

AIL : PRE-RENTREE DES ANIMATEURS - 10 SEPTEMBRE 2016

Menu de l'Après-Midi

ENTREE : Salade de muscles ;

BOISSON RAFRAICHISSANTE : Elixir de la connaissance de soi et des autres ;

PLAT : Roulé de postures sur son lit d'activités d'un animateur AIL Blancarde ;

DESSERT : Millefeuille des principes de vie aux AIL Blancarde ;

POUSSE-CAFE pour lancer la digestion : LES PIZZAS DU C.A.

Accueil (Stéphane)

Cette journée de pré-rentrée des animateurs s'inscrivait dans la suite logique et dynamique des deux ateliers liés aux Valeurs de l'Association et à la Laïcité qui se sont déroulés sur la saison dernière 2015-2016.

Le premier objectif était que les animateurs et aides-animateurs n'attendent pas le stage d'avril à Barcelonnette pour se rencontrer.

Le deuxième objectif était de redonner les principes qui font qu'on est des animateurs.

Atelier 1 : Salade de Muscles (Camille)

La séance, animée par Camille Guyot, a permis de découvrir les différents muscles du corps. Par groupe de 2 ou 3, chacun a pu découvrir par « palpation » avec son ou ses partenaires la localisation de chaque muscle présenté et de découvrir les mouvements de base pour leur sollicitation.

- 1) Bref rappel de ce qu'est un échauffement : mouvements lents, puis activation cardio pour activer la circulation du sang vers les muscles
- 2) Présentation et mouvement de base de sollicitation des muscles
 - Les bras : deltoïdes, biceps ;
 - Le dos
 - Face : pectoraux, diaphragme, abdos
 - Les jambes : quadriceps, ischios-jambiers, mollets, fessiers
- 3) Questions/Réponses

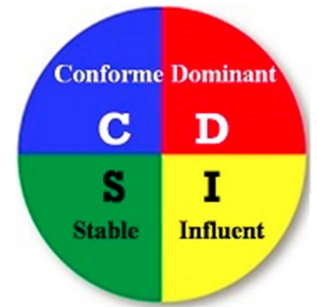


Atelier 2 : Elixir de la connaissance de soi et des autres (Robert)

Objectif : apprendre à mieux se connaître et à mieux percevoir les autres.

La séance animée par Robert Peiron s'est appuyée sur la méthode d'analyse de personnalité par couleurs dite du **DISC** (« **Dominant Influent Stable Conforme** »)

Elle s'appuie sur 21 questions issues de 21 situations de la vie courante avec 4 façons de se comporter correspondant pour chacune à une couleur : Rouge, Jaune, Vert, Bleu .



Exemple :

« Au restaurant, le serveur se fait attendre... »

- 1) *J'en profite pour entamer conversation ;*
- 2) *Je manifeste mon impatience ;*
- 3) *Je reste calme et détendu ;*
- 4) *Je pense que ce n'est pas normal et qu'il devrait améliorer le service. »*

A l'issue de cette série de questions, après comptabilisation par chaque stagiaire du nombre de réponses par couleur et de la mise en exergue de la (ou des) couleur(s) dominante(s) de chacun, Robert a donné les clés des codes couleurs, dont une synthèse est donnée ci-dessous :

Rouge : fonceur qui se donne des objectifs à atteindre dans un temps donné.

Important pour lui : les résultats à obtenir, quels que soit les conflits que cela peut entraîner

Jaune : ouvert, communicant qui aime bien parler en public, les débats, lancer des idées, être constructif. Amitié plutôt superficielle

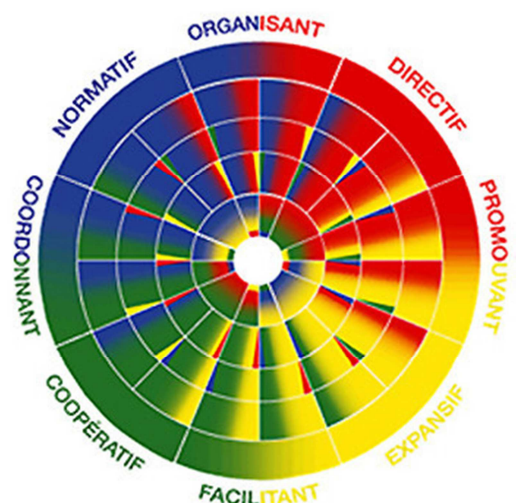
Vert = inverse du rouge. Il est dans l'harmonie, n'aime pas trop changer, a horreur des conflits. Caractéristique d'empathie. Il n'a pas beaucoup d'amis mais cette amitié est profonde

Bleu : méticuleux voire perfectionniste. S'appuie sur des méthodes, des façons de faire, attentif aux détails

Naturellement, une personne est rarement mono-couleur : elle conjugue généralement 2 ou 3 couleurs.

