



Gavroche – Paris 2024

« Tenter, braver, persister, persévérer, s'être fidèle à soi-même, prendre corps à corps le destin, étonner la catastrophe par le peu de peur qu'elle nous fait, tantôt insulter la victoire ivre, tenir bon, tenir tête ; voilà l'exemple dont les peuples ont besoin, et la lumière qui les électrise. » Victor Hugo- Les Misérables Tome III chapitre 1.

Plan de détection et d'accompagnement du Projet de Performance Fédéral dont le déploiement est prévu à partir de septembre 2016, le plan Gavroche 2024 comprend trois niveaux :

- 1- L'accompagnement vers le haut niveau des nageurs à fort potentiel.
- 2- L'orientation des juniors autour de leur double projet (sportif et futur professionnel) lors de regroupements interrégionaux.
- 3- La détection de jeunes talents lors de stages régionaux FFN.

Accompagnement des nageurs à fort potentiel

Le projet Tokyo 2020, après deux saisons d'existence devait être réorienté pour accroître son efficacité vers le haut niveau, et permettre à chaque athlète et entraîneur de bénéficier d'un véritable accompagnement dans la durée notamment pour ceux exerçant hors structure du PES.

1. Objectifs

Permettre aux meilleurs nageurs français des catégories euro-juniors, et post euro-juniors de s'épanouir et progresser à travers une action fédérale ambitieuse en vue des Jeux Olympiques de 2020 et 2024.

Accompagner les nageurs et leur entraîneur vers le haut niveau et la confrontation internationale.

Appréhender l'Asie et plus particulièrement Japon pour performer (finaliste) aux Jeux de Tokyo 2020.

Performer (médaillé) sur les championnats du Monde Juniors de 2017-2019 et les Jeux Olympiques de la Jeunesse de 2018.

2. Méthode

Nous proposons une aventure humaine et sportive, un voyage vers le haut niveau :

- Sportive car le but est de favoriser l'accès au meilleur niveau mondial (finaliste aux JO) aux nageurs de ce collectif, à travers la mise en place d'une méthode de travail basée sur les modèles de performance.

Le nageur **et** l'entraîneur sont pleinement associés et considérés comme un ensemble à préserver, et à accompagner.

- Humaine, car l'esprit d'équipe ne se décrète pas, il se construit !

Projet à long terme, même en cas de réussite, les nageurs restent dans ce collectif pour aller au bout de l'aventure.

Le couple entraîneur/nageur est accompagné par un coach d'expérience entouré d'une équipe formant un pôle de ressource capable d'intervenir sur l'ensemble des secteurs de la performance. Cet accompagnement doit permettre de déterminer les objectifs à atteindre, les moyens à mettre en œuvre et le cas échéant lever les obstacles à leurs réalisations.

Des regroupements sont organisés pour permettent à l'ensemble des nageurs et entraîneurs de partager leurs vécus et leurs expériences, mais aussi se confronter à de nouvelles pratiques, et d'aborder de nouvelle manière de faire.

D'anciens nageurs de haut niveau viennent échanger avec les jeunes sur leurs parcours sportif, scolaire, universitaire et professionnel.

3. Organisation

1- Des stages collectifs notamment en Asie et plus particulièrement au Japon, des actions d'évaluation technique, physique et mentale, des confrontations internationales via les coupes du monde, le Mare Nostrum et d'autres compétitions jugées intéressantes pour la population.

2- Un lien permanent avec le duo entraîneur / nageur, afin de pouvoir proposer des actions favorisant la progression du « duo ».

3- Des visites trimestrielles des structures adhérentes à l'action pour faire le point avec le(s) athlète(s), et leur encadrement. Le but étant d'évaluer, de discuter des programmes d'entraînement, des points techniques, d'établir et de modifier/réévaluer ensemble le modèle de performance.

4. Participation au collectif

Afin de dégager un collectif initial, seront concernés les nageurs ayant répondu à l'une des conditions suivantes :

- Être sélectionnés aux championnats d'Europe juniors de 2016 à titre individuel sur une épreuve olympique.
- Avoir réalisé une performance de la grille ci-dessous correspondant à son année d'âge, lors des championnats de France Elite 2016.

