

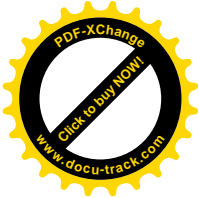


GUIDE

FORMATION FEDERALE

2010-2011

FÉDÉRATION
FRANÇAISE DE
TRIATHLON



INTRODUCTION

A destination des éducateurs bénévoles des structures labélisées F.F.TRI., les formations fédérales viennent compléter l'offre de formation professionnelle aux diplômes d'Etat disponibles dans la branche.

Veillez noter que ce guide ne présente que la formation fédérale. Si vous souhaitez entamer un cursus de formation pour l'obtention d'un diplôme d'état, veuillez vous informer sur le site internet de la fédération ou contacter un conseiller technique chargé de ce dossier (contacts en dernière page de ce guide).

L'architecture des formations préparant aux missions liées à l'éducateur en triathlon est présentée synthétiquement ci-dessous :

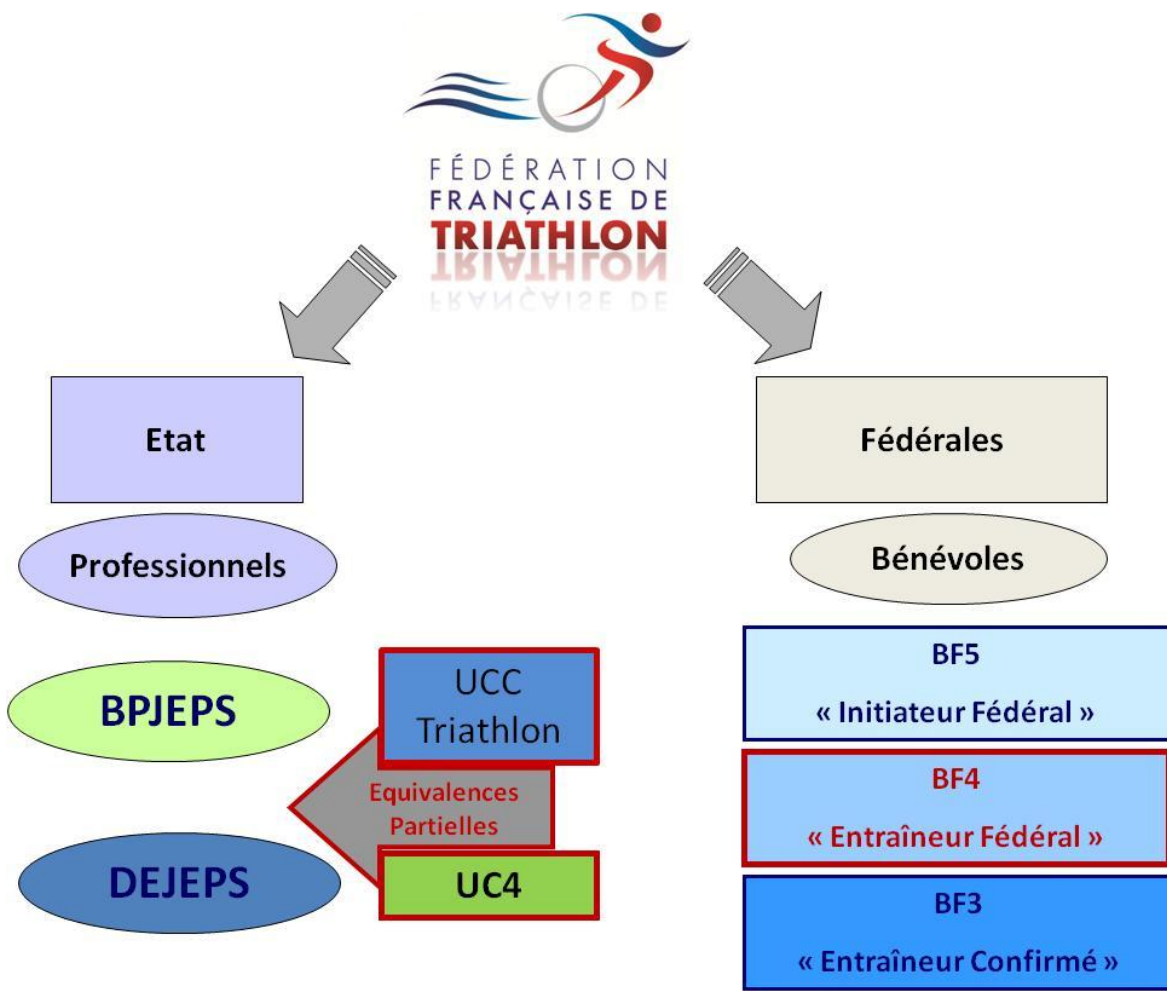
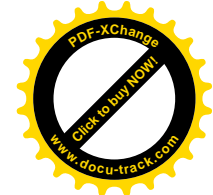
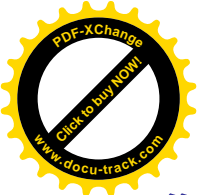


