

TAEKWONDO QUÉBEC



PLAN DE DÉVELOPPEMENT DE LA PRATIQUE SPORTIVE EN TAEKWONDO



2020-2024



TABLE DES MATIERES

PRÉFACE	4
SECTION 1 - ÉTAT DE LA SITUATION.....	6
SECTION 2 – PROBLÉMATIQUES.....	22
SECTION 3A – AXES D’INTERVENTION PRIORITAIRES.....	26
SECTION 3B – OBJECTIFS ET ACTIONS	29
SECTION 4 – RÔLE ET SITUATION DE LA FEMME EN TAEKWONDO DE NIVEAU ÉLITE (CONTEXTE DE L’EXCELLENCE)	39
REMERCIEMENTS.....	43

PRÉFACE

La Fédération québécoise de Taekwondo WT (TAEKWONDO QUÉBEC) s'est engagée, depuis plusieurs années, dans une mission essentielle qui est de permettre à la population québécoise d'avoir du plaisir et de ressentir du bien être à la pratique du taekwondo. La Fédération continue de faire la promotion du taekwondo au Québec afin de faire découvrir cet art martial moderne, cette discipline olympique hors du commun, cette activité physique à la portée de tous.

La pratique du taekwondo induit une façon de penser qui met en valeur la force au service de la justice. Cette philosophie amène un mode de vie, une forte discipline personnelle, qui s'appuie sur des valeurs, les 5 principes fondamentaux du *Crédo du taekwondo* :

**COURTOISIE
INTÉGRITÉ
PERSÉVÉRANCE
MAÎTRISE DE SOI
COURAGE (ESPRIT FORT)**

Taekwondo Québec poursuit sa mission d'excellence afin de demeurer le point de référence Canadien concernant le développement du talent sportif visant le niveau de rayonnement national et international de même qu'à la formation et au perfectionnement des personnes-ressources qui encadrent ce talent identifié.

Avec la réalité mouvante de notre sport, de nos membres et de la société dans son ensemble, Taekwondo Québec adopte une approche proactive et cherche sans cesse à explorer et à mettre en pratique de nouvelles et meilleures façons de faire.

Quelques faits saillants

- L'Élite de Taekwondo Québec constitue à elle seule 50% de l'équipe nationale senior année après année ([composition de l'équipe du Championnat du monde 2019](#)) ;
- le Québec est la seule province canadienne ayant envoyé 3 de ses athlètes aux Jeux olympiques, dont les 2 seuls athlètes masculins de l'histoire du taekwondo canadien aux JO (Sébastien

Michaud et François Coulombe-Fortier), et la seule médaillée d'argent canadienne en taekwondo à ce jour (Karine Sergerie) ;

- notre Fédération compte plus de 8000 membres, une constance depuis 6 ans malgré l'offre grandissante du milieu sportif québécois ;
- TAEKWONDO QUÉBEC continue la tradition avec l'envoi d'équipes du Québec à des Opens internationaux de haut niveau, équipes dont le nombre va croissant et dont les membres réalisent des performances inouïes sur la scène mondiale ;
- maintenant 2 employés à temps pleins et 1 à temps partiel
- l'amélioration de sélection d'équipes provinciales (Juniors et Senior) et du système de classement des athlètes québécois ;
- le travail conjoint avec Taekwondo Canada pour la tenue des événements nationaux et internationaux au Québec ;
- Taekwondo Québec poursuit les achats d'équipements électroniques (plastrons électroniques de dernière génération, équipements de pointage) et s'assure du renouvellement des équipements de sécurité (tapis de combat et casques) pour les tournois sanctionnés.

Cette quête et ce souci constant de rechercher de nouvelles et meilleures façons de faire sont plus évidents encore lorsque l'on considère les nombreux projets en cours, et ceux envisagés. C'est un aperçu de ces divers projets, fruits d'un travail de consultation et de réflexion assidu et soutenu de la part de notre organisme et de ses membres, que nous vous proposons au fil des pages suivantes.

L'avenir de Taekwondo Québec est prometteur, les défis réalisés et ceux qui nous tarde de relever, nous indique que nous sommes sur la bonne voie pour permettre d'atteindre le plein potentiel de notre Fédération et de ses pratiquants.

Nous espérons que vous partagerez notre enthousiasme face à ces nombreux projets, catalyseurs potentiels d'avancées considérables dans la diffusion, l'enseignement, l'organisation et la pratique de notre discipline au Québec.



Jean Faucher, président

SECTION 1 - ÉTAT DE LA SITUATION

Nous nous efforçons de dresser, dans cette section, un portrait clair de notre sport, en nous référant aux 5 contextes de la pratique sportive. Tout d’abord, définissons les contextes de la pratique sportive.

Depuis des décennies, le Québec a utilisé de nombreux termes pour parler du sport ou de l’expérience sportive. Il s’est doté d’une définition précise qui était le résultat d’un accord du milieu sportif dans l’établissement des quatre niveaux, nommés d’abord « sphères », et désormais appelés « contextes » de la pratique sportive — découverte, initiation, récréation, compétition et excellence (haut niveau) —, termes largement utilisés au Québec dans le milieu du sport associatif et des fédérations sportives, dans le sport en milieu scolaire ainsi que par les responsables du loisir municipal. Les définitions des cinq contextes sont les suivantes.¹

Découverte

« Activité durant laquelle le participant prend contact avec une discipline sportive. C’est en quelque sorte un point de départ en vue de la pratique d’une discipline sportive. L’activité de découverte peut prendre des formes différentes (ex. : démonstration par des athlètes, participation ponctuelle à un jeu adapté, observation d’une compétition). »

Initiation

« Contexte à l’intérieur duquel le participant acquiert les connaissances et développe les habiletés et les aptitudes nécessaires à la pratique d’un sport, l’initiation est fondamentalement une démarche pédagogique qui doit favoriser l’expression du jeu inhérente au sport. »

Récréation

« Activité de récréation fondamentalement axée sur le jeu et sur le plaisir de pratiquer un sport, la récréation répond davantage à l’univers du jeu qu’à celui de la performance. Les règles et l’encadrement soutiennent de façon harmonieuse le déroulement du jeu, tout en permettant le

¹ Ministère de l’Éducation et de l’Enseignement supérieur (2019) Fondements de la pratique sportive au Québec. Pages 32-33.

