



PROJET EDUCATIF ET SPORTIF

SEJOUR JEUNES DE PREPARATION A LA COMPETITION DE TIR A L' ARC

Le Comité Départemental de Tir à l'Arc de l'Essonne est une association régie par la loi du 1^{er} juillet 1901. Affiliée à la Fédération Française de Tir à l'Arc, elle a pour mission la structuration des clubs, la promotion du tir à l'arc au sein des clubs du département, l'organisation des compétitions, la formation des cadres, la formation des arbitres, le perfectionnement technique des archers, le développement des archers en compétition, la détection des espoirs, le regroupement des jeunes archers en préparation à la compétition, et l'évaluation des jeunes et adultes à l'Élite Départementale au sein de l'Essonne.

Le séjour sportif d'été offre aux jeunes essonnais la possibilité de préparer la rentrée sportive sous les meilleurs auspices, avec une préparation physique, mentale, matériel et technique à la compétition.

Les cadres veillent au bon déroulement des journées, et sont attentifs au moindre problème que les jeunes pourraient rencontrer. Ils sont diplômés d'état (entraîneurs sportifs, Bafa), et diplômés fédéraux.

1. Objectif

Le séjour, même s'il est de nature sportif, s'inscrit dans les principes éducatifs essentiels :

L'objectif éducatif est de gagner en autonomie, devenir responsable et prendre confiance.

L'objectif sportif est le perfectionnement technique dans l'activité tir à l'arc en sensibilisant le jeune sur l'importance de l'échauffement et le renforcement musculaire, mais aussi aborder une approche à la préparation mentale en compétition.

Ce séjour sportif s'adresse aux jeunes essonnais entre 10 et 17 ans (poussins à cadets). Il n'est ouvert qu'aux jeunes licenciés à la Fédération Française de Tir à l'Arc.

Le séjour leur propose aussi des activités annexes de détente différentes selon les tranches d'âge : jeux collectifs, chasse aux trésors, jeux de ballons.....

Ces moments de détente seront partagés en groupe afin de vivre d'autres activités que leur sport principal.

2. Présentation de la structure d'accueil



L'accueil aura lieu du lundi à 9 h au vendredi 16h30 au château de Chamarande dans le centre Mione. Le séjour se déroule en pension complète. Durant cette semaine, les encadrants de tir à l'arc Brevetés d'état et fédéral se chargeront des jeunes de 9 h à 16h30, le reste du temps étant encadrés par des animateurs diplômés BAFA.

Hébergement : dans le centre d'hébergement Mione avec 60 lits au total (12 chambres). Les jeunes sont répartis dans 2 couloirs : un avec les filles (3 chambres)- l'autre pour les garçons. Les chambres sont équipées de 3 ou 4 lits avec armoire. Chaque chambre dispose d'un lavabo.

Les lieux de toilette (douche -sanitaire - lavabo) sont au bout du couloir : avec créneau horaire défini pour les filles puis ensuite pour les garçons.

Les animateurs féminins sont dans le couloir des filles, chambre voisine de celle des filles. Les animateurs masculins sont répartis dans le couloir des garçons : une chambre au début et une à la fin du couloir.



Restauration dans le self du centre. Les jeunes apprennent la bonne tenue au restaurant (calme, respect, politesse envers les serveurs...) et participent au rangement des tables. Les repas sont élaborés en liaison froide. Il n'y a pas de prise en charge pour régime particulier.



Lieu de pratique : l'espace de tir est sur une pelouse à côté du centre d'hébergement et est sécurisé par nos soins avec des panneaux indicateurs et clos par de la rubalise, en respectant les normes instaurées par la FFTA (positionnement des cibles, avec des zones de sécurité arrière et latérales, ...)

Une salle est réservée pour le petit matériel (arcs, outils d'entretien, accessoires...)

Une salle de cours nous est attribuée afin de les rassembler pour des moments d'échanges.



Le directeur technique

Il est responsable de la vie au centre :

- A l'égard du groupe dont il a la charge
- Envers les familles qui nous confient leurs enfants
- Vis-à-vis de l'organisateur qui est le CDTAE- ARC ESSONNE

Il est le garant du bon déroulement du séjour, c'est-à-dire :

- De la sécurité et de l'intégrité physique et morale des jeunes
- De la bonne entente au sein du groupe
- De la bonne mise en œuvre du projet sportif

Le directeur doit consulter ou informer le président du Comité en cas de difficultés, à n'importe quelle heure en cas de problème grave.

Il doit être vigilant et intransigeant sur toutes les questions de sécurité physique et morale, il délègue aux entraîneurs et aux encadrants BAFA une attention particulière sur les problèmes d'hygiène.