Figure 1 : Schéma présentant les deux filières de formations liées aux fonctions de l'éducateur triathlon ainsi que les passerelles existantes entre la formation des bénévoles et des professionnels.



« Assistant Fédéral » Triathlon

Sous la responsabilité directe de diplômés fédéraux, il apporte une aide logistique et sécuritaire au sein de son club.

L'assistant représente le premier niveau du cursus de la formation fédérale.

Prérogatives :

- Sous la responsabilité directe de diplômés fédéraux ou d'état, il apporte une aide logistique et sécuritaire au sein de son club.

Pré-Requis :

- Avoir 16 ans révolus
- Etre licencié F.F.TRI.
- Etre titulaire de l'Attestation Scolaire de Sécurité Routière (ASSR1)

Modalités de délivrance du statut d'assistant :

- Suivre la formation théorique BF5 sur les items 1 à 4 de la formation BF5 triathlon :

Aucun examen n'est nécessaire. C'est le Conseiller Technique de Ligue, responsable de la formation qui délivre l'attestation.



Brevet Fédéral niveau V

« Initiateur Triathlon »

Prérogatives :

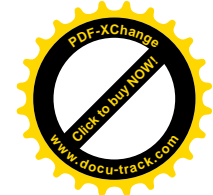
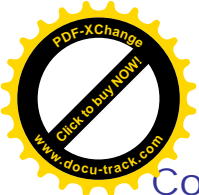
- Assiste le BF4
- Accompagne la pratique des sports enchaînés et participe à assurer la sécurité des pratiquants
- Anime et propose une initiation à des publics d'âges différents

Pré-Requis :

- Avoir 17 ans minimum à l'entrée en formation
- Avoir 18 ans révolus lors de l'examen
- Etre licencié(e) à la F.F.TRI.
- Etre titulaire du code de la route
- Etre titulaire du PSC1 (ou de son équivalent à jour des révisions)

Organisation générale BF5 :

Organisation générale BF5	
Pré-Requis	<ul style="list-style-type: none">- Avoir 17 ans minimum à l'entrée en formation- Avoir 18 ans révolus lors de l'examen- Etre licencié(e) à la F.F.TRI.- Etre titulaire du code de la route- Etre titulaire du PSC1 (ou de son équivalent à jour des révisions)
Modalités d'inscription	<ul style="list-style-type: none">- Après du Conseiller Technique de votre ligue régionale- Coordonnées des Ligues régionales : http://www.fftri.com/spip.php?rubrique14
Période de formation	<ul style="list-style-type: none">- De septembre à avril (dates précises fonction des LR).
Validité de la formation	<ul style="list-style-type: none">- Sans limite de validité.
Coûts de formation	<ul style="list-style-type: none">- Défini par les ligues régionales
Date Examen	<ul style="list-style-type: none">- Examen national identique pour l'ensemble des ligues.- Courant mai 2011 (précisions sur le site F.F.TRI. : http://www.fftri.com/ ou celui de votre ligue régionale)



Contenus théoriques de la formation BF5 : 28 heures

Chapitre 1 - LE TRIATHLON C'EST QUOI ?

Objectif :

Etre capable de partager une culture commune sur la définition du triathlon et des représentations qui l'accompagne.

1. *Une diversité de lieux de pratiques*
2. *De fortes interactions avec les autres concurrents*
3. *Des disciplines avec leurs spécificités*
 - *Des disciplines, des règles*
 - *Actions motrices uniques*
 - *Des aspects structurels*

Chapitre 2 - LE CLUB ET SON ENVIRONNEMENT

Objectifs :

Connaitre le club et son environnement,

Etre capable de contribuer à la réalisation de projets et d'actions au sein du club,

Etre capable de renseigner parents/adhérents/élus.

