programme parascolaire depuis un certain nombre d'années. Ce dernier repose sur les étapes et principes suivants :

1. Identifier un professeur pour le programme.
2. Identifier les écoles à proximité de ce professeur.
3. Organiser une rencontre avec la direction de l'école afin de présenter les bienfaits d'un tel programme et le planning associé.
4. Identification du matériel disponible :
 - a. Possibilité de subvention de Judo BC pour l'acquisition de surface.
 - b. Possible contribution de l'association des parents d'élèves pour l'achat de surface.
5. Journée d'introduction auprès de chaque classe.
6. Programmation de cours pour les élèves de 1^{ère} à 4^{ème} année. Les participants devront être affiliés au club de judo du professeur (notamment pour des questions d'assurance). Le prix du programme inclut le prix de la licence.
7. Le paiement pour participer au programme se fera directement auprès du club de judo du professeur qui reversera à ce dernier un montant pour son implication.

Une dizaine d'écoles ont profité de ce programme parascolaire de judo.

<http://www.judobc.ca/school-programs/judo-after-school/>

ANNEXE 4 – EXEMPLE DE PROGRAMME PARASCOLAIRE DE JUDO AU CANADA – JUDO ONTARIO

Vous trouverez ci-dessous certains des prérequis listés par Judo Ontario qui doivent être pris en compte et mis en œuvre avant de lancer un programme de judo parascolaire :

Programme 1 :

1. Identifier les entraîneurs potentiels pour offrir et exécuter des programmes fixes toute l'année dans leur région
2. Identifier 4 à 5 écoles élémentaires/secondaires pour dispenser 2 à 3 cours (45 min-1 h) par école et par jour
3. Groupe d'âge à déterminer. Entre 20-30 participants par école.
4. Des entraîneurs pour offrir un programme prédéterminé, à la disposition du personnel de l'école.
5. Créer une voie communautaire vers le sport par le biais de centres sportifs judo reliant les clubs locaux et engageant les membres vers le sport pour la vie.

Programme 2 :

1. Identifier un coach potentiel pour livrer et exécuter des blocs de 6 à 8 semaines par an dans plusieurs régions (cela pourrait fonctionner par l'adhésion via le programme d'introduction de Judo Ontario).
2. Identifier 4 à 5 écoles élémentaires/secondaires pour dispenser 2 à 3 cours (45 min-1 h) par école et par jour
3. Groupe d'âge à déterminer. Participants entre 20-30 par école.
4. Chaque bloc se terminera avec la participation à un événement/festival axé sur le savoir-faire physique, la coopération et le développement. Temps maximum pour l'événement 4 heures. Engager de jeunes dirigeants sportifs et bénévoles pour aider à diriger et à faciliter l'événement. Formation événementielle à donner aux bénévoles (les heures enregistrées peuvent être utilisées pour l'obtention du diplôme).
5. Après l'événement – les enfants sont dirigés/orientés vers le club local pour continuer à pratiquer et se voient offrir un essai gratuit et un judogi.
6. Évaluation du programme par les participants pendant l'événement - ce qui s'est bien passé, les domaines à améliorer, les données utilisables et traçables pour informer sur l'efficacité et l'évolution du programme.
7. Entraîneur de développement des membres de Judo Ontario qui pourrait animer ce programme plusieurs fois par année dans différentes zones/régions.

- ➔ Tous les membres du personnel / dirigeants doivent être accrédités auprès de Judo Ontario.
- ➔ Tous les membres du personnel / dirigeants doivent suivre une formation standardisée pour la prestation du programme.
- ➔ Achèvement des cours appropriés du PNCE.

Ceci est obligatoire pour s'assurer que le personnel est contrôlé et répond aux normes requises de professionnalisme et d'excellence requise pour offrir un programme ONS/OPS cohérent.

Partenaires potentiels

- Programme Bon départ de Canadian Tire
- Hatashita International / Matsuru / Jukado ou autre fournisseur
- Toute autre subvention ou financement du ministère

Groupes cibles spécifiques aux barrières

- Identifier des femmes leaders pour animer les cours/programmes.
- Utilisation de cours/jours réservés aux femmes.
- Source de financement/subventions pour les participants à faible revenu (programme gratuit + 1 an d'adhésion à Judo Ontario + 1 an de frais de club + judogi gratuit).
- Accessibilité pour les participants handicapés – lier ceci au projet OPC – création de 2 Centres (Est/Ouest) pour la déficience visuelle (DV).