Il est disponible et capable de faire face à toutes les situations, y compris des accidents graves, faire preuve d'initiative, de capacité de dialogue et de coordination. Il doit faire preuve de compétences techniques et pédagogiques.

Le directeur technique doit préparer le déroulement de la journée, en étant attentif à l'équilibre des rythmes. Il veille à ce que les activités se déroulent en toute sécurité.

Le directeur technique a un rôle de formateur permanent auprès de l'équipe pédagogique : il oriente, encourage, valorise, responsabilise, corrige et doit également faire preuve d'autorité.

Il peut déléguer certaines responsabilités après s'être assuré que la personne concernée est capable de les assumer en précisant à chacun les limites de cette délégation.

Les encadrants sportifs « Brevet d'état »

Ils encadrent les activités et suppléent à l'absence des parents. Ils prennent en charge les jeunes dès que les parents les leur confient. Ils doivent avoir des connaissances générales sur le fonctionnement matériel et pédagogique d'un séjour sportif et sont capables d'animer plusieurs activités.

Ils veillent à la sécurité, à la santé et à l'hygiène des jeunes. Ils sont à leur écoute mais savent garder leurs distances afin de marquer la différence adulte-enfant.

Les animateurs BAFA

Les animateurs animent le quotidien ; du lever des jeunes à la fin du petit déjeuner, puis du goûter au coucher avec la surveillance de la nuit.

Ils interviennent aussi sur l'hygiène (toilette du matin) et sont responsables de la tenue des chambres et le rappellent à l'ordre des jeunes en cas de non-respect des règles d'hygiène de base.

Ils animent les temps d'activités de fin d'après midi de 17h à 19h et du soir de 20h30 à 21h30/22 h. Ils surveillent le dîner et veillent au coucher des jeunes.

3. Organisation du séjour

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	Vendredi
8 à 9 h	Accueil	Petit déjeuner	Petit déjeuner	Petit déjeuner	Petit déjeuner
9 à 12 h	Installation + Tir à l'arc Etude matériel	Préparation musculaire Travail technique	Préparation musculaire Travail technique	Préparation musculaire Travail technique	Tir à l'arc + bilan personnalisé
12 à 13 h	repas	repas	repas	repas	repas
13 à 14 h	théorie	théorie	théorie	théorie	pause
14 à 16 h 30	Visite culturelle Tir à l'arc (réglages - vidéo)	Tir à l'arc Travail technique	Renforcement musculaire Visite culturelle	Tir à l'arc Travail technique	Rangement du matériel et des chambres
16 h 30	Collation	Collation	Collation	Collation	Départ
17 h à 19 h	Activité annexe	Activité annexe	Temps libre	Activité annexe	
19 h	diner	diner	diner	diner	
20h30	Activité du soir	Activité du soir	Activité du soir	Activité du soir	
21h30 / 22h	Coucher	Coucher	Coucher	Coucher	

a) L'accueil

L'accueil de début de séjour sera dynamique, gai, incluant une visite du site pour les jeunes et les éventuels parents, le placement dans les chambres. Les jeunes seront aussitôt intégrés en activité.

b) Le lever

Le lever se fait naturellement. A partir de 7h/7 h30, un animateur sera prêt à accueillir les jeunes en salle de temps calme. Les jeunes peuvent déjeuner vers 8 h.

c) Le coucher

Le coucher aura lieu vers 21h30 / 22h en fonction de l'âge des jeunes et du programme de la journée. Il pourra avoir lieu plus tôt si l'enfant le souhaite. On privilégiera de courtes veillées qui auront pour but une préparation au sommeil lorsque le programme sportif aura été plus important dans la journée.

d) Les repas

Les repas sont équilibrés et variés, au moins un repas chaud par jour sera délivré par jour en plus du petit déjeuner.

Les régimes alimentaires ne sont pas pris en compte.

Chaque enfant devra goûter à tout ce qui est proposé. Les repas sont aussi des moments conviviaux, de rencontres et d'annonces d'informations importantes.

e) La gestion du linge

Un inventaire complet du linge sera fait à l'arrivée et au départ des jeunes, par le même animateur, celui qui sera référent de la chambre si possible.

Le rangement des affaires personnelles peut avoir lieu dans un placard personnel.

Le sac de linge sale doit se trouver dans le placard. Le linge de corps doit être changé tous les jours, un pyjama est utilisé pour les nuits au centre. Il n'y aura pas de lavage du linge sale.

La gestion du linge est également un temps éducatif, surtout dans un séjour sportif. Il convient d'amener le jeune à une certaine autonomie mais en lui expliquant certains principes dans un cadre qui est posé dès le départ :

- On se change tous les jours et surtout lorsque l'on a transpiré
- On pratique le sport avec des affaires de sport
- On utilise des chaussures adaptées à chaque activité

f) Divers

Aucune présence de drogue, ni d'alcool n'est tolérée. Elle encoure l'exclusion.