http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/publications/Fondement-pratique-sportive-au-Quebec.pdf

divertissement et le délassement des participants à l'intérieur des caractéristiques essentielles du sport. »

Compétition

« Regroupant des athlètes qui participent à un sport tout en aspirant à la victoire ou au titre de champion de leur activité, ce contexte implique l'existence d'un réseau de compétition et d'un ensemble de modalités d'organisation et de fonctionnement régis par une fédération sportive. La compétition tend davantage à la performance qu'au jeu et, parce qu'elle exige de la part du participant des habiletés techniques de même qu'un effort soutenu par l'entraînement et un sens de la confrontation plus développé que dans les contextes précédents, ce contexte nécessite un encadrement soutenu et étoffé. »

Excellence (haut niveau)

« Ce terme est porteur d'une finalité très élevée de perfection. C'est le contexte de la pratique sportive où on trouve les athlètes engagés dans une recherche de très haute performance. Les paramètres de pratique liés à cette sphère doivent être de nature à soutenir cet engagement chez l'athlète. »

1.1 DÉCOUVERTE DU TAEKWONDO

Le contexte de découverte du taekwondo regroupe toutes les activités de la Fédération et de l'ensemble de ses membres sur le territoire. Il inclut le volet de la promotion du sport sous toutes ses formes. Il y a plus de 25 000 personnes qui découvrent le taekwondo au Québec annuellement, sans compter les publicités (publicités ciblées sur les réseaux sociaux et dans les médias) de la Fédération.

Quelles sont les activités de découverte?



- Salons et rencontres de sports (va donc jouer, Bouge Québec, salon des arts martiaux, fêtes municipales) ;
- Activités de découverte dans un club (amène un ami(e)) ;
- Projet *Mon premier coup de pied* ;
- Caravane sportive en région ;
- Démonstrations dans les camps de jour et les écoles ;
- Conférences par des athlètes de haut niveau (Jouez Gagnant) ;
- Sans oublier les tournois régionaux, interrégionaux et provinciaux au calendrier de Taekwondo Québec qui inclut aussi les finales régionales et provinciales des Jeux du Québec. De plus, chaque année, nous pouvons compter sur la tenue d'un événement international ou national au Québec, ce qui amène plusieurs spectateurs et médias.

1.2 INITIATION AU TAEKWONDO

Les pratiquants

Nombre : environ 1350 membres affiliés

Âge : 5 à 12 ans

Catégorie : Ceinture blanche à blanche 2 barres jaunes (3 niveaux)

Cette clientèle a habituellement accès à 1 ou 2 cours par semaine, chaque cours ayant une durée entre une demi-heure et une heure et demie. Avant de passer à un niveau supérieur, l'adepte doit acquérir certaines connaissances techniques de base sur une période approximative de 3 mois, soit 12 semaines. Les intervenants pour cette clientèle sont généralement des détenteurs de la ceinture noire pourvus d'un bon bagage technique, et titulaire d'au moins un P.N.C.E. de niveau (A) multisports (théorique).

Pas nécessairement de programme offert par la Fédération à cette clientèle, les programmes pour cette clientèle sont plutôt la responsabilité des clubs, qui y appliquent ordinairement le système de grades reconnu et en vigueur pour tous les clubs de la World Taekwondo (WT).

Structure d'accueil pour l'Initiation au Taekwondo

Principalement, les structures d'accueil sont des clubs, de même que certains programmes parascolaires (écoles primaires et secondaires).

Il n'y a pas d'uniformité par rapport aux structures d'accueil, car chaque club est différent. Cependant, on remarque deux façons de fonctionner bien distinctes, soit les clubs privés et les clubs opérant en tant qu'OBNL.

Par conséquent, certains clubs disposent de leur propre local (où l'espace est parfois restreint) et d'autres qui font affaire avec les municipalités, utilisant



ainsi souvent les gymnases fournis par les commissions scolaires ; ces derniers ont donc généralement accès à un plus vaste espace.

La majorité des clubs disposent du même équipement, soit : des boucliers, des palettes (cibles de frappe), des tapis de surface (ce dernier aspect, qui assure une plus grande sécurité des participants)

Les programmes en place

Dans ce contexte, les clubs sont, pour l’instant et dans l’ensemble, responsables de leur propre programme ou curriculum (programme de grades).

La Fédération gère toutefois, via ses Associations Régionales (ART) et les URLS de certaines régions, des activités de promotion tels “Mes premiers Jeux”.

La sécurité et l’intégrité des personnes dans les sports

Nos entraîneurs ont l’obligation d’être certifiés PNCE (exigence afin d’affilier un club et d’assurer la reconnaissance des instructeurs y enseignant). Nous exigeons par surcroît qu’ils détiennent la ceinture noire (certification émise par le Kukkiwon, siège social de la World Taekwondo), gage d’un certain nombre d’années d’expérience et d’expertise technique.

Chaque club se doit par ailleurs d’être sous la supervision d’un directeur technique (ceinture noire 4e degré et plus), qui doit veiller à la sécurité des participants et à la qualité du programme et des cours offerts.

Tous les membres de la Fédération ont aussi accès à une assurance accidents via l’affiliation.

Enfin, certains membres du CA de la Fédération et leurs délégués procèdent occasionnellement à des visites sporadiques d’inspection des dojangs, afin d’assurer que les membres y sont dûment affiliés, mais aussi pour veiller à la qualité des cours dispensés ainsi qu’à la sécurité des lieux et des équipements employés.

Voir les Règlements de sécurité de Taekwondo Québec



1.3 RÉCRÉATION EN TAEKWONDO

Les pratiquants

Nombre : environ 6600 membres affiliés

Âge : 6 ans et plus

Catégorie : Ceintures jaunes et plus, et ceintures blanches chez les plus de 12 ans

Cette clientèle a habituellement accès à 2 cours par semaine minimum, chaque cours étant d'une durée entre une heure et deux heures. Avant de passer à un niveau supérieur, l'adepte doit acquérir certaines connaissances techniques précises, sur une période allant généralement de 3 à 12 mois, selon le grade. Les intervenants pour cette clientèle peuvent varier selon les clubs. Habituellement, plus le niveau des adeptes augmente, plus cela requiert un entraîneur d'expérience.

