



Processus de sélection 2018 Équipe Québec Junior

Version du 27 février 2018

Admissibilité

Les athlètes doivent rencontrer les critères suivants :

- Être membre en règle auprès de Synchro Québec pour l'année 2017-18;
- Être né en 2000-2001 ou 2002;
- Avoir payé les frais d'inscription de 50 \$ au processus de sélection;
- Avoir participé au Championnat de sélection 2018, au Championnat canadien de qualification 2018 et au Championnat canadien 2018*;
- Avoir complété l'ensemble des phases du processus de sélection.

Les athlètes Senior nés en 1998 et 1999 qui sont admissibles et qui désirent participer aux essais pour les Jeux du Canada 2019 peuvent le faire en s'inscrivant au processus de sélection de l'équipe du Québec Junior.

**Pour les athlètes nés en 2003 et en 2004 qui sont admissibles et qui se sont inscrits au processus de sélection Junior afin de participer aux essais pour les Jeux du Canada 2019, la participation au Championnat canadien Espoir 2018 pourra être acceptée en remplacement du Championnat canadien 2018.*

Information générale

Le processus de sélection est composé de 3 phases.

- Phase 1 : Première journée de sélection 2018 - 3 mars 2018 à Drummondville
- Phase 2 : Deuxième journée de sélection 2018 – le 19 ou le 20 mai 2018 à Drummondville
- Phase 3 : Première semaine du camp d'entraînement – 25 au 29 juin 2018 à Montréal

Les athlètes doivent obligatoirement participer aux phases 1 et 2 afin de pouvoir accéder à la phase 3.

Autorité pour la sélection

La directrice générale de Synchro Québec a la responsabilité, en collaboration avec le comité de sélection, de s'assurer que le processus de sélection décrit dans le présent document soit dûment respecté et que celui-ci soit juste et équitable pour tous les athlètes.

Le comité de sélection est composé des personnes suivantes :

- L'entraîneur en chef de l'équipe du Québec Junior;
- L'assistant-entraîneur de l'équipe du Québec Junior;
- La directrice générale de Synchro Québec ou son représentant;
- L'agent de développement de l'implantation des habiletés à sec et en piscine;
- Toute autre personne désignée par Synchro Québec.

Si le comité de sélection était dans l'impossibilité de parvenir à une décision unanime, la décision finale relèverait alors de l'entraîneur en chef de l'équipe du Québec Junior.

Dans le cas de circonstances imprévues ne permettant pas le déroulement équitable du processus de sélection tel que décrit dans le présent document, la directrice générale ou son représentant se réserve le droit de déterminer le suivi approprié.

Selon la nature des circonstances, un tel cours d'action pourrait exiger la mise en œuvre d'un processus alternatif pour la sélection des membres de l'équipe du Québec.

Laissez-passer

Si un athlète est dans l'impossibilité de participer à l'une des phases du processus de sélection ou se voit dans l'obligation d'abandonner une phase à une étape quelconque en raison d'une blessure, d'une maladie ou d'une urgence familiale, le comité de sélection pourra étudier la possibilité d'octroyer un laissez-passer à cet athlète afin de lui permettre de participer à une phase ultérieure du processus de sélection. Un athlète bénéficiant d'un laissez-passer s'ajoutera au nombre d'athlète initialement identifié pour la phase visée.

Une demande de laissez-passer peut être déposée dans l'un des deux cas suivants :

1. Athlète blessée – exemption médicale

L'exemption pour des raisons médicales exige une lettre signée et datée par un professionnel de la santé, qui expose la raison médicale qui empêche l'athlète de participer au processus de sélection.

Le professionnel de la santé peut être un médecin généraliste, un médecin de famille, un pédiatre, un urgentologue, un médecin du sport, un neurologue ou un médecin spécialiste.

2. Absence pour une urgence familiale

Une urgence familiale peut être un décès, une blessure ou une urgence médicale mettant en cause l'un des membres suivants de la famille: parent; beau-parent; grand-parent; grand-parent par alliance; frère ou sœur; frère ou sœur par alliance.

Pour déposer une demande de laissez-passer, l'entraîneur responsable de l'athlète devra compléter le formulaire disponible à cet effet. Le formulaire complété et les pièces justificatives devront être transmis par courriel à la fédération.

Processus de sélection

Phase 1 – 30 %

L'athlète devra participer à la journée de sélection qui se tiendra à Drummondville le 3 mars 2018.