Ensuite l'entrée et la sortie du collectif se feront chaque saison en 2 temps :

1- après les compétitions internationales, pour les jeunes finalistes individuels sur une épreuve du programme olympique des FOJE, championnats d'Europe Juniors, des Jeux Européens, des championnats du Monde Juniors ou des Jeux Olympiques de la Jeunesse.

2- à l'issue des championnats de France Elite en bassin de 50m pour les nageurs de 19 à 21 ans et les nageuses de 18 à 20 ans selon une grille de performance établie en début de saison et publiée avec les critères de sélection.

Cependant le coordonnateur du collectif aura la possibilité de proposer au DTN :

- l'intégration d'un élément suite à une performance remarquable notamment lors des championnats nationaux de l'été.
- l'intégration d'un nageur ayant dépassé la limite d'âge mais faisant preuve d'une progression tardive importante.
- l'intégration ou le maintien d'un nageur ayant un projet universitaire ou professionnel ambitieux pouvant retarder sa progression.
- le maintien ou pas d'un élément au-delà des aspects chronométriques purs.

Néanmoins après 20 ans pour les filles et 21 ans pour les garçons le maintien dans le collectif sera soumis à la réalisation d'un niveau de performance, la nécessité d'être dans une dynamique de progression, et la conduite d'un réel projet universitaire ou professionnel.

Particularité des nageurs de demi-fond :

Les nageurs de demi-fond seraient concernés en priorité par les actions spécifiques du collectif demi-fond, eau libre.

Temps à réaliser aux championnats de France Elite de Montpellier pour prétendre au collectif:

Filles nées en				Épreuves	Garçons nés en			
2001 et +	2000-1999	1998	1997		1996	1997	1998-1999	2000 et +
26''82	Se sélectionner dans l'épreuve au Euro-Juniors 2016	25''85	25''54	50 nl	22''74	22''93	Se sélectionner dans l'épreuve au Euro-Juniors 2016	23'' 32
57''58		56''15	55''41	100 nl	49''96	50''35		51''27
2'05''15		2'01''75	2'00''58	200 nl	1'49''96	1'50''58		1'52''30
4'22''78		4'15''86	4'12''27	400 nl	3'53''02	3'54''33		3'57''20
9'00''26		8'43''95	8'36''94	800/1500 nl	15'18''05	15'26''29		15'47''88
1'04''84		1'02''91	1'02''16	100 dos	55''25	55''67		57''18
2'19''71		2'15''03	2'14''01	200 dos	2'00''58	2'01''44		2'04''80
1'12'' 35		1'10''39	1'09''52	100 brasse	1'02''02	1'02''56		1'03''85
2'37''08		2'31''75	2'30''50	200 brasse	2'13''76	2'15''01		2'18''46
1'02''75		1'00''96	1'00''39	100 pap	53''52	54''04		55''21
2'19''37		2'14''58	2'13''69	200 pap	2'00''03	2'00''69		2'03''97
2'21''93		2'17''16	2'16''09	200 4n	2'02''08	2'03''11		2'06''14
5'03''49		4'51''09	4'46''92	400 4n	4'21''34	4'24''30		4'30''36

5. Actions 2016

- fin mai, début juin 2016 : stage à Antibes
- 4-5 juin 2016 : meeting du Mare Nostrum de Monaco
- 26-27 août 2016 : Coupe du Monde de Chartres
- octobre 2016 : stage au Japon
- 25-26 octobre 2016 : Coupe du Monde de Tokyo
- 29-30 octobre 2016 : Coupe du Monde Hongkong

Afin de permettre aux jeunes la poursuite de leur projet de formation dans les meilleures conditions, un accompagnement scolaire sera proposé lors des déplacements dépassant une semaine.

6. Contractualisation

Dans le cadre du nouveau Projet de Performance Fédérale, l'attribution d'une partie des aides aux structures pourrait être conditionnée par la participation des nageurs à ce collectif.

Ce projet doit s'inscrire dans la durée, les acteurs de celui-ci participent à la totalité des actions. Un contrat sera établi entre la fédération, le nageur, son entraîneur et son club.

Ce contrat inclura la conduite réelle d'un double projet fédéral, scolaire, universitaire ou professionnel.