Cette clientèle bénéficie en outre de certains programmes, tels que :

- Réseau de compétitions (régionales, interrégionales et provinciales Couleurs et Noires (hors Sélections))
- Jeux de Montréal
- Programmes Sport-Études
- Échanges interclubs
- Formations pour officiels (cours d'arbitrage de divers niveaux)
- Formations du PNCE théorique A et B
- Formation PNCE technique Assistant-Instructeur

Les clubs

La structure d'accueil principale y est sensiblement la même que pour le contexte précédent. Le club demeure l'endroit où tous les membres suivent leurs cours et sont évalués pour l'obtention de grades supérieurs.

(Sport-Études)

Cet encadrement se passe généralement dans l'établissement scolaire. Habituellement, les installations et le matériel sont sensiblement le même qu'au club. Ce volet se destine

cependant davantage aux compétiteurs, même s'il peut regrouper des compétiteurs ne prenant part qu'à des tournois de ceintures de couleur, verte et plus, U13 et +.



Les programmes en place

Programmes Sport-Études : Plusieurs régions du Québec ont sur leur territoire un programme Sport-Études Taekwondo, nous continuons le développement de ces programmes.

Compétitions d'ordre régional (incluant Finales régionales des Jeux du Québec)

Nous invitons les membres de ce contexte à participer à ce type de tournois, afin qu'ils vivent et se familiarisent avec l'expérience d'une compétition, ce qui leur permettra ensuite de faire des liens avec la compétition dans les cours et d'en comprendre davantage la dynamique. C'est aussi une bonne façon de détecter le talent et de repérer les pratiquants qui pourraient avoir le talent ou l'intérêt pour se joindre à une équipe de compétition.

Échanges interclubs

Rencontres entre deux à trois clubs, afin d'effectuer un entraînement collectif et aussi de côtoyer et apprendre d'autres adeptes issus d'autres clubs. Ces rencontres ne sont aucunement d'ordre compétitif, mais bénéficient grandement au développement des pratiquants.

La sécurité et l'intégrité des personnes dans les sports

Tout comme pour le contexte précédent, ces adeptes ont accès à une assurance accidents fournie par la Fédération québécoise de Taekwondo via leur affiliation.

- Assurance responsabilité civile via le regroupement sport loisir pour les OBNL
- Vérification des antécédents judiciaires

La vaste majorité des entraîneurs ont de plus suivi une formation de premiers soins / secourisme équivalente (la certification d'un tel cours fait en effet partie des critères en vue de l'affiliation des clubs).



1.4 COMPÉTITION EN TAEKWONDO

Les pratiquants

Nombre : environ 1000 membres affiliés

Âge : 6 ans et plus

Catégorie : Ceintures jaunes et plus

Ce contexte suit généralement la même programmation que le contexte précédent, mais puisque les membres participent aux compétitions d'ordre provincial, ils font généralement partie, en clubs, d'une équipe de compétition ; cela se traduit habituellement par l'ajout de 1 à 2 cours additionnels à leur programme d'entraînement hebdomadaire.

- Réseau de compétition régionale, interrégionale et provinciale (incluant les Finales régionales et la Finale provinciale des Jeux du Québec)
- Programmes Sport-Études
- Formations pour officiels (cours d'arbitrage de divers niveaux)
- Formation PNCE théorique A et B
- Formations du PNCE technique Assistant-Instructeur, et Entraîneur de Dojang



Les clubs

Typiquement, dans certaines structures de club, les pratiquants de ce contexte participent aux cours récréatifs en plus des entraînements spécifiques à l'équipe de compétition. Dans d'autres, l'équipe de compétition ne participe qu'à certains entraînements exclusifs à l'équipe de compétition.

L'équipe de compétition

Entraînements réservés aux membres de l'équipe de compétition, et dont le calibre et l'intensité sont donc plus élevés que dans les cours récréatifs.

Programmes Sport-études

Cet encadrement se passe généralement dans l'établissement scolaire même, où l'entraîneur mandaté se déplace afin de livrer les cours/entraînements. Habituellement, les installations et le matériel y sont sensiblement les mêmes qu'au club.

Les programmes en place

- Réseau de compétitions régionales, interrégionales et provinciales

La fédération offre à ses membres un calendrier contenant approximativement cinq à six compétitions d'ordre provincial pour les ceintures de couleurs et ceintures noires hors sélections. Selon les régions, il peut y avoir de deux à trois compétitions d'ordre régional en plus.

Tout athlète qui envisage la participation aux événements de sélection d'équipe nationale doit cependant participer à nos tournois de sélection provinciale (Coupe Québec ; 3 étapes annuellement pour les seniors, 5 pour les cadets et juniors), tournois réservés aux ceintures noires d'élite et de classe B (ceintures rouges et noires en transition vers l'Élite). Aussi cet aspect est-il décrit davantage dans le contexte de l'excellence, dont ces tournois sont le portail.

La sécurité et l'intégrité des personnes dans les sports

Le club

- Assurance accidents via l'affiliation du club et des membres
- Assurance responsabilité civile via le regroupement sport loisir pour les OBNL
- Vérification des antécédents judiciaires

Les compétitions

Les compétitions font toujours l'objet d'une évaluation par le comité de tournois. Donc les comités organisateurs de ces événements doivent obligatoirement respecter les standards et les normes exigées par la Fédération, comme clairement stipulé dans nos Règlements de tournois provinciaux, lesquels comportent des indications précises en ce qui concerne le montage, les surfaces, le personnel médical exigé, les mesures préventives à adopter, l'arbitrage et les équipements, etc.

Sur place, les athlètes sont supervisés et protégés par plusieurs cellules de sécurité, tels que :

- | | |
|---|--|
| - Assurance accidents via l'affiliation | - Équipe/personnel de sécurité sur place |
| - Équipe médicale sur place | - Arbitres sur les plateaux de combat |
| - Entraîneurs d'expérience | |

Sport-études

- Entraîneurs certifiés théoriques PNCE C - Compétition-Développement, PNCE pratique Entraîneur de Dojang et Ambulance St-Jean ou formation équivalente
- Équipe médicale en milieu scolaire



1.5 EXCELLENCE EN TAEKWONDO

Les pratiquants

Nombre : environ 150 (Seniors et Juniors inclus)

Âge : 14 ans et plus

Catégorie : ceintures noires

- **CEHP** (Centres d'entraînement de haute performance ; 2 dans la province, regroupant une centaine de nos meilleurs athlètes)

Durée : 2 heures

Fréquence : 2 fois par semaine

Intervenants : Entraîneurs élite, détenant le PNCE niveau C - Compétition-Développement ou +, PNCE pratique de niveau Entraîneur de Dojang ou Entraîneur de performance.

