

WORLD TRIATHLON
SÉMINAIRE SUR LES ACTIVATEURS
DE COMMUNAUTÉ
– APERÇU DU SÉMINAIRE

Version 2021

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION	3
1. LOGISTIQUE DU SÉMINAIRE	4
2. CONTENU DU SÉMINAIRE	5
3. CRITÈRES D'INSTALLATIONS SPORTIVES	6
4. L'ÉVÈNEMENT (JOUR 4)	6
5. EXEMPLE DE CALENDRIER.....	7

INTRODUCTION

Ce document donne un aperçu du séminaire sur les activateurs de communauté de World Triathlon. Ce séminaire vise à accompagner les Fédérations Nationales (FN) en plein développement à créer une équipe possédant les compétences fondamentales pour développer le sport dans leur région.

Une fois ce séminaire d'activateurs terminé, vous serez en mesure de :

- Planifier and organiser des entrainements (natation, vélo, course à pied et transition) pour les participants.
- Organiser des sessions d'entraînement axées sur les compétences fondamentales du multisport aux enfants et adultes débutants dans un environnement d'apprentissage dynamique.
- Superviser les participants pour assurer leur sécurité et bien-être.
- Gérer et faciliter les activités de triathlon dans votre communauté.
- Travailler avec les clubs officiels, et le personnel de la fédération nationale dans de nombreux domaines.
- Avoir une compréhension de base des règles et réglementations du sport.
- Conserver les valeurs et pratiques éthiques et assurer la sécurité des participants (enfants et adultes).
- Organiser et promouvoir des évènements multisports, ex. Aquathlon, Triathlon, Duathlon et Cross-Triathlon.
- Être capable d'apporter votre soutien à votre FN en mettant en place des procédures et pratiques gouvernementales pertinentes.



1. LOGISTIQUE DU SÉMINAIRE

Séminaire World Triathlon sur les Activateurs de Communauté – Logistique du Séminaire	
Lieu	Les FN ciblées organisent le séminaire dans leur région en vue d'un évènement qu'elles accueillent.
Participants	Entre 16 et 25, généralement d'une seule FN, la FN hôte.
Public ciblé	Les fédérations où le triathlon est en phase initiale de développement avec une aide limitée pour son développement.
Conditions de participation	Aucune
Sélection	Ouvert à tous
Aperçu du séminaire	Les intervenants se consacrent à aider les activateurs à développer leurs capacités à planifier et organiser un évènement local (jour 4). Le séminaire est également axé sur la mise en pratique des compétences L'animation du séminaire peut être adaptée selon les ressources locales.
Animation	Deux intervenants animent le séminaire : Une personne ayant le profil d'officier technique et d'organisateur d'évènements Une personne ayant le profil d'entraîneur
Style de Présentation	Mené par un intervenant – adapté à la situation locale.
Ressources	Manuel et contenu en ligne (texte et vidéo).
Programme	4 jours surplace ainsi que des lectures en ligne et des petits exercices supplémentaires.
Objectifs clefs	La motivation des participants à assumer des rôles-clefs dans le triathlon, ex. entraîneur. L'organisation d'évènements locaux (en guise de préparation des championnats nationaux).
Évaluation	Évaluation informelle en ligne et feedback informel des intervenants.
Contenu du séminaire	Présentation générale du triathlon, y compris les Officiels Techniques (règles), les évènements et une introduction à l'entraînement.
Certification	Certificat de participation



2. CONTENU DU SÉMINAIRE

Séminaire World Triathlon sur les Activateurs de Communauté – Contenu du Séminaire	
	Description courte
Travaux préalables au séminaire	Les candidats sont tenus de revoir un contenu court en ligne sur le triathlon et de répondre à un mini quiz en ligne. Ils doivent également compléter un profil personnel, décrivant leur formation en rapport avec le séminaire.
Rôle de l'activateur	Cette partie explique ce qui est attendu d'une personne endossant le rôle d'un activateur, y compris les différents aspects et types d'activités qu'elle va entreprendre, et le matériel à disposition. Des conseils en matière d'éthique, d'égalité et de diversité, sont également donnés.
Comprendre les Participants	Cette partie explique pourquoi différentes personnes font du sport, et pourquoi toutes les différentes raisons ont la même importance et la même valeur dans le monde du triathlon.
Sécurité et bien-être	Cette partie couvre les notions de base sur la façon dont les activateurs peuvent créer un environnement sain où le bien-être de tous est pris en compte. Cela comprend l'utilisation du matériel en toute sécurité, les vêtements appropriés, comment évaluer les risques et gérer les urgences, et comment gérer et signaler les blessures.
Natation	Cette partie aborde comment mettre en place un parcours de natation, y compris une analyse de tous les facteurs qui peuvent compromettre un environnement sûr et équitable et qui doivent être pris en compte. Des informations sur les différents rôles de sécurité et le matériel, notamment les embarcations, sont également données.
Transitions	Les informations sur la manière de concevoir une aire de transition sûre et équitable, en mettant l'accent sur la mise en œuvre des règles, et du matériel spécifique de l'organisateur
Vélo	Les informations sur la manière de concevoir un parcours de vélo, le positionnement de l'équipe de volontaires, la gestion de la communication à travers l'équipe de volontaires, le matériel spécifique, et comment gérer les risques.
Course à pied et l'arrivée	Comment concevoir et gérer un parcours de course à pied et la zone d'arrivée, ainsi que les règles fondamentales.
Relais par équipe	Comment concevoir et gérer une course de relais mixte, avec un accent sur les différences entre ce type de gestion d'évènement et un évènement individuel.
Planifier un évènement	Conseils sur la planification et l'organisation d'un évènement, étape par étape, selon l'approche des 5 piliers. Quelle doit être la distance de votre évènement, quel type d'évènement ? Comment gérer un système de chronométrage, organiser l'affectation des volontaires au sein de l'équipe de l'évènement, maintenir un site sécurisé jusqu'à la cérémonie des médailles et après les activités de l'évènement.
Les activités d'entraînements	Les astuces d'entraînement et de compétitions des participants ; comment planifier les activités d'entraînement pour les participants avant l'évènement pour qu'ils puissent en tirer le maximum. Quelques exemples d'entraînements pour améliorer les capacités des participants sont inclus pour la natation, le vélo, la course à pied, et la transition.
Développement sportif et personnel	Cette partie explique comment les activateurs peuvent se développer personnellement et chercher à développer le triathlon dans leurs régions.
Exercices d'évaluation	La plateforme d'apprentissage en ligne contient des quiz simples que tous participants se doivent de compléter, en plus de compléter les exercices pratiques du séminaire sous l'observation des intervenants.

