

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT DES NAGEURS ET ENTRAINEURS FRANCILIENS

POUR QUE LES JEUX DE PARIS SOIENT PLUS QU'UN RÊVE SAISON 2

Une ambition intacte

Notre conviction n'a pas changé, la haute performance est une histoire d'hommes et de femmes engagés collectivement vers un but commun : Ici les Jeux de Paris 2024. Il s'agit de centrer les actions autour de ce qui fait sens : la performance et de résoudre un par un, ensemble et pour chacun d'entre nous, les obstacles qui se présentent sur notre route.

Ce but se décline en 3 aspirations pour la natation francilienne :

Que les jeux de Paris soient une ambition collective ou chacun à sa place contribue à la réussite de tous.

Que le chemin jusqu'aux jeux de Paris soit source de joie et que la réussite finale vienne simplement confirmer ou pas tout ce qui a été mis en place.

Que chacun pendant les jeux de Paris puisse être fier du travail accompli et partager la réussite de ceux qui participeront.

Des objectifs à préciser

Permettre aux meilleurs nageurs franciliens de s'épanouir et de progresser dans un projet collectif en vue des jeux Olympiques de Paris.

Accompagner les nageurs et leurs entraîneurs vers une exigence et un état d'esprit de haut-niveau.

Préformer (médaillé) aux championnats d'Europe juniors et intégrer l'équipe de France sénior aux jeux de Paris.

Avoir des entraîneurs de club intégrant l'encadrement des équipes de France.

Ces objectifs initiaux du projet rappelé ci-dessus sont à retravailler collectivement, afin de déterminer des critères de réussite objectivable et définit dans le temps. Cette démarche nous permettra d'être plus pertinents dans le suivi de notre programme et surtout d'avoir des indicateurs validant ou non notre action.

Une démarche à faire évoluer

Comme annoncé dès l'élaboration du projet, le programme n'est pas figé, il est évolutif aux grés des obstacles et des émergences, mais toujours en gardant cette quête de performance aux jeux de Paris.

Maintenir la philosophie du projet

Le nageur et son entraîneur sont pleinement associés et considérés comme un ensemble à préserver et à accompagner dans la durée.

Ils sont intégrés dans des collectifs plus large déterminés chaque saison sportive et s'articulant autour des Centres d'Accession et de Formation (CAF), et de l'ensemble des nageurs identifiés.

Les entraîneurs des nageurs adhérents aux actions proposées et les dirigeants des structures d'entraînement les accueillants sont partie prenante du projet et concours de fait à la réussite du couple entraîneur / nageurs.

Plusieurs niveaux d'accompagnement et d'action sont proposés au regard des résultats, motivations et engagements des personnes.

C'est à travers l'échange entre entraîneurs, nageurs, experts autour de problématiques concrètes rencontrées dans le quotidien ainsi qu'un travail réflexif sur soi-même que se fait l'essentiel de la montée en compétence.

Un pôle d'expert capable d'intervenir dans les différents secteurs de la performance sera progressivement constitué afin d'accompagner la résolution des problématiques émergentes.

Une attention particulière sera portée sur l'accompagnement du projet scolaire, universitaire et professionnel des nageurs identifiés afin de les aider au mieux dans les choix d'orientation qui sont souvent un frein à la réussite d'un projet sportif en Ile de France.