- **Équipe du Québec** ; sélection via la Coupe Québec (réseau de compétitions et de bourses en vue de la participation aux sélections d'équipe nationale)

Durée : Une saison (auparavant de septembre à juin, maintenant de janvier à décembre selon le calendrier national et international)

Fréquence : 3 à 5 compétitions, selon calendrier national et international

Intervenants : Entraîneurs élités, arbitres élités

- Programme Équipe Québec du MEES, athlètes identifiés

- Programme de bourses via Sports Québec

- Subvention et envoi d'équipes du Québec à des opens internationaux ; camps d'entraînement interprovinciaux et nationaux

Structure d'accueil pour L'Excellence en taekwondo

L'équipe de compétition

Cette équipe est l'élite d'un club. La fréquence d'entraînement varie d'un club à l'autre, mais en général ça ressemble à six entraînements par semaine.

CEHP (Centres d'entraînement de haute performance)

2 centres au Québec (Montréal, Québec / Sainte-Foy)

Équipe provinciale

Équipes nationales (Division WT et olympique)

Les programmes en place

- CEHP (Centres d'entraînement de haute performance)

À raison de 2 fois par semaine, les athlètes participant aux sélections provinciales bénéficient d'un entraînement collectif afin de pouvoir échanger entre eux.



Ceci permet aux athlètes qui n'ont pas nécessairement un partenaire adéquat (par rapport à leur division, par exemple) dans leur structure de club de s'entraîner avec un (des) partenaire(s) de même taille, poids et niveau, et ce au moins 2 fois par semaine.

- Coupe Québec (réseau de tournois de sélection provinciale et de bourses en vue des

championnats canadiens) Nos athlètes ont accès via ce programme à trois (seniors) et cinq (juniors) tournois par année afin de préparer leur performance au championnat canadien. Afin de soutenir nos athlètes qui se dirigeront vers le championnat canadien, nous attribuons des bourses aux 3 premiers de chaque division de poids (Juniors et Seniors).

Subvention et envoi d'équipes du Québec à des opens internationaux ;

Afin de soutenir et de développer notre élite, 2 fois par année, nous envoyons une équipe du Québec dans une compétition internationale de haut niveau. La sélection de cette équipe est faite selon un système de classement établi par la Fédération.

- Programme Équipe Québec du MEES, athlètes identifiés
- Programme de bourses via Sports Québec (FAEQ, Alliance Sport-Études)
- Camps d'entraînement interprovinciaux et nationaux

La sécurité et l'intégrité des personnes dans les sports

Le club

- Assurance accidents via l'affiliation du club et des membres
- Assurance responsabilité civile via le regroupement sport loisir pour les OBNL
- Vérification des antécédents judiciaires

Les compétitions

Les compétitions font toujours l'objet d'une évaluation par le comité de tournois. Donc les comités organisateurs de ces événements doivent obligatoirement respecter les standards et les normes exigées par la Fédération, comme clairement stipulé dans nos Règlements de tournois provinciaux, lesquels comportent des indications précises en ce qui concerne le montage, les surfaces, le personnel médical exigé, les mesures préventives à adopter, l'arbitrage et les équipements, etc.

Sur place, les athlètes sont supervisés et protégés par plusieurs cellules de sécurité, tels que :

- Assurance accidents via l'affiliation
- Équipe/personnel de sécurité sur place
- Équipe médicale sur place
- Arbitres sur les plateaux de combat
- Entraîneurs d'expérience

CEHP

Ces entraînements se déroulent dans des clubs se conformant aux exigences énoncées plus tôt, ou dans des complexes sportifs destinés à l'élite et parfaitement sécuritaires.



SECTION 2 – PROBLÉMATIQUES

Nous nous efforçons de cerner, dans cette section, les différentes problématiques ainsi que les freins ou obstacles au développement de la pratique sportive que rencontre TAEKWONDO QUÉBEC dans le cadre de ses opérations.

2.1 PROBLÉMATIQUES EN DÉCOUVERTE

- Activités de découverte du sport non optimisées

Le contexte de découverte est laissé en majorité aux clubs affiliés et aux associations régionales pour la promotion du sport sur leur territoire. Des ristournes d'affiliations à la Fédération sont retournées aux associations régionales afin de permettre à celles-ci le développement de ce contexte sur leur territoire. Étant donné le nombre de membres affiliés variant d'une région à l'autre, les moyens utilisés et les activités de découverte du sport offertes ne sont pas optimisés par les régions.

2.2 PROBLÉMATIQUES EN INITIATION

- Nombre de participants encore trop peu élevé.

Le nombre de nouveaux membres s'initiant à la pratique du taekwondo en bas âge demeure relativement peu élevé, et la promotion de notre discipline sportive est laissée, dans la plupart des cas, à l'initiative des associations régionales de taekwondo et aux clubs. L'offre grandissante des sports est aussi un enjeu.

C'est à ce stade qu'il nous faut retrouver une masse importante en termes de nombre de participants afin d'assurer l'essor futur de notre discipline. Or cette dernière demeure relativement méconnue au Québec, alors que le taekwondo est l'un des sports de combat les plus populaires au monde. Il reste encore un immense travail à réaliser afin de populariser notre sport au Québec et de le rendre plus attrayant et accessible pour tous, qu'ils aspirent à une pratique sportive ou récréative.

- Programmes d'enseignement peu adaptés à la réalité des participants de ce groupe.

Les instructeurs / initiateurs n'ont pas tous des notions pédagogiques indispensables pour interagir adéquatement et efficacement avec les participants de ce contexte. Cela a pour conséquence des programmes ou contenus de cours peu adaptés, et donc un désintéressement et un taux d'abandon relativement élevé de la part des jeunes novices. La certification des instructeurs a grandement aidé, mais encore beaucoup de chemin est à faire.