1. *Le fonctionnement du club :*
2. *Le club et ses partenaires : (rôle et mission de chacun des partenaires)*

Chapitre 3 - HISTOIRE ET CULTURE DE L'ACTIVITE

Objectifs :

Etre capable de partager une culture commune de l'activité triathlon,

Etre capable d'identifier les principaux acteurs du triathlon en France.

1. *Se repérer dans l'histoire de l'activité triathlon :*
 - *La grande histoire du triathlon,*
 - *Histoire de la F.F.TRI. (grandes dates, conditions d'émergence et maintien de la discipline...).*
2. *Le triathlon en France aujourd'hui :*
 - *La F.F.TRI. aujourd'hui (président F.F.TRI., situation géographique, nombres de licenciés, de clubs, de manifestations...)*
 - *La ligue régionale,*
 - *Le club de chaque stagiaire (rapport de stage).*



Chapitre 4 - LES QUALITES PHYSIQUES EN TRIATHLON

Objectifs :

Etre capable d'appréhender la complexité des disciplines enchaînées.

Etre capable d'utiliser cette complexité dans l'offre d'activité du pratiquant.

1. *Les ressources à mobiliser pour faire du triathlon*
 - *Accompagner la formation des triathlètes,*
 - *Accompagner le triathlète pour la réalisation de son premier triathlon.*
2. *Introduction aux notions anatomiques et physiologiques :*
 - *Présentation anatomique et physiologique générale du muscle,*
 - *Le système cardio-respiratoire.*

Chapitre 5 - ETRE CAPABLE D'ACCOMPAGNER LE PRATIQUANT DANS LA REALISATION DE SES OBJECTIFS

1. *Grands principes de la séance*
2. *Proposer, « sensibiliser à » quelques orientations annuelles des grands principes de l'entraînement en lien avec la saison sportive en triathlon :*
 - La saison du club classique*
 - Prise en compte des publics : jeune débutant (scolaire) – adulte loisir (amateur)*
 - Le premier triathlon, apprendre à observer, à échanger*

Stage pratique dans une structure fédérale : 30 heures

Dans une structure fédérale affiliée ou lors d'un stage de ligue, le stagiaire BF5 devra justifier d'une implication d'au moins 30 heures dans les prérogatives dévolues au titulaire du BF5.

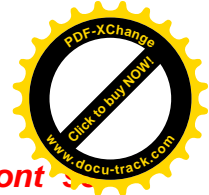
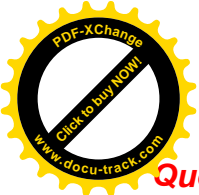
Equivalences - allègements BF5 :

Allègement de formation pour :

- Titulaires d'une licence STAPS
- Titulaires d'un Brevet d'Etat : natation – cyclisme – athlétisme

Les titulaires de ces diplômes n'auront à suivre que les items de formation suivants :

- **Chapitres : 1 – 3**



Quel que soit l'allègement de formation consenti, tous les candidats devront présenter à l'examen et justifier d'une implication de 30 heures dans une structure fédérale F.F.TRI. (clubs, comités départementaux ou ligues).

Accès à la RAE¹ possible sur ce diplôme : Détails sur le site fédéral www.fftri.com

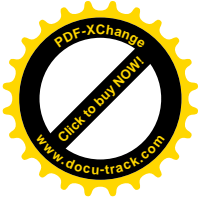
Modalités d'examen du diplôme BF5:

- Epreuve 1 : Rédaction d'un rapport de stage
- Epreuve 2 : Epreuve écrite / contenus théorique (QCM)
- Epreuve 3 : Oral de stage (sur la base du rapport de stage)

Critères de validation :

- Avoir la moyenne sur l'ensemble des 3 épreuves
- Note éliminatoire < 06/20
- Pas plus de deux notes en dessous de 08/20

¹ RAE : Reconnaissance des Acquis de l'Expérience



Brevet Fédéral niveau IV « Entraîneur Triathlon »