Phase 1.1 Habiletés au sol – 20 %

Les habiletés suivantes seront évaluées en station individuelle:

- Trépied sur la tête avec grand écart latéral (G/D) avec le support du « *figure trainer* »
- Position du carpe debout (Barracuda)
- Position du pont
- Aiguille D/G
- Rotation ariana

Phase 1.2 Habiletés en piscine (natation) – 10 %

50m Battement sur le ventre à la surface
100m Libre
200m Libre
200m Quatre nages (Papillon, dos, brasse, crawl)

Phase 1.3 Habiletés en piscine (spécifiques à la nage synchronisée) – 10 %

100m Habiletés de nage synchronisée (monitoring légèrement modifié de Synchro Canada)

Cette épreuve est reportée en mai 2018 mais sera comptabilisée à la phase 1.

Phase 1.4 Épreuve d'éléments imposés – 60 %

Évaluation des 5 éléments obligatoires de la routine technique d'équipe Junior.

*Référence pour la description des habiletés :
Processus de sélection de l'équipe nationale Junior (Synchro Canada)*

Phase 2 – 70 %

L'athlète devra participer à la journée de sélection qui se tiendra à Drummondville le 19 ou le 20 mai 2018.

Phase 2.1 Jeu de routine (Routine set, Salsa de Synchro Canada) – 70 %

Jeu de routine de sélection de l'équipe nationale Junior 2018.

*Référence pour la description du jeu de routine :
Processus de sélection de l'équipe nationale Junior (Synchro Canada)*

Phase 2.2 Épreuve d'éléments imposés – 30 %

Évaluation des 5 éléments obligatoires de la routine technique d'équipe Junior.

Sélection d'un premier groupe d'athlètes pour la participation à la phase 3

Le comité de sélection procédera à la sélection d'un groupe de 12 à 16 athlètes qui participeront à la première semaine du camp d'entraînement de l'équipe du Québec à Montréal.

Le résultat final sera calculé en additionnant les résultats cumulés aux phases 1 et 2. Advenant une égalité, le résultat de l'évaluation du jeu de routine de la phase 2 déterminera le rang des athlètes.

Les athlètes sélectionnés pour la phase 3 du processus de sélection seront avisés par la fédération par courriel le mardi 22 mai 2018. Les athlètes ainsi sélectionnés auront jusqu'au vendredi 25 mai 2018 pour confirmer par courriel à la fédération leur participation à la phase 3. Un formulaire de participation incluant un engagement financier devra également être rempli.

Phase 3 – sélection des 10 athlètes qui composeront l'équipe du Québec

Le comité de sélection établira une grille d'évaluation afin de planifier l'évaluation des athlètes tout au cours de la première semaine du camp afin de déterminer le groupe de dix athlètes qui seront retenus pour les autres semaines du camp d'entraînement et la compétition.

La participation dans les épreuves de solo et de duo sera prise en considération dépendamment de la capacité des athlètes sélectionnés et selon les résultats du Championnat canadien 2018.

Camp d'entraînement et compétition

Le camp d'entraînement est prévu du 25 juin au 17 juillet 2018 à Montréal du lundi au vendredi en prévision de la participation de l'équipe à la compétition SYNC qui se déroulera du 18 au 22 juillet 2018 au Toronto Pan Am Sports Centre à Toronto en Ontario.

Les athlètes s'entraîneront en moyenne 6 heures par jour avec des entraîneurs et des spécialistes du sport. L'horaire et le nombre d'heures d'entraînement pour le camp seront déterminés ultérieurement en fonction des besoins spécifiques des athlètes sélectionnés. Comme par les années passées, les athlètes de l'extérieur de la grande région de Montréal auront la possibilité d'être hébergé dans des familles. De plus amples informations au sujet de la logistique du camp d'entraînement seront disponibles plus tard au printemps.

Les frais de participation qui couvriront les frais d'hébergement, de logistique pour les entraînements (bassins d'entraînement, salles, équipement, maillot d'entraînement, maillot d'équipe et survêtement), des spécialistes, des entraîneurs et du personnel de sélection de l'équipe du Québec ainsi que les frais de la compétition (inscription, transport, hébergement et nourriture) seront confirmés ultérieurement et seront d'au plus, 1 500 \$ par athlète.

Annexe 1 - Habilités au sol

Le document de référence pour les habilités au sol est produit par Synchro Canada et s'intitule : « Compétition significative – Protocole à respecter pour l'évaluation des habilités à sec / Saison 2017-2018 »
Vous devez consulter la section *S'entraîner à s'entraîner (stade 4) pour les 13-15 ans*.