2.3 PROBLÉMATIQUES EN RÉCRÉATION

- Disparité relative des niveaux des participants d'un club à l'autre.

Disparité relative des niveaux des participants d'un club à l'autre, ce qui, par surcroît, nuit à la crédibilité et à la cohérence du système de grades à l'échelle provinciale.

- Emploi de méthodes pédagogiques inadéquates par certains instructeurs.

On assiste en effet à l'occurrence et à l'usage de pratiques pédagogiques peu efficaces, désuètes ou inappropriées par certains instructeurs. Aussi leurs niveaux de certification et de compétence semblent-ils trop variables. La certification des instructeurs a grandement aidé, mais encore beaucoup de chemin est à faire.

- Spécialisation sportive trop hâtive.

Ainsi que le précise le document du DLTA de Sport Canada et que le réitère notre « Modèle de développement de l'athlète de taekwondo » (PSDE), le taekwondo est une discipline sportive à spécialisation (maturation) tardive. Or la vaste majorité des clubs au Québec mettent délibérément l'accent sur une pratique sportive pointue dès les premiers stades du développement des participants, et ce au détriment d'autres aspects de la pratique du taekwondo qui pourraient convenir à une clientèle plus étendue, par exemple, l'enseignement et la pratique des formes (poomsae), des cassages, de l'autodéfense ou d'autres volets plus traditionnels de l'art martial et sport de combat qu'est en fait le taekwondo.

2.4 PROBLÉMATIQUES EN COMPÉTITION

- Taux d'abandon de la pratique relativement élevé à une étape cruciale ou charnière de développement.

On assiste en effet à un taux d'abandon de la pratique relativement élevé alors que les athlètes qui prennent part à des compétitions de développement (tournois pour ceintures de couleurs et ceintures noires hors sélection) atteignent la division U15 et le grade de ceintures bleues et

(surtout) rouges. Cela s'avère une période charnière, qui déterminera vraisemblablement les chances, pour le participant, de continuer jusqu'à la ceinture noire et d'y rayonner. Cette période est marquée, en tournoi, par l'initiation des participants au plein contact à la tête (classe B), et représente donc une étape marquante dans le développement des athlètes.

- Taille restreinte du groupe des officiels.

Il semble en effet que l'une des problématiques auxquelles se heurte le développement de notre sport au stade de la compétition est le nombre plutôt restreint des officiels et les incitatifs au perfectionnement.

- Fréquence des occasions de développement pas encore optimales pour les participants.

La formule présentement en vigueur en ce qui concerne l'attribution et la gestion des tournois, de même que leur déroulement, n'est pas toujours propice à la création de conditions optimales pour le développement des athlètes et la détection du talent. Aussi semble-t-il qu'il y ait besoin de réviser cette structure de façon à remédier à certains problèmes (ex. : catégories au nombre de participants trop restreint) et desservir une clientèle plus élargie.

2.5 PROBLÉMATIQUES EN EXCELLENCE

- Problème de rétention des athlètes combattant au niveau élite et excellence dans les catégories juniors et seniors.
- Faible participation aux compétitions provinciales dans la classe Élite chez les athlètes juniors et seniors.
- Faible participation des athlètes seniors de niveau élite et excellence aux centres d'entraînement provinciaux CEHP.
- Faible nombre d'athlètes québécois brevetés en raison du faible nombre de brevets accordés au taekwondo par Sport-Canada soit cinq au total au pays, ce qui rend la participation régulière sur le réseau international difficile pour les athlètes québécois.
- Problème de financement des athlètes leur permettant de cumuler les points nécessaires à la participation aux événements G-4 tels les Grands Prix qui sont peu financés par Taekwondo-Canada.
- Problème de financement des entraîneurs leur permettant d'accompagner leurs athlètes dans la participation aux événements officiels tels les Grands Prix et championnats mondiaux qui sont peu financés par Taekwondo Canada.
- Faible fréquence d'entraînement avec les systèmes électroniques utilisés dans les compétitions internationales.



- Manque d'incitatifs financiers pour les entraîneurs afin qu'ils puissent suivre les formations telles <Performance Coach> qui impliquent des dépenses importantes puisqu'elles impliquent un déplacement de plusieurs jours à l'extérieur de leur ville de résidence.

SECTION 3A – AXES D'INTERVENTION PRIORITAIRES

Nous nous efforçons, dans cette section, de sélectionner, définir et prioriser les enjeux et axes d'interventions jugées pertinentes et réalisables dans un horizon de 4 ans.

3A.1 Découverte

- Amélioration des activités promotionnelles : Campagne de pubs de la fédération ; montages vidéo pour réseaux sociaux, activités promotionnelles et de découverte (salon de sport, rencontres, conférences, démonstration). Popularisation du taekwondo sur l'ensemble du territoire québécois, via publicités et médiatisation accrue.

3A.2 Initiation

- Amélioration des programmes et contenus de cours offerts dans les clubs via formation des entraîneurs spécifiques aux besoins de jeunes participants novices.
- Promotion de la pratique chez les jeunes via ententes avec commissions scolaires en vue de la tenue de cours dans le cadre de programmes parascolaires
- Accroissement du nombre d'affiliations via rajout de nouveaux avantages aux membres et travail de sensibilisation et de promotion de ces avantages

3A.3 Récréation

- Amélioration des méthodes pédagogiques et de l'enseignement via formation accrue des entraîneurs (tenue de séminaires, conférences, ateliers scientifiques ; promotion et diffusion du PNCE).
- Amélioration de l'encadrement des participants par l'accréditation des instructeurs.
- Hausse générale et uniformisation du niveau des divers clubs via tenue de séminaires techniques et camps d'entraînement de masse destinés aux participants du contexte récréatif.

- Diversification du curriculum et des formes d'activités enseignées et pratiquées afin de rejoindre clientèle plus élargie, via formations et intégration d'épreuves additionnelles lors d'événements et de tournois régionaux, provinciaux.