3. CRITÈRES D'INSTALLATIONS SPORTIVES

Séminaire World Triathlon sur les Activateurs de Communauté – Critères d'installations sportives	
Séances Théoriques	<p>Une salle de classe pour la durée totale du séminaire (4 jours) qui peut confortablement accueillir 25 à 30 personnes avec des tables disposées pour former des groupes de 4 ou 5 personnes (ex. pour 60 minutes avant ou après le séminaire) ; pas en forme de carré ou U. Cela va permettre de promouvoir le travail en groupe requis par le séminaire. Un bon éclairage naturel et assez de place pour circuler sont élégamment essentiels.</p> <p>Un accès stable à Internet, un accès à une photocopieuse/imprimante, un projecteur, un câble d'extension, et un tableau blanc/ tableau de conférence.</p> <p>Sécurité : la salle doit être parfaitement sécurisé et doit pouvoir stocker des vélos et du matériel. Si cela n'est pas possible, une autre salle pour le stockage doit être réservée.</p>
Séances Pratiques	<p>Piscine (longueur minimum de 20m et 2 couloirs au minimum pour le parcours) – réservation de 2 à 3h.</p> <p>L'environnement pour le vélo – grand parking en béton ou goudronné ou similaire de 50m x 20m, sans voitures.</p> <p>L'environnement pour la course à pied – à l'intérieur d'une salle omnisports, au même endroit que le vélo, ou sur une piste de course.</p>

4. L'ÉVÈNEMENT (JOUR 4)

Séminaire World Triathlon sur les Activateurs de Communauté – L'évènement (Jour 4)	
JOUR 4	<p>Le dernier jour du séminaire, l'équipe d'acteurs organisera un évènement de triathlon en direct (ou multisports) pour la communauté locale. Le but de cet exercice est de mettre en pratique les compétences acquises pendant le séminaire et de créer un évènement qui pourra devenir récurrent tout en permettant le développement et la progression du sport au profit de la communauté sur le long terme.</p>



5. EXEMPLE DE CALENDRIER

Horaires		Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4
Matin	8:30-9:00	Mot de bienvenue et introductions	<i>Séances théoriques et pratiques, et activités – VÉLO</i>	<i>Séances théoriques et pratiques : Planifier un évènement/une course Planification et Préparation</i>	ÉVÈNEMENT
	9:00-10:00	Qu'est-ce que le Triathlon ?			
	10:30 - 11:30	Le rôle d'un Activateur			
	11:30 - 12:30	Engagement et communication avec les participants			
	12:30 - 13:30	<i>Déjeuner</i>	<i>Déjeuner</i>	<i>Déjeuner</i>	<i>Déjeuner</i>
Après-midi	13:30 - 18:00	<i>Séances théoriques et pratiques et activités - NATATION</i>	<i>Séances théoriques et pratiques et activités – CàP, TRANSITIONS, ARRIVÉE</i>	<i>Séances théoriques et pratiques : Planifier un évènement/une course Planification et Préparation</i>	Bilan de l'évènement
					Héritage – le développement du sport dans votre région
	19:00	<i>Dîner</i>	<i>Dîner</i>	<i>Dîner</i>	Voyage
Soir	20:00	<i>Réflexions et travail personnelles</i>	<i>Réflexions et travail personnelles</i>	<i>Réflexions et travail personnelles</i>	

Pause-café de 30 minutes de 10:00 à 10:30 pour les séances du matin.

Pause-café de 30 minutes de 15:30 à 16:00 pour les séances de l'après-midi.