Les habilités au sol seront évaluées en station individuelle selon les critères suivants :

Trépiéd sur la tête avec grand écart latéral (G/D)

À noter que l'utilisation du « figure trainer » sera permise.

Critère d'évaluation	Pointage
Alignement de la tête (les oreilles spécifiquement), des épaules et des hanches	1
Position verticale est perpendiculaire au sol	1
Les hanches et les épaules forment un angle de 90 degrés	1
Les genoux sont en pleine extension / les chevilles et les orteils sont en pleine flexion plantaire et flexion (selon le standard canadien)	1
Grand-écart à plat	4
Pointage total par grand-écart (G/D)	8

Position du carpe debout (Barracuda)

Critère d'évaluation	Pointage
Les jambes sont jointes	1
Les genoux sont en pleine extension (selon le standard canadien)	1
Le ventre, la poitrine et le visage sont en contact avec les jambes	1
La position est maintenue 2 x 8 temps	1
Pointage total	4

Position du pont

Critère d'évaluation	Pointage
Les jambes sont jointes et en pleine extension (selon le standard canadien)	1
Les oreilles et les épaules sont alignées verticalement	1
Les bras sont positionnés à midi (12h)	1
La position est maintenue 2 x 8 temps	1
Pointage total	4

Aiguille D/G

Critère d'évaluation	Pointage
La jambe en extension dans les airs est à midi (12h)	4
La jambe en contact avec le sol est à 6 h	1
Les genoux sont en pleine extension / les chevilles et les orteils sont en pleine flexion plantaire et flexion (selon le standard canadien)	1
La position est maintenue pendant 2 x 8 temps	1
Pointage total par jambe (D/G)	7

Rotation d'Ariana

Critère d'évaluation	Pointage
Alignement vertical des oreilles, des épaules et du tronc	1
Les hanches et les épaules forment un angle de 90 degrés (hanché)	1
Les genoux sont en pleine extension / les chevilles et les orteils sont en pleine flexion plantaire et flexion (selon le standard canadien)	1
Grand-écart à plat	4
Pointage total par grand-écart (G/C/D)	7

Calcul du résultat des habiletés au sol

Les points cumulés pour chacune des habiletés seront additionnés et ensuite convertis sur une note de référence de 100 afin d'être comparable à un résultat de figures imposées.

Habilitété au sol	Pointage total	% pondéré sur 100
Trépied sur la tête avec grand écart latéral (G/D)	16	27,1 %
Position du carpé debout (Barracuda)	4	6,8 %
Position du pont	4	6,8 %
Aiguille D/G	14	23,7 %
Rotation d'Ariana	21	35,6 %
Pointage total	59	100 %

Annexe 2 - Habiletés en piscine (natation)

Le document de référence pour les habiletés en piscine est produit par Synchro Canada et s'intitule : « Compétition significative – Protocole à respecter pour l'évaluation des habiletés à sec / Saison 2017-2018 »
Vous devez consulter la section *S'entraîner à s'entraîner (stade 4) pour les 13-15 ans*.

Les différentes épreuves se dérouleront dans un bassin de 25m.

Certains protocoles ont dû être adaptés en fonction de la distance ou du style de nage.

Les protocoles établis pour le déroulement de ces épreuves seront les suivants :

50m battement sur le ventre à la surface

- L'athlète débute avec une main sur le bord de la piscine, l'autre main est parallèle au couloir de la piscine, le corps est en position groupée et au moins un des deux pieds est en contact avec le mur.
- La personne annonçant le départ dit : « à vos marques » et suivra un coup de sifflet.
- Les mains doivent rester collées ensemble en tout temps.
- Le visage peut être submergé dans l'eau et les athlètes peuvent respirer lorsque c'est nécessaire en regardant vers l'avant seulement.
- L'athlète doit compléter 2 longueurs de battement sur le ventre à la surface.
- Le virage culbute ou une touche avec au moins une main au mur (à chaque longueur) est obligatoire.
À la fin de chacune des longueurs, l'athlète doit effectuer un virage culbute ou une touche avec au moins une main au mur suivi par une poussée des jambes contre le mur en position hydrodynamique suivi d'un mouvement du dauphin ou d'un battement de jambes avant d'initier le style.
- Le temps sera arrêté lorsque l'athlète aura complété la distance complète de 50m en touchant le mur d'arrivée avec une partie de son corps.