3A.4 Compétition

- Rétention des participants se trouvant au seuil de l'élite (Classe B, ceintures rouges et noires) en s'impliquant dans un processus de participation active et en offrant un réseau de compétition provinciale et nord-américaine intéressant.
- Maintiens du taekwondo au programme officiel des Jeux du Québec.
- Amélioration de l'arbitrage et augmentation du bassin (nombre) d'officiels actifs via formations améliorées ainsi que la création et l'adoption d'un mode d'évaluation et de valorisation du travail des officiels.
- Amélioration de la structure et du calendrier des tournois provinciaux de développement, via formules d'élimination modifiées et changements dans la planification et l'organisation de ces événements.
- Amélioration de l'encadrement des athlètes en compétition via l'accréditation des entraîneurs.

3A.5 Excellence

- Modifier le financement des athlètes de niveau excellence pour compenser au faible support financier de la Fédération canadienne pour permettre à ceux-ci de suivre la nouvelle réalité du calendrier de la World Taekwondo qui est beaucoup plus chargé et dispendieux.
- Assurer qu'il y ait deux systèmes électroniques sur place aux CEHP afin que les athlètes développent les habiletés nécessaires lors des compétitions. De plus, cela serait une motivation supplémentaire pour les athlètes à être présents aux CEHP.
- Offrir un réseau compétitif et d'entraînement élargi en créant des liens avec l'Ontario et les états au nord des États-Unis (AAU). Ceci aurait un effet motivant pour les athlètes, favorisant ainsi la rétention de ceux-ci à la compétition et cela à un coût plus abordable.
- Retirer les athlètes champions canadiens et top 50 au classement olympique mondial afin d'alléger leur calendrier de compétition, éviter les blessures et favoriser l'émergence d'une relève qui n'est pas encore de calibre pour affronter les athlètes d'excellences.



PLAN DE DÉVELOPPEMENT DE LA PRATIQUE SPORTIVE 2020-2024

- Assurer une présence plus importante des athlètes de niveau élite et excellence aux centres d'entraînement provinciaux afin de s'assurer du développement de tous les athlètes de la province.
- Maintenir voire augmenter le support des athlètes québécois dans les tournois open internationaux.

SECTION 3B – OBJECTIFS ET ACTIONS

3B.1 Découverte

Objectifs	Actions	Cibles	Indicateurs de performance	Ressources
Visibilité du taekwondo sur l'ensemble du territoire québécois	Campagne de pubs de la fédération ; montages vidéo pour réseaux sociaux, activités promotionnelles et de découverte (salon de sport, rencontres, conférences, démonstrations).	Toutes et tous Privilégier les 5-12 ans	D'ici 2024 Plus de visibilité du taekwondo dans les médias. Augmentation du taekwondo dans les régions.	FQT Agent de projet

3B.2 Initiation

Objectifs	Actions	Cibles	Indicateurs de performance	Ressources
Accroissement du nombre d'affiliations	Augmentation des affiliations via les clubs membres, nouveaux membres provenant du contexte de découverte.	Clubs	D'ici 2024 Augmentation de 1000 membres	FQT Agent de projet

3B.3 Récréation

Objectifs	Actions	Cibles	Indicateurs de performance	Ressources
Amélioration des méthodes pédagogiques et de l'enseignement	Formation accrue des entraîneurs : Tenue de séminaires de formation à l'endroit des entraîneurs.	Entraîneurs Niveau club	Saison 2020-2021 Intégration d'ateliers spécifiques à cet aspect lors de camps provinciaux de ceintures de couleurs. La relève à l'entraînement.	FQT Entraîneurs CEHP Sports Québec
	Promotion et diffusion continues du PNCE. Offre de la Fédération de formations accélérées intensive PNCE A et B		Saison 2021-2022 Augmentation de 25% d'entraîneurs certifiés	FQT Sports-Québec
Amélioration l'encadrement des participants	Certification PNCE théorique et pratique, premiers soins, cours d'arbitrage, vérification des antécédents judiciaires	Entraîneurs Niveau club	2020 Accréditation des instructeurs 2021 Augmentation des accréditations	FQT
Hausse générale et uniformisation du niveau des divers clubs	Tenue de séminaires techniques et camps d'entraînement de masse (la relève à l'entraînement)	Participants du contexte récréatif	2020-2024 camps de la relève (3 par année) Évaluation du Niveau des Participants et apprentissage	FQT Entraîneurs De l'équipe Du Québec

Objectifs	Actions	Cibles	Indicateurs de performance	Ressources
Diversification du curriculum et des formes d'activités enseignées et pratiquées afin de rejoindre une clientèle plus élargie	Programme de formation en Poomsae (formes traditionnelles), cassages et autodéfense auprès des entraîneurs et intégration de ces épreuves dans les tournois régionaux.	Participants du contexte récréatif ne privilégiant pas le combat	2020 : Intégration du volet traditionnel dans les camps d'entraînement 2021 : Intégration dans les tournois régionaux	FQT

3B.4 Compétition

Objectifs	Actions	Cibles	Indicateurs de performance	Ressources
Améliorer la rétention des athlètes se trouvant au seuil de l'élite (ceintures rouges et noires, classe B).	Favoriser un processus de participation active aux CEHP, camps d'entraînement provinciaux, entraînements d'élite dans les clubs.	Athlètes cadets et juniors ceintures rouges et noires ayant accès aux CEHP (Classe B) Entraîneurs	Saison 2020-2021 Taux de participation aux CEHP et camps d'entraînement Liste de présence Saison 2021-2022 Comparaison du taux de participation	FQT Entraîneurs CEHP
	Offrir un réseau de compétition et d'entraînement plus large et stimulant en incluant l'Ontario et les États-Unis par l'intégration au réseau AAU	Athlètes cadets et juniors ceintures rouge et noire	Saison 2021-2022	FQT, AAU, Féd. TKD Ontario
Maintiens du taekwondo au Programme officiel des Jeux du Québec	Construire un dossier de candidature impeccable pour les Jeux du Québec 2023 et 2025 Rester pro actif en vue de maintenir notre place au Jeux	Athlètes U15 ceintures bleues et rouges	Selon les Jeux de 2021 reporté en 2022 et Jeux de 2023	FQT