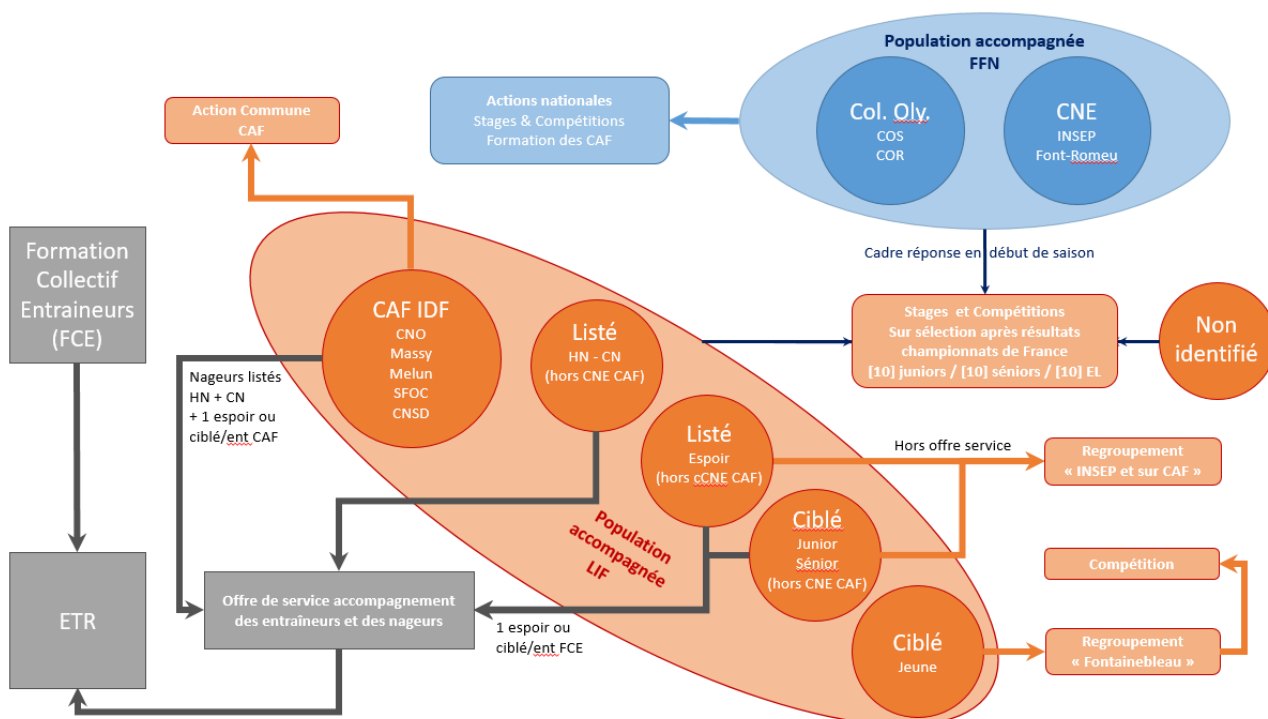
Evolution de la méthode

Le contexte fédéral s'étant stabilisé, nous devrions pouvoir mieux nous appuyer sur les critères de mise en listes ministérielles et sur les CAF d'Ile de France pour élaborer un nouveau programme d'action qui s'inscrit en cohérence avec les actions nationales. Par ailleurs, nous disposons d'un collectif d'entraîneurs formés au travail collaboratif et à même de développer une vision collective dépassant les intérêts particuliers. Aussi, il s'agit de mieux associer les acteurs du projet pour faire évoluer l'architecture du dispositif et établir un programme d'actions permettant réellement l'adhésion de tous.

Proposition d'un nouveau programme

Un temps de réflexion a eu lieu pendant le 4^{ème} regroupement de la formation du collectif d'entraîneur, puis il a été suivi d'un travail de mise en forme par les CTS.

L'architecture du programme



Cette architecture repose sur l'identification des nageurs et de leur entraîneur. En fonction de la catégorie dans laquelle les nageurs sont identifiés, ils peuvent prétendre à différents types d'actions. Les entraîneurs de ses nageurs et ceux souhaitant s'engager dans un processus de développement de leur compétence peuvent également bénéficier d'actions spécifiques.

Les différents types d'actions proposées

Elles reprennent les actions proposées en 2018-2019, auxquelles nous ajoutons une offre de service d'accompagnement des entraîneurs sur le terrain pour les meilleurs nageurs et les entraîneurs les plus engagés dans un processus de formation.

▪ **Regroupements, avec leur entraîneur des jeunes d'île de France :**

Population : nageurs de la catégorie Jeune en 2019-2020, classé dans les 8 premiers de son année d'âge des rankings nationaux bassin de 50m en 2018-2019.

Actions : deux regroupements sont prévus auxquels s'ajoutera une compétition.

▪ **Regroupements, avec leur entraîneur des juniors et seniors d'île de France :**

Population : nageurs de la catégorie Junior ou Sénior en 2019-2020, non inscrit sur liste ministérielle Elite, Séniors, Relève ou Collectif National et non inscrit dans un CAF d'IDF ou un Centre National d'entraînement pour la saison 2019-2020, et :

- ayant été un junior classé dans les 8 premiers de son année d'âge des rankings nationaux 2018-2019 en bassin de 50m

-
- ayant été un sénior classé dans les 8 premiers des 3 années d'âge post-juniors des rankings nationaux 2018-2019 en bassin de 50m ou dans les 8 premiers toutes catégories des rankings nationaux 2018-2019 en bassin de 50m¹

Actions : trois à quatre regroupements comme ceux fait à l'INSEP ces dernières années sont prévus. Ils devraient être délocalisés sur les CAF afin de renforcer les liens entre les structures et aussi répondre aux problématiques de disponibilité du bassin de l'INSEP. auxquels s'ajoutera une compétition.

- **Actions de stage et de compétitions sur sélection après les championnats nationaux :**

Population : nageurs sélectionnés sur les résultats des championnats de France juniors, séniors et eau libre. Douze nageurs par actions seront retenus.

Actions : un stage juniors, un stage séniors et un stage ½ fond – eau libre sont prévus. Les dates seront à déterminer après consultation des entraîneurs

- **Actions spécifiques aux CAF :**

Population : nageurs inscrits dans un CAF d'Ile de France pour la saison 2019-2020 et sur proposition de leur entraîneur.

Actions : une action de compétition à déterminer est prévue.

- **Actions de formation d'un collectif d'entraîneurs :**

Population : entraîneurs souhaitant s'engager dans un processus de développement de ses compétences.

Actions : Deux programmes de formation professionnelle des entraîneurs sont mis en place : un niveau 1 concernant une nouvelle promotion et un niveau 2 pour les entraîneurs ayant suivi la formation de la saison dernière. Programme de 4x2 jours pour chaque niveau :

- 2 sur relation communication (niveau 1 et niveau 2)
- 2 sur connaissance de soi (niveau 1 et niveau 2)
- 2 sur détermination d'objectif (niveau 1 et niveau 2)
- 2 sur l'intelligence collectif (en commun en résidentiel)

Toutes les informations sont disponibles auprès de l'ERFAN d'IDF.

- **Offre de service d'accompagnement de la performance :**

C'est la nouveauté de la saison 2019-2020. Il s'agit d'aller au plus près des entraîneurs et des nageurs pour leur proposer des outils d'accompagnement de la performance servant aussi bien au nageur qu'à l'entraîneur.

Population : entraîneurs de CAF, entraîneurs de nageurs listés Elite, Séniors, Relève ou Collectif National, et entraîneur suivant la Formation d'un collectif d'entraîneur et ayant un nageur identifiés dans le dispositif d'accompagnement de la LIF pour la saison 2019-2020.

Actions : Suivi physiologique, état de forme (HRV), suivi psychologique, suivi technique et méthodologique, coaching.

Lancement

Une demi-journée de présentation et d'échange, sous le mode porte ouverte aura lieu à la LIF le jeudi 26 septembre de 14h30 à 17h30.

¹ Sauf sur les épreuves de 100 et 200 NL ou sont retenu les 12 premiers.