100m / 200m libre

- L'athlète débute avec une main sur le bord de la piscine, l'autre main est parallèle au couloir de la piscine, le corps est en position groupée et au moins un des deux pieds est en contact avec le mur.
- La personne annonçant le départ dit : « à vos marques » et suivra un coup de sifflet.
- L'athlète doit compléter 4 ou 8 longueurs de style libre (crawl).
- Le virage culbute ou une touche avec au moins une main au mur (à chaque longueur) est obligatoire.
À la fin de chacune des longueurs, l'athlète doit effectuer un virage culbute ou une touche avec au moins une main au mur suivi par une poussée des jambes contre le mur en position aérodynamique suivi d'un mouvement du dauphin ou d'un battement de jambes avant d'initier le style.
- Le temps sera arrêté lorsque l'athlète aura complété la distance complète de 100m ou de 200m en touchant le mur d'arrivée avec une partie de son corps.

200m quatre nages

- L'athlète débute avec une main sur le bord de la piscine, l'autre main est parallèle au couloir de la piscine, le corps est en position groupée et au moins un des deux pieds est en contact avec le mur.
- La personne annonçant le départ dit : « à vos marques » et suivra un coup de sifflet.
- L'athlète doit compléter 2 longueurs de papillon, 2 longueurs de dos crawlé, 2 longueurs de brasse et 2 longueurs de style libre (crawl).
- Le virage culbute ou une touche avec au moins une main au mur (à chaque longueur) est obligatoire.
À la fin de chacune des longueurs, l'athlète doit effectuer un virage culbute ou une touche avec au moins une main au mur suivi par une poussée des jambes contre le mur en position aérodynamique suivi d'un mouvement du dauphin ou d'un battement de jambes avant d'initier le style.
- Le temps sera arrêté lorsque l'athlète aura complété la distance complète de 200m en touchant le mur d'arrivée avec une partie de son corps.

Calcul du résultat des habiletés en piscine (natation)

Pour chacune des épreuves, les standards identifiés par Synchro Canada pour le groupe d'entraînement Junior A serviront de base de référence de 100 points.

Standard identifié par épreuve

50m battement sur le ventre à la surface	48 secondes
100m libre	1 minutes 4 secondes
200m libre	2 minutes 20 secondes

La seule exception sera l'épreuve du 200m quatre nages pour laquelle il n'y a pas de standard identifié. Pour cette épreuve, ce sera donc le meilleur temps qui servira de base de référence de 100 points.

Les athlètes qui atteindront les standards ou qui seront plus rapides se verront attribuer 100 points.
Les pointages suivants seront calculés en tenant compte de l'écart entre les temps et le temps de référence.

Par exemple, si le standard ou le temps de référence est de 22 secondes :

- un temps de 23 secondes représenterait un écart de 4,5% avec le temps de référence, le pointage calculé serait donc de 95,5;
- un temps de 28,4 secondes représenterait un écart 29,1% donc un pointage de 70,9.

Les quatre pointages ainsi obtenus (un pointage par épreuve de natation) seront additionnés puis divisés par 4 afin d'obtenir une moyenne qui deviendra le résultat final des habiletés en piscine en natation.

Annexe 3 - Habiletés en piscine (spécifiques à la nage synchronisée)

Évaluation du 100m monitoring d'habiletés de nage synchronisée

Premier 25m : Jambe de ballet tête première (jambe droite)

2 critères d'évaluation

Critère	Objectif	1 point	0,5 point
Hauteur	mi-cuisse ou plus haut	Si maintenu sur toute la distance	Si maintenu sur le premier 15m

Précision de la ligne verticale	90°	Si maintenu sur toute la distance	Si maintenu sur le premier 15m
---------------------------------	-----	-----------------------------------	--------------------------------

Deuxième 25m: Mouvement giratoire avec deux bras de face

2 critères d'évaluation

Critère	Objectif	1 point	0,5 point
Hauteur	Niveau de l'eau aux aisselles	Si maintenu sur toute la distance	Si maintenu sur le premier 15m
Précision de la ligne verticale	Bras en ligne avec les oreilles et en extension complète	Si maintenu sur toute la distance	Si maintenu sur le premier 15m

Troisième 25m: Jambe de ballet pieds premiers (jambe gauche)