Objectifs	Actions	Cibles	Indicateurs de performance	Ressources
Amélioration de l'arbitrage et augmentation du bassin (nombre) d'officiels actifs	Valorisation accrue du rôle des officiels, notamment via la mise en place d'un système de classement en vue de la sélection d'officiels envoyé à l'étranger afin d'accompagner les équipes d'élite officielles, envoyées à des tournois Opens internationaux de haut Niveau.	Officiels de Niveau P3 et plus	Application 2020-2021 Élaboration et mise en place de politique et système de classement des officiels.	Comité des officiels FQT
	Uniformisation, restructuration et modernisation des formations d'arbitrages sur tout le territoire du Québec, notamment grâce aux officiels effectuant des mises à jour lors de stages ou formations à l'international	Officiels	2020 : Révision, amélioration et uniformisation des formations d'arbitrage Saison 2022-2023 Augmentation de 30% du nombre d'officiels actifs par rapport à 2020	Comité des officiels FQT
	Tenue fréquente de séminaire d'arbitrage provincial, national (voire international) au Québec afin d'offrir des opportunités de développement accrues à peu de frais à nos officiels	Officiels	2020-2021 : Tenue d'au moins un séminaire national ou international d'arbitrage par année au Québec lors du Canada Open ou Championnat Canadien	FQT Taekwondo Canada Comité des officiels

Objectifs	Actions	Cibles	Indicateurs de performance	Ressources
Amélioration de la Structure et du calendrier des tournois provinciaux de développement	Offrir un réseau de compétition et plus large et stimulant en incluant l'Ontario et les États-Unis par l'intégration au réseau AAU	Ceintures de couleurs	Développement En cours 2020 Application Saison 2021-2022	FQT, AAU, Féd.TKD Ontario
Amélioration de l'encadrement des athlètes en compétition	Accréditation des entraîneurs Certification PNCE théorique et pratique, premiers soins, cours d'arbitrage, vérification des antécédents judiciaires Formation spécifique aux personnes ressources : formateurs, employés	Entraîneurs Employés Formateur	Saison 2020-2021	FQT

3B.5 Excellence

Objectifs	Actions	Cibles	Indicateurs de performance	Ressources
Assurer aux athlètes l'utilisation du système électronique utilisé en compétition internationale sur une base hebdomadaire afin d'optimiser la performance des athlètes en compétition.	Disposer de deux systèmes électroniques installés et fonctionnels et d'avoir des plastrons électroniques de toutes les grandeurs lors des entraînements au CEHP.	Athlètes ayant accès aux CEHP Entraîneurs Officiels	Janvier 2021 Systèmes en places et fonctionnels à tous les entraînements des CEHP. Vérification régulière par la FQT de l'utilisation des systèmes lors des entraînements.	FQT Entraîneurs CEHP
Augmenter le taux de Présences des athlètes élités et excellences au CEHP.	Améliorer le suivi des Présences par la FQT afin d'en assurer la transparence. Participation au Championnat Canadien conditionnel à un minimum de 70% de présences. Incitatifs (bourses, tournois Internationaux payés) conditionnels à une participation de 70% aux CEHP.	Athlètes ayant accès aux CEHP Entraîneurs	Saison 2021-2022 Vérification et contrôle transparent des athlètes présents au CEHP et concordance des listes avec la liste de participants au championnat Canadien, ainsi qu'à l'accès aux divers incitatifs.	FQT

	Assurer un contexte d'entraînement motivant (systèmes électroniques, Mises en situations pertinentes, etc.) aux athlètes lors des CEHP			
	pour que ceux-ci aient un intérêt à participer aux entraînements.			
	Sondage sur les aspects à modifier aux CEHP afin de les rendre plus attrayants.		2020-2021 Sondage auprès des athlètes et entraîneurs sur les aspects à modifier pour améliorer le contexte des entraînements.	
Augmenter le nombre de participants dans la catégorie élite senior lors des Coupes Québec.	Exclure les champions Canadiens et les athlètes qui sont dans le top 50 dans un des deux classements mondiaux de la Fédération mondiale, afin de permettre la montée d'une relève et alléger le calendrier international des athlètes excellences.	Athlètes de la classe excellence, élite et relève.	Application 2021-2022 Saison 2022-2023 Vérification de l'augmentation du nombre de participants dans la catégorie senior élite.	FQT
	Offrir un réseau de compétition et d'entraînement plus large et stimulant en incluant l'Ontario et les États-Unis par l'intégration au réseau AAU	Athlètes seniors élites et excellences.	Saison 2021-2022	FQT, AAU, Féd. TKD Ontario

Objectifs	Actions	Cibles	Indicateurs de performance	Ressources
Augmenter le nombre de participants dans la catégorie élite junior lors des Coupes Québec.	Offrir un réseau de compétition et d'entraînement plus large et stimulant en incluant l'Ontario et les États-Unis par l'intégration au réseau AAU.	Athlètes juniors élités.	Saison 2021-2022	FQT, AAU, Féd.TKD Ontario
Modification du mode de support des athlètes de niveau élite et excellence pour compenser le peu d'aide de la fédération canadienne et du fait que la fédération canadienne n'a plus que cinq athlètes brevetés par Sport-Canada.	Mise en place d'un programme de support financier de la FQT, permettant de compenser un manque de support de Taekwondo Canada lors d'événements officiels tels : Grands-Prix, Championnats mondiaux, panaméricains	Athlètes	2020-2024	FQT Commandites
Modification du mode de support des entraîneurs pour compenser le peu d'aide de la fédération canadienne.	Mise en place d'un programme de support financier de la FQT, permettant de compenser un manque de support de Taekwondo Canada lors d'événements tels : Grands-Prix, Championnats mondiaux, panaméricains	Entraîneurs	2020-2024	FQT Commandites
Fournir une aide financière pour la formation avancée des entraîneurs.	Fournir une aide financière pour la formation « performance coach » qui implique une somme importante pour les entraîneurs et souvent l'obligation de se déplacer à l'extérieur de leur ville, ce qui implique des frais supplémentaires.	Entraîneurs	2020	FQT

SECTION 4 – RÔLE ET SITUATION DE LA FEMME EN TAEKWONDO DE NIVEAU ÉLITE (CONTEXTE DE L'EXCELLENCE)

Le taekwondo étant un sport d'opposition, axé davantage sur le combat, celui-ci a tendance à intéresser davantage une clientèle masculine plutôt que féminine, qui elle est plus encline à pratiquer des sports à dominante artistique (danse, patinage artistique, gymnastique, etc.), ou encore des sports d'équipe où l'aspect coopératif prend une place plus importante.