Connaître ces codes permet de connaître les profils de chacun et de l'utiliser dans leur mode de caractère prédominant. A titre d'exemple, pour l'organisation d'une manifestation sportive, le rouge donnera le « tempo » et les lignes directrices, le jaune pourra s'occuper de la communication, le vert donnera de la stabilité et beaucoup de son énergie dans l'organisation et le bleu sera idéal pour s'occuper des moindres détails

Robert a ensuite mis en place une mise en situation par petits groupes, où chacun a donné sa façon de faire en fonction de son profil « couleurs »



Objectif : se concentrer sur le rôle d'animateur

Pour cet atelier, Patricia Bonin a mis en œuvre la méthode du « Sosie »

L'idée est d'envoyer un sosie pour aller faire l'animateur à sa place, sans que personne ne voit la différence. Il va donc falloir lui donner les conseils indispensables pour que la séance soit une réussite et que personne ne découvre la supercherie !

Etape 1, en groupe, lister les conseils à prodiguer :

- Arriver en tenue de sport... ou pas
- Ponctualité (en retard ... ou pas)
- Dire bonjour... ou pas
- Indiquer le lieu de l'activité
- Avoir son matériel ; savoir où est le matériel
- Patienter ou pas
- Dire sa couleur prédominante (rouge, vert...)
- Savoir quel groupe il va prendre et ses caractéristiques : personnalité, conflits éventuels, amitiés, relations diverses...
- Lui dire quoi faire, lui parler de la séance : mettre en place les ateliers, donner l'organisation de la séance (différentes étapes) et ce que l'on attend des pratiquants
- Les horaires du cours
- La prévention / sécurité / aléas
- Dire aux enfants de se chausser pour aller aux toilettes : règles d'hygiène
- Lui donner les techniques du sport/ apprentissage du sport

Etape 2, en individuel : Imaginer que Sosie est bien venu à votre place et vous écrit pour vous raconter comment ça s'est passé.

Etape 3, en petits groupes : relecture des différentes lettres et recensement des points oubliés

Etape 4, en groupe unique : reprise des points et tri entre ce qui ressort de l'attitude ou de l'activité :

Activités de l'animateur	Posture de l'animateur
Animer	Savoir adapter son comportement, ses actions au rapport au groupe et à la personne
Gérer un groupe	Savoir adapter son cours
Fermer les salles, le club	Garant des règles de vie du club
Ranger le matériel	Etre responsable
Veiller à la sécurité des personnes	Faire respecter le cadre et le nommer
S'informer (soi) : lieux, disponibilités de la salle...	Pouvoir relayer l'information
Informers	Prendre plaisir dans son rôle d'animateur
Faire l'appel des enfants	Donner l'exemple
Permettre aux pratiquants de s'épanouir, de progresser, de s'enrichir, d'apprendre, de partager	Porter la tenue adaptée en fonction du sport pratiqué
Enseigner une pratique	Curiosité pédagogique
Avoir, chercher des outils pédagogiques	Savoir se remettre en question

A l'issue de cet atelier, la première page de la « Charte des valeurs du club », établi » par le Conseil d'Administration à partir du travail fait l'année dernière autour des thèmes « laïcité et valeurs du club » a été remise à chaque participant pour savoir si chacun se retrouvait dans cet document. écrit ?

L'idée est maintenant d'u intégrer un item sur le rôle de l'animateur !

Retours des participants sur cet après-midi ?

- Différent de ce qu'on avait l'habitude
- Un peu long ! mais positif et pas redondant
- Bonne interactivité
- Intervention de Robert très intéressante. Dommage que les groupes ne se soient pas réellement mélangés
- Ne pas refaire la même chose l'année prochaine
- Point négatif = communication avant cette réunion. Tout le monde n'a pas forcément été mis au courant : rappel de la difficulté liée à l'usage de modes de communication différents par chacun. Liste des contacts demandée à toutes les sections.

Conclusion (Stéphane)

Discussions autour d'une dégustation de pizzas (Pierre, Christian et Robert)