2 critères d'évaluation

Critère	Objectif	1 point	0,5 point
Hauteur	mi-cuisse ou plus haut	Si maintenu sur toute la distance	Si maintenu sur le premier 15m
Précision de la ligne verticale	90°	Si maintenu sur toute la distance	Si maintenu sur le premier 15m

Quatrième 25m: Hélice en surface

2 critères d'évaluation

Critère	Objectif	1 point	0,5 point
Hauteur	Tête et pied surface	Si maintenu sur toute la distance	Si maintenu sur le premier 15m
Précision de la position	Jambe droite au-dessus de l'épaule et jambes en extension complète	Si maintenu sur toute la distance	Si maintenu sur le premier 15m

Annexe 4 – Éléments imposés

Le document de référence pour les éléments imposés est l'annexe VI du Manuel de règlements FINA 2017-2021 qui présente les éléments obligatoires de la routine technique d'équipe Junior.

Les éléments 1 à 5 seront performés individuellement devant un atelier composé de 4 à 7 juges de niveau 2 ou plus.

Le mode de jugement utilisé sera celui utilisé pour les épreuves de figures imposées tel que décrit dans le Manuel de règlements de Synchro Canada de la saison 2017-2018.

Calcul du résultat des éléments imposés

Le résultat de l'épreuve d'éléments imposés sera calculé conformément au mode décrit pour le calcul d'un résultat de figures imposées dans le Manuel de règlements de Synchro Canada de la saison 2017-2018.

Annexe 5 – Jeu de routine (Routine set, Salsa de Synchro Canada)

Les documents et vidéos de référence pour le jeu de routine (routine set) sont produits par Synchro Canada dans le cadre du processus de sélection de l'équipe nationale Junior 2018.

Le jeu de routine sera performé individuellement et sera évalué de la manière suivante :

- Un atelier composé de 5 à 7 juges de niveau 2 ou plus attribueront une note pour l'exécution et une autre note pour la présentation.
- Un atelier composé de l'entraîneur-chef et de l'assistant entraîneur de l'équipe du Québec Junior attribueront une note pour la hauteur et une note pour la synchronisation.

Les échelles de notation pour l'exécution, la présentation et la synchronisation sont celles utilisées par les officiels lors du jugement des routines et telles que présentées dans le Manuel à l'intention des officiels et des entraîneurs FINA 2017-2021.

Évaluation de la hauteur

La hauteur sera évaluée sur deux (2) longueurs de la routine, lesquelles seront tirées au sort la journée même de l'évaluation.

Le pointage attribué à chacune des composantes est déterminé par la hauteur telle que définie par les repères suivants :

Verticale		Position une jambe	
Hauteur	Pointage	Hauteur	Pointage
Fesses	10	Fesses	10
$\frac{3}{4}$ cuisse	8	$\frac{3}{4}$ cuisse	8
$\frac{1}{2}$ cuisse	6	$\frac{1}{2}$ cuisse	6
Bas de la cuisse	4	Bas de la cuisse	4

Haut du genou	2	Haut du genou	2
---------------	---	---------------	---

Trust		Jambe de ballet	
Hauteur	Pointage	Hauteur	Pointage
Côtes	10	Maillot	10
Taille	8	$\frac{3}{4}$ cuisse	8
Hanches	6	$\frac{1}{2}$ cuisse	6
$\frac{3}{4}$ cuisse	4	Haut du genou	4
$\frac{1}{2}$ cuisse	2		

Egg beater un (1) bras		Egg beater deux (2) bras	
Hauteur	Pointage	Hauteur	Pointage
Mi-poitrine	10	Mi-poitrine	10
Aisselles	8	Aisselles	8
Épaules	6	Épaules	6

Body boost	
Hauteur	Pointage
$\frac{3}{4}$ cuisse	10
Hanches	8
Taille	6

Évaluation de la synchronisation

Sur une échelle de 100 points, chaque erreur de synchronisation aura une déduction de 1 point. Par exemple, aucune erreur de synchronisation = 100 points, une erreur de synchronisation = 99 points, etc.

Calcul du résultat du jeu de routine

Le résultat de l'épreuve du jeu de routine sera calculé conformément au mode décrit pour le calcul d'un résultat de routine libre dans le Manuel de règlements de Synchro Canada de la saison 2017-2018 selon les pourcentages suivants :

Évaluateur	Composante	%	% du résultat total
Juges	Exécution	70 %	80 %
	Présentation	30 %	
Entraîneurs	Hauteur	25 %	20 %
	Synchronisation	75 %	