Même si la participation féminine est en constante montée, cette divergence entre les genres aura pour impact immédiat de restreindre le nombre de femmes qui décident de s'adonner sérieusement à la pratique du taekwondo. Ce faible bassin de participantes est encore plus restreint lorsqu'on franchit les différentes étapes menant au sport d'élite qui épouse le modèle de la pyramide, ayant une large base au départ, mais se rétrécissant toujours davantage au fur et à mesure que l'on franchit les différentes strates d'évolution du sport.

De plus, à un niveau intermédiaire, puisque le nombre de femmes est relativement restreint, cela aura un impact immédiat sur le nombre d'adversaires potentielles, obligeant souvent l'organisateur d'une compétition à devoir faire des regroupements qui sont peu stimulants, occasionnant donc parfois des écarts importants de taille ou de calibre, ce qui altère la notion d'équité ou peut même retirer tout défi, ce qui est pourtant à la base du plaisir intrinsèque à ce type de compétition.

Également, lorsque le regroupement est impossible, dû à des questions de sécurité, l'organisateur sera contraint de limiter les participantes à des catégories peu nombreuses, voir même des catégories où elles sont seules participantes, ce qui aura un impact important sur l'intérêt de la compétition.

Si le nombre de participantes est relativement faible, cela aura un impact majeur sur la qualité du spectacle et sur le développement du calibre de compétition. En conséquence, il sera difficile pour les femmes de se faire reconnaître dans leur sport, puisqu'on accordera moins de crédibilité et, par le fait même, moins d'intérêt à une championne féminine qu'à son congénère masculin. Ce manque d'intérêt aura pour effet de diminuer la motivation des femmes dans la poursuite de leur carrière d'athlète, ce qui du même souffle, engendrera des retraites précoces, à un moment où elles auraient peut-être pu servir de modèle à d'autres jeunes filles.

Enfin, si le bassin d'athlètes est relativement restreint, cela aura un impact direct sur le nombre d'entraîneurs féminins dans le sport. Cela est un cercle vicieux, car une plus grande représentation d'entraîneurs féminins pourrait avoir un impact positif sur le développement de nouveaux talents et également sur la rétention des participantes de taekwondo. Il est probable que la solution à cette problématique se trouve dans le développement et la valorisation d'un grand nombre de femmes dans la fonction d'entraîneur, et ce, à tous les niveaux du développement des athlètes féminines.

Il est probable que le fait d'avoir plus de femmes comme entraîneur en taekwondo aurait plusieurs effets positifs, dont entre autres; une modification de l'approche d'entraînement, qui serait plus adaptée à la condition féminine, la mise en place d'éducatifs correspondant davantage à la façon d'apprendre des femmes et à leurs particularités dans les différents aspects technico-tactiques du combat.

En conclusion, même si la représentation féminine en taekwondo est de plus en plus importante tant chez les athlètes que chez les entraîneurs et les arbitres, il reste encore beaucoup à faire pour optimiser la place de cette clientèle dans notre sport.



Parmi les priorités à cibler pour y parvenir, nous estimons qu’une augmentation de la visibilité médiatique de nos athlètes de haut niveau, et plus particulièrement de nos athlètes féminines, est fondamentale et indispensable. En effet, cette visibilité accrue est susceptible de générer un certain engouement de la clientèle féminine, comme ce fut récemment le cas avec le hockey féminin, par exemple. Aussi la Fédération québécoise doit-elle investir des efforts dans ce sens, quitte à déboursier certaines sommes dans le but d’assurer une couverture médiatique adéquate de notre élite sportive.

Il incombe également d’encourager les clubs à employer davantage d’entraîneurs et d’instructeurs féminins, de façon à se rapprocher le plus possible d’un ratio hommes / femmes équitable, et comparable à celui observé dans la population en général. Ceci incitera davantage les jeunes participantes à poursuivre la pratique du sport, car elles auront le sentiment de se trouver dans un environnement leur ressemblant davantage (sentiment d’identification et d’appartenance accru) et s’y sentiront donc plus à leur aise.

De plus, en incitant les clubs à employer davantage d’entraîneurs féminins, nous élargirons le groupe à la base, ce qui augmentera considérablement les chances qu’elles atteignent ensuite des niveaux de coaching plus élevés.

Finalement, il semble crucial de veiller à ce que nos athlètes féminines demeurent impliquées au sein de notre communauté sportive en tant qu’entraîneur, suite à leur carrière sportive. Il est important de s’assurer, à cette fin, de leur offrir des opportunités de formation et de développement adéquates et intéressantes.

*D’après **M. Alain Bernier***

Entraîneur Olympique aux Jeux 2008, 2012

Entraîneur d’équipe nationale et d’équipe du Québec

Depuis septembre 2019, La Fédération québécoise de taekwondo travaille avec l'organisme Égale Action pour établir le portrait organisationnel de notre organisme. Nous avons reçu ce portrait et les recommandations d'Égale Action afin d'établir notre plan d'action. Une politique de représentation paritaire de notre conseil d'administration sera la première étape de notre plan d'action afin de mieux représenter nos membres, nos valeurs et assurer la pérennité de nos actions.

REMERCIEMENTS

L'ÉQUIPE DE RÉDACTION

M. Jean Faucher, Président de la Fédération
M. François Coulombe-Fortier, Agent de projet
M. Alain Bernier, Entraîneur officiel d'équipe du Québec
M. Raymond Mourad, Entraîneur officiel d'équipe du Québec
M. Abdel Ilah Es Sabbar, Directeur exécutif

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DE LA FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE TAEKWONDO

M. Jean Faucher, président
M. Benoît Morrisette, vice-président
M. Réjean Pineault, secrétaire
M. Raymond Mourad, directeur technique
M. Nicholas Petrone, trésorier
M. Pierre Lachance, directeur
M. Michel Meunier, directeur
M. Evangelos Lygeros, directeur

Nous tenons en outre à exprimer notre sincère gratitude aux nombreux officiels et entraîneurs qui ont partagé avec nous leurs réflexions critiques et suggestions lors des Forums de discussion arbitres-entraîneurs, ainsi qu'à M. Alain Bernier, pour sa contribution à ce document et sa précieuse réflexion sur le rôle et la situation de la femme dans le taekwondo d'élite.

Adopté par le conseil d'administration le 9 juillet 2020

