

JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES DE PARIS 2024

FICHE PRATIQUE

Organiser une Journée Aviron Olympique et Paralympique

Vous organisez des journées découverte dans le cadre d'activités scolaires ou d'animations estivales ? Pourquoi ne pas proposer aux jeunes de vivre une journée autour de l'aviron Olympique et Paralympique ?

Qu'est-ce qu'une Journée Aviron Olympique et Paralympique ?

C'est la découverte des activités que pratiquent les rameurs et rameuses de haut-niveau qui vont représenter la France aux Jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024.

Quels sont les intérêts à proposer une Journée Aviron Olympique et Paralympique ?

Cela constitue une belle opportunité pour parler d'aviron et faire connaître nos sportives et sportifs, encore souvent méconnus du grand public. Tout événement sportif, même local, est générateur d'émotions, qui sont encore plus belles quand elles sont vécues collectivement. Les jeunes, en faisant partie de cette aventure, développeront un sentiment d'appartenance et seront plus enclins à rejoindre le club la saison prochaine.

Comment procéder ?

En amont :

- Définir les jours, horaires et lieux d'accueil,
- Communiquer aux enseignants ou responsables de groupe le principe de la journée,
- Demander aux jeunes de venir avec des vêtements aux couleurs ou sur le thème des Jeux olympique et paralympiques,
- Éventuellement envoyer les vidéos de Rame en 5ème se jette à l'eau pour que les jeunes se projettent dans l'activité.

Le jour J :

- Décorer le club aux couleurs des Jeux (affiches des sélectionnés, poubelles sportives, etc)
- Accueillir les élèves en présentant le thème de la journée (sans oublier la dimension paralympique)
- Nommer les équipes avec le nom des rameurs et rameuses sélectionnées aux Jeux (en veillant à l'équilibre hommes/femmes et valides/para), par exemple ceux de votre club/région.
- Prendre des photos et vidéos pour les envoyer à **communication@ffaviron.fr** qui diffusera régulièrement sur les réseaux sociaux l'animation JOP des territoires.

ENSEMBLE À



JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES DE PARIS 2024

Les outils à votre disposition :

- Posters des sélectionnés aux Jeux olympiques et paralympique de Paris 2024,
- Frise histoire des champions d'aviron,
- Les outils Génération 2024,
- Les fiches célébrations Paris 2024.

9H30-10H	Accueil et présentation de la journée				
	Groupe Olympique			Groupe Paralympique	
	Team Laura Tarantola	Team Hugo Boucheron		Team Nathalie Benoît	Team Laurent Cadot
10H-11H10	Bateau*	Danse des Jeux	10H-11H10	Ergo**	Quizz JOP
11H15-12H25	Danse des Jeux	Bateau*	11H15-12H25	Quizz JOP	Ergo**
12H30-13H	Repas tiré du sac (pique-nique éco-responsable du sportif de haut niveau)				
13H-14H10	Ergo**	Quizz JOP	13H-14H10	Bateau*	Danse des Jeux
14H15-15H25	Quizz JOP	Ergo**	14H15-15H25	Danse des Jeux	Bateau*
15H30-15H45	Relais indoor de la Flamme sur 224m avec le logiciel Rowing Adventure / Photo de groupe en format anneaux olympiques				
16H	Mot de la fin avec distribution d'une séance découverte en famille dans l'été ou à la rentrée (gratuite ou tarif réduit)				

*Exemples d'activités en bateau, après 15' de découverte du bateau et du geste :

- Memory Aviron Paris 2024, avec les rameurs sélectionnés pour les Jeux olympiques et paralympiques ou les médaillés des précédentes éditions
- 1, 2, 3 ... JOP !
- Chasse au trésor avec énigmes autour des Jeux
- Qui suis-je ?, avec les rameurs sélectionnés pour les Jeux olympiques et paralympiques ou les médaillés des précédentes éditions

**Exemples d'activités indoor JOP :

- Diffuser une vidéo d'un.e athlète qualifié.e (cadence basse puis accélération) et demander aux jeunes de ramer en suivant le rythme,
- Simuler la pratique para : faire ramer uniquement avec les bras, avec un talon posé au sol (jambe reste tendue et le talon glisse au sol pendant la propulsion et le remplacement), ramer avec un masque zéro vision, ramer avec un bras. Le tout suivi d'une accélération.
- Faire une course individuelle sur 224m et noter les records (en haut de l'affiche, noter les records de chaque catégorie des rameurs olympiques et paralympiques)
- Faire une photo de groupe avec le panneau « mon record du 2024m », la diffuser sur les réseaux sociaux en taggant la FFAviron

Pour toute question : clubs-territoires@ffaviron.fr

et pour l'envoi de photos et de commentaires : communication@ffaviron.fr

ENSEMBLE À