Les cigarettes sont interdites dans le centre.

La mixité est interdite dans les chambres et lieux de toilette.

4. Présentation des diverses activités

-Tir à l'arc : sport de rigueur, de précision, de régularité, le tir à l'arc développe la volonté, la maîtrise de soi, la responsabilité et la concentration pour libérer une flèche et atteindre une cible.

Tous les matins, il est proposé un échauffement musculaire, puis une présentation de l'activité sportive de la journée.

-Visites culturelles : 2 visites encadrées sont intégrées dans le planning permettant une découverte des expositions contemporaines proposées chaque année par le Domaine.

-Activités annexes : proposées par les animateurs, ces activités seront variées afin de répondre aux différentes tranches d'âge : parcours aventure, chasse aux trésors, jeux de ballons... Ces moments de détente seront partagés en groupe afin de vivre d'autres activités que leur sport principal et de permettre la mixité et le soutien entre les jeunes d'âges différents.

5. Besoins psychologiques et physiologiques

Les encadrants seront vigilants et à l'écoute de chaque enfant individuellement notamment au moment du bilan de fin de chaque séance, et au moment du coucher (par exemple séparation avec la famille).

Des temps de pause personnalisés en fonction de l'âge et de la résistance physique de chacun seront instaurés.

Des bouteilles d'eau seront à disposition des enfants. Les encadrants seront aussi vigilants à vérifier le port de casquette, lors d'une pratique à l'extérieur.

Le temps de sommeil sera respecté en fonction de l'âge : les 8-11 ans seront couchés à 21h30, alors que les 12-17 ans à 22h.

6. Mineurs handicapés

Prise en compte de public handicapé suivant son potentiel.

7. Objectifs de l'action éducative de l'équipe

- a) Favoriser le développement et l'autonomie du jeune et de l'enfant dans le respect des besoins et des caractéristiques de chaque âge.
- b) Favoriser l'acquisition de savoirs techniques.
- c) Favoriser l'épanouissement des élèves dans une pratique sportive, compréhension et amélioration de points techniques personnels.
- d) Favoriser la vie en collectivité, la socialisation.
- e) Permettre à l'enfant de développer son esprit critique, de faire des choix.

- f) Favoriser et permettre l'apprentissage et l'expérimentation de la démocratie ainsi que la tolérance, l'expression de la solidarité et la reconnaissance de la diversité.
- g) Favoriser l'ouverture des activités en incitant la mixité et les passerelles entre les âges...

8. Evaluation

Un dossier individuel comprenant des fiches bilan de chaque séance sera mis en place et remis à la fin du séjour.

L'évaluation sera réalisée sous forme de support vidéo qui permettra d'individualiser les contenus techniques à chaque enfant, d'apporter des discussions et des échanges entre entraîneur / entraîné.

9. Moyens matériels et financiers

La participation des élèves est de 410 euros pour la pension complète, le complément est fourni par le Comité Départemental.

Le matériel est mis à disposition par le Comité Départemental : cibles mobiles, arcs et flèches, blasons, abris en cas de pluie ou de soleil, matériel de réparation, et divers moyens pédagogiques.

10. Communication avec les familles

a) Pièces à fournir par les familles avant le séjour

Une fiche d'inscription, une autorisation parentale, la fiche sanitaire avec la photocopie des vaccinations du carnet de santé et l'attestation d'assuré social du parent dont dépend l'enfant (ou tuteurs). Une convocation est envoyée aux familles un mois avant le début du séjour, avec un rappel du trousseau et de quelques consignes.

Toutes les demandes, informations et questions peuvent être envoyées en courriel au Comité Départemental.

Les parents devront informer les encadrants, grâce à la fiche sanitaire, des traitements médicaux en cours, occasionnels, des allergies et soins à apporter, et joindre l'ordonnance correspondante.

b) La communication

Durant le séjour, les jeunes sont vivement invités à confier leurs envies, leurs projets à l'équipe d'animation. Les animateurs demanderont chaque soir (pendant la veillée) les ressentis des jeunes sur les activités qui auront été proposées dans la journée.

Les jeunes peuvent écrire à leurs familles. Le téléphone portable est autorisé, sous la responsabilité du jeune, mais peut être conservé pendant la nuit par l'animateur si son utilisation dérange. Son utilisation est limitée après les heures de repas, et pendant les temps calmes. Les parents n'appelleront au centre de séjour qu'en cas de problème.

Le projet sportif sera communiqué aux personnels du stage, aux représentants légaux des mineurs et aux participants, ainsi qu'à la DDCS.