**Découvrir le rôle d’un membre de la famille dans les sports de Special Olympics**

**Guide pour une participation positive**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Membre de la famille d’un sportif Special Olympics :**Un parent, un soignant ou un frère ou une sœur dont un membre de la famille est impliqué dans les sports de Special Olympics en tant qu’athlète. |  |
|  |  |  |
|  | Ce rôle implique divers comportements, responsabilités et attitudes ayant pour objectif de soutenir et de favoriser la participation sportive, le développement et le bien-être général de l’athlète. Être membre d’une famille sportive implique de s’adapter à la personnalité individuelle de votre enfant athlète et de soutenir son parcours de manière à favoriser son développement physique, émotionnel et personnel. |

**Rôles clés des parents ou des soignants au niveau sportif**

Rôles clés des parents ou des soignants au niveau sportif

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **1** | **Attitude de soutien** | Les parents de sportif doivent encourager et soutenir la participation de leur enfant athlète à des sports, quels que soient son niveau de compétence ou ses réalisations. L’accent doit être mis sur le plaisir de l’expérience, l’apprentissage et le développement personnel plutôt que simplement sur le fait de gagner. |
|  | **2** | **Soutien émotionnel** | Que vous soyez présent(e) émotionnellement pour votre enfant athlète est crucial. Qu’il gagne ou qu’il perde, montrer que vous êtes fier de ses efforts et de ses progrès est important pour son estime de soi et sa motivation. |
|  | **3** | **Support logistique** | Les parents jouent souvent un rôle clé dans l’organisation et la gestion des engagements sportifs de leurs athlètes. Cela peut impliquer d’organiser le transport, de s’assurer qu’ils disposent de l’équipement nécessaire et de gérer les conflits de calendrier. |
|  | **4** | **Participation à des événements** | En assistant aux séances, aux matchs ou aux compétitions de votre enfant athlète, vous démontrez l'intérêt et le dévouement que vous portez à son parcours. Votre présence peut se répercuter positivement sur sa confiance en lui-même et sur ses performances. |
|  | **5** | **Respect des entraîneurs et des arbitres** | Il est essentiel de faire preuve de respect envers les entraîneurs, les arbitres et les autres participants. Évitez de contredire les décisions des entraîneurs, même si vous n’êtes pas d’accord, et faites preuve d’esprit sportif en respectant les règles et en conservant une attitude positive. |
|  | **6** | **Évaluation des priorités** | Les parents de sportifs doivent aider leurs athlètes à trouver un équilibre entre le sport et les autres engagements dans leur vie. Il est important d’encourager la gestion du temps et une communication ouverte. |
|  | **7** | **Fixer des attentes réalistes** | Il est important de définir des attentes réalistes quant à la performance et aux progrès de votre enfant athlète. Une pression démesurée pour exceller peut conduire à du stress et à un épuisement. |
|  | **8** | **Autonomisation et indépendance** | Bien qu'un accompagnement soit indispensable, le fait de laisser votre enfant athlète s’approprier son parcours sportif l'autonomisera, renforcera son aptitude à prendre des décisions et lui apportera un sens plus aigu de l'accomplissement. |

**Rôles clés des frères et sœurs de sportif**

Rôles clés des frères et sœurs de sportif

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **1** | **Encouragement et soutien** | Les frères et sœurs de sportif deviennent souvent les plus grands fans de leur frère ou sœur athlète. Ils assistent aux séances, matchs et compétitions pour montrer leur soutien et encourager l’équipe de leur frère ou sœur. |
|  | **2** | **Soutien émotionnel** | Les frères et sœurs de sportif peuvent apporter un soutien émotionnel à leur frère ou sœur athlète en étant là pour célébrer les victoires, les consoler après les défaites et offrir des encouragements dans les moments difficiles. |
|  | **3** | **Support logistique** | En fonction de leur âge et de leurs capacités, les frères et sœurs de sportif peuvent aider avec le transport, avec l’équipement ou même participer à des rituels d’avant-match qui contribuent à la routine de leur frère ou sœur. |
|  | **4** | **Partage d’expériences** | Le sport peut devenir une activité en commun qui aidera à tisser des liens. En échangeant leurs histoires et expériences et même en pratiquant ensemble, frères et sœurs renforcent leurs relations. |
|  | **5** | **Acquisition de compétences de vie** | Être un frère ou une sœur de sportif offre la possibilité d’acquérir des compétences de vie importantes telles que l’empathie, le travail d’équipe et la capacité à célébrer les réussites des autres. |
|  | **6** | **Gestion des rivalités** | Les rivalités entre frères et sœurs dans le sport peuvent être à la fois amusantes et stimulantes. Il est important de trouver un équilibre entre compétition amicale et soutien mutuel. |
|  | **7** | **Gestion du temps** | Si les deux frères et sœurs participent à diverses activités, ils peuvent apprendre à gérer efficacement leur temps et à respecter les engagements de chacun. |
|  | **8** | **Développement de liens** | Interagir avec des coéquipiers, des entraîneurs et d’autres familles sportives peut élargir le cercle social d’un frère ou d’une sœur de sportif et permettre de créer des liens durables. |
|  | **9** | **Faire preuve d’esprit sportif** | Savoir accueillir la victoire gracieusement et être solidaire dans la défaite, même lorsqu’on ne participe pas directement à une compétition, démontre un bon esprit sportif envers les autres. |