Logistique

- Location/livraison de tapis – Combien de tapis disponibles ? Comment les transporter vers les écoles/centres ? Où sont-ils stockés ?
- Personnel – à quoi cela ressemble-t-il ? Bénévoles multiples / Peu de livreurs « à temps plein ». Comment recruter des assistants/jeunes leaders pour accompagner les programmes ?
- Publicité / Campagne de marketing – médias sociaux / site Web du programme désigné / publicité Google / référencement.
- Slogan / nom de la campagne, Logo

ANNEXE 5 – EXEMPLE DE BONNES PRATIQUES DE L’IJF POUR LE JUDO DANS LES ÉCOLES

Le programme Schooljudo.nl aux Pays-Bas :

- Il a été lancé en partant du principe que la société est de plus en plus dure et que les écoles pensent qu’il est important d’enseigner aux jeunes un code de conduite et des standards à travers le sport.
- Schooljudo a développé un programme d’enseignement dans lequel ces thématiques sont abordées.
- Le programme a été proposé pendant un minimum de six semaines durant les heures de cours (en s’insérant exactement entre deux périodes de vacances scolaires).
- Les écoles ont été approchées directement. Le sujet n’était pas les cours de judo à l’école, mais comment développer le respect et la résilience tout en bougeant davantage grâce au judo.
- Si une école se montre intéressée, un club de judo local sera impliqué pour s’occuper du programme.
- Le programme a été lancé dans une école sous le nom de Schooljudo et s’est étendu à 350 écoles aux Pays-Bas. Il peut être organisé de manière uniforme et l’ampleur peut varier.

www.schooljudo.nl

Programme Mala sola Juda (« petite école de judo ») en Slovénie :

- Introduire des enfants âgés de six à neuf ans au judo grâce à des jeux spéciaux de judo pour les encourager à s’inscrire dans les clubs de judo.
- Le programme est axé sur le plaisir et le jeu et se déroule à l’aide de tapis, de balles, de ceintures et d’autres équipements techniques spéciaux.
- Le programme est basé sur les principes du judo, sur le respect et la discipline. Le programme apprend aux enfants comment tomber.
- Le programme est organisé de septembre à juin et les séances ont lieu deux fois par semaine.
- Les cours ont lieu dans les écoles primaires.
- 50 écoles primaires sont impliquées et plus de 1 100 enfants participent au programme chaque année.
- Chaque enfant paie une cotisation mensuelle de 10 € à 20 €. La ville de Ljubljana couvre 20 % des coûts et le financement nécessaire est amassé par le biais de différentes activités commerciales telles que la vente de produits dérivés et les camps d’été ou d’hiver.

www.malasolajuda.si

ANNEXE 6 – BOÎTE À OUTILS DES CLUBS DE JUDO CANADA

- Dépliant pour les parents: <https://judocanada.org/fr/developpement/>
- Introduction au judo: <https://judocanada.org/fr/44303-2/>
- Pratique sécuritaire du judo: https://www.judocanada.org/wp-content/uploads/2017/08/Safe-Judo-Practice-FR_aug_2017.pdf
- La gestion des commotions cérébrales: <https://judocanada.org/fr/commotions-cerebrales-information/>
- Les grades Kyu (Ceinture Blanche à Marron) : <https://judocanada.org/wp-content/uploads/2021/04/KYU.pdf>
- Échauffement sécuritaire: https://judocanada.org/wp-content/uploads/2021/04/WARMUP_VF.pdf
- Programme moins de 9 ans: <https://judocanada.org/wp-content/uploads/2021/04/Judo-Ecole-U9-FR.pdf>
- Programme moins de 12 ans: <https://judocanada.org/wp-content/uploads/2021/04/Judo-Ecole-U9-FR.pdf>
- Programme moins de 16 ans: https://www.judocanada.org/wp-content/uploads/2018/12/depliantU12-U15_FR.pdf
- Enfants avec un handicap : <https://judocanada.org/fr/athletes-ayant-un-handicap/>
- Certificat d'introduction au judo : https://www.judocanada.org/wp-content/uploads/2020/02/JC_Certificate_8x11_FR_p1.pdf

ANNEXE 7 – CONTACT PROVINCIAL/TERRITORIAL POUR LES PROGRAMMES PARASCOLAIRES

Alberta	https://abactiveafterschool.ca/
Colombie-Britannique	http://www.judobc.ca/school-programs/judo-after-school/
Nouvelle-Écosse	https://www.ednet.ns.ca/bap/locations
Ontario	http://www.mtc.gov.on.ca/en/sport/afterschool/after_school.shtml

Cette liste n'est pas exhaustive et est amenée à évoluer.

Au niveau national :

- Boys and Girls Club: <https://www.bgccan.com/en/>
- YMCA: <https://ymcagta.org/child-care/before-and-after-school-care>