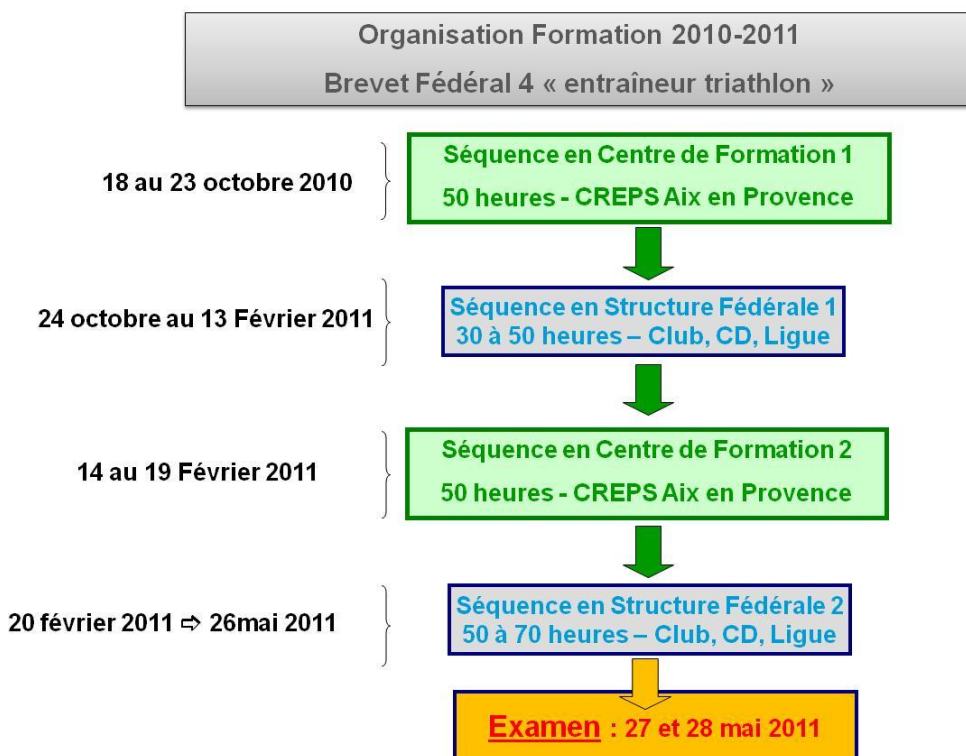
Prérogatives :

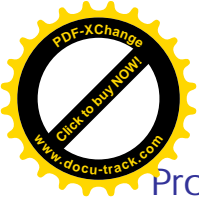
- Anime et entraîne dans une perspective d'éducation sportive et de compétition en assurant la sécurité des pratiquants.
- Forme et accompagne les BF5 et les stagiaires BF4

Pré requis :

- Etre titulaire du BF5
- Etre licencié(e) à la F.F.TRI.
- Titulaire du BNSSA et de la Qualification DSA (ou équivalent) au moment de l'examen
- Avoir effectué deux triathlons ou duathlons CD dans les trois années précédent l'examen

Organisation générale de la formation BF4 :





Programme général BF4 :

• **Contenus en centre de formation :**

- Cadre institutionnel général des APS	4 heures
- Le Sauv’Nage	3 heures
- L’intégrité physique et morale des pratiquants	12 heures
- La logique Interne du Triathlon	10 heures
- Bases physiologiques de l’entraînement aux sports d’endurance	11 heures
- La Préparation Physique Générale et Spécifique	4 heures
- Les déterminants psychologiques de la pratique sportive	5 heures
- La Technique des APS :	
- Natation – Cyclisme – CàP – Enchaînements	24 heures
- La pratique Jeune des sports enchaînés	8 heures
- L’Ecole Française de Triathlon : démarche et conception	13 heures
- La fonction de tuteur pédagogique et de formateur	4 heures
	<u>98 heures</u>

• **Contenus en situation pédagogique :**

- L’encadrement en sécurité des APS des Sports Enchaînés	20 heures
- L’apprentissage de la Technique des APS (l’apprentissage)	24 heures
- L’amélioration de la préparation physique de base	16 heures
- L’entraînement des sports enchaînés (performance)	24 heures
- Tutorat pédagogique	20 heures
	<u>114 heures</u>

VOLUME HORAIRE TOTAL : 212 heures

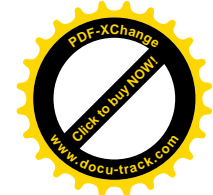
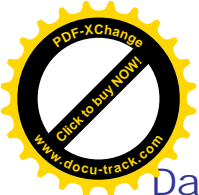
Modalités d’inscription :

Dossier d’inscription à télécharger sur le site de la Fédération Française de Triathlon :

<http://www.fftri.com/spip.php?rubrique221>

Ou sur demande par voie postale au service formation de la F.F.TRI. :

Fédération Française de Triathlon
« Service Emploi/Formation »
CREPS PACA, Chemin de la Guiramande
CS 70445, 13098 Aix-en-Provence



Dates et lieux de formation :

- Partie I : Du 18 au 23 octobre 2010 (CREPS Aix en Provence)
- Partie II : Du 14 au 19 février 2011 (CREPS Aix en Provence)

Coûts de formation :

- **Frais pédagogiques : 500€** (pour les 2 semaines de formation)
- **Hébergement et restauration** : Tarif CREPS Aix en Provence
 - Hébergement pension complète
 - Demi-pension

Modalités d'évaluation :

- Epreuve 1 : Rapport de stage pédagogique
- Epreuve 2 : Présentation du rapport de stage + entretien avec le jury
- Epreuve 3 : Analyse technique et pédagogique sur support image + entretien avec le jury

Critères de validation :

- Le candidat est admis s'il obtient une note au moins égale à 10/20 sur la moyenne des 3 épreuves ;
- Toute note inférieure à 06/20 sur l'une des épreuves est éliminatoire ;
- Le candidat ne doit pas avoir plus de 2 notes inférieures à 10/20.

Le candidat peut garder le bénéfice des notes supérieures ou égales à 10/20 pour une session ultérieure en cas d'échec.

Equivalences – allègements :

Les athlètes inscrits sur liste SHN² sont dispensés du pré-requis BF5 pour l'entrée en formation.

Aucune équivalence n'est prévue sur ce niveau de certification.

Accès à la RAE³ possible sur ce diplôme : Détails sur le site fédéral www.fftri.com

² SHN : Sportif de Haut Niveau

³ RAE : Reconnaissance des Acquis de l'Expérience

Brevet Fédéral niveau III

« Entraîneur Confirmé »

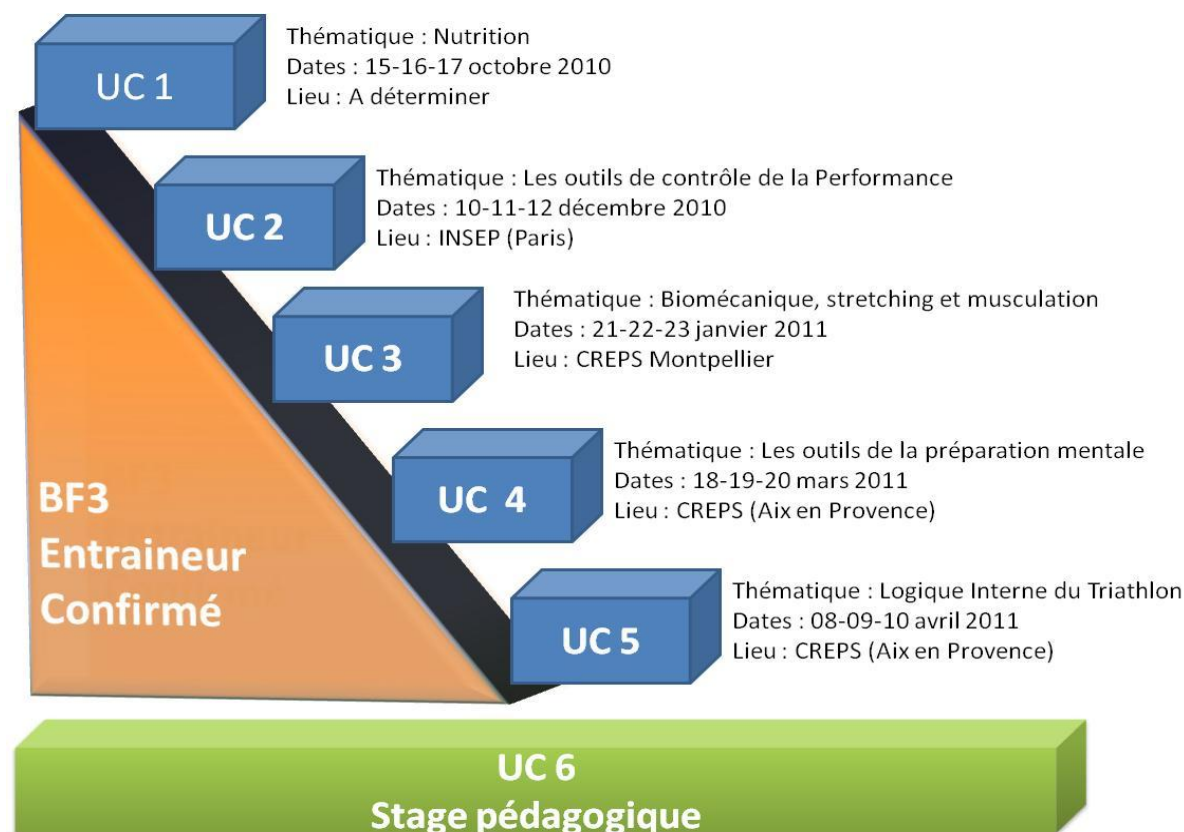
Prérogatives :

- Anime et entraîne dans une perspective d'éducation sportive et de compétition en assurant la sécurité des pratiquants.
- Forme et accompagne les BF5 et les stagiaires BF4

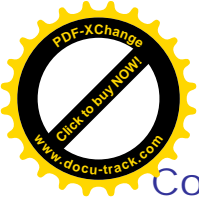
Pré requis :

- Etre titulaire du BF4
- Etre licencié(e) à la F.F.TRI.

Organisation générale de la formation⁴ :



⁴ Programme susceptible d'être modifié. Informations et actualités des séquences de formation sur le site fédéral : <http://www.fftri.com/spip.php?rubrique222>



Coûts de formation :

- **Frais pédagogiques : 90 €** (par UC)
- **Hébergement et restauration** : Selon les lieux de formations

Modalités de validation :

- Le candidat est admis s'il prend part à 5 UC théoriques différents et réalise le stage pédagogique UC6.
- Délivrance du diplôme sous réserve de fournir les attestations de présences aux 6 UC.
- Pas de limitation de temps pour la validation des 6 UC.
- Tout titulaire du BF3 peut prendre part à l'une des UC organisée sous réserve de disponibilité.

Les auditeurs libres :

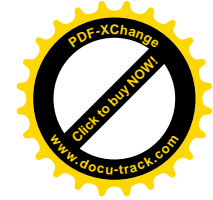
- Les athlètes inscrits sur liste de haut niveau, élite ou senior, les responsables des Pôles France et Espoirs sont autorisés à suivre en tant qu'auditeurs libres, sans obligation d'être titulaire du BF4 ou entraîneur fédéral, les UC de formation BF3. Une attestation de suivi de formation pourra être délivrée dans la mesure où ces auditeurs auront suivi dans sa totalité l'UC de formation.
- Ces attestations permettront des allègements de formation dans le cas où l'auditeur souhaite s'engager dans un cursus de formation fédérale. Il devra alors satisfaire aux pré-requis d'entrée en formation BF3 avant de pouvoir faire valoir ces attestations.
- Cette disposition, à l'attention des athlètes de haut niveau, est libre de droit. Les frais de déplacement, hébergement et restauration restant à la charge des candidats.

Conseiller Technique coordonnateur BF3 :

Philippe FATTORI

Tel : 06 26 17 33 01

Courriel : pfattori@fftri.com



Aides à la formation

Les formations induisent un investissement relativement conséquent en terme de volumes horaires et financiers.

Pour faciliter vos démarches, pour chaque inscription à une formation, vous sera fourni une fiche de liaison vous permettant de faire valoir vos droits à la formation (professionnelle ou bénévole) auprès des partenaires ou organismes financeurs.

Vous trouverez ci-dessous différentes pistes susceptibles de vous guider dans une prise en charge de ces coûts de formation.

Le club :

Il peut être intéressé au premier chef par un accroissement des connaissances et des compétences de ses entraîneurs.

La ligue Régionale :

Dans le cadre d'un projet d'aide à la formation de ses cadres. Elle peut sur ses fonds propres prendre en charge une partie des frais de formation BF3.

La Direction Départementale ou Régionale de la Jeunesse et des Sports :

Par le biais d'une convention avec les clubs ou les ligues, elle peut prendre en charge une partie des frais de formation.

Les collectivités : (conseil régional ou général, villes)

Par le biais d'une convention avec les clubs ou les ligues, ils peuvent prendre en charge une partie des frais de formation.

Les organismes de formation professionnelle : OPCA (AGEFOS ou UNIFORMATION)

Ils peuvent dans certains cas prendre en charge des formations sportives si vous êtes salarié et que votre employeur cotise à l'un de ses organismes.

Pour vous accompagner dans votre projet de formation n'hésitez pas à contacter le service formation de la Fédération Française de Triathlon :

Conseiller Technique chargé de la formation :

Sébastien LIBICZ

Tel : 06 26 47 30 20

Courriel : slibicz@fftri.com

Fédération Française de Triathlon

Service formation

CREPS PACA, Chemin de la Guiramande

CS 70445, 13098 Aix-en-Provence