

CONFÉRENCE NATIONALE 20 21

28 au 31 JANVIER 2021 | En ligne

27, 28 et 29 janvier : 11 h à 12 h 30 (HP) | 14 h à 15 h 30 (HE)

Séance d'entraîneur d'aviron de mer de la FISA

Guin Batten

Le module de course d'aviron de mer cible les entraîneurs d'aviron d'expérience qui désirent encadrer les équipes et les clubs de course d'aviron de mer ainsi que les officiels d'épreuves désirant en apprendre plus à propos des deux formats de course d'aviron de mer. Le module est divisé en deux parties : A - Virtuel et B - Pratique. La partie A sera offerte en janvier et la partie B suivra quand les restrictions sur la COVID-19 le permettront. Les sessions virtuelles de la Partie A sont un mélange de présentations vidéo préenregistrées, trois webinaires en direct et quatre tâches écrites à effectuer. Le cours couvre les sujets suivants :

- A. Introduction à l'aviron de mer.
- B. Gestion sécuritaire des séances d'encadrement sur l'eau, notamment : la gestion de risques, les dangers de la navigation, les plans de flottaison, les vérifications d'embarcations et d'équipages, les discussions d'information et monter et descendre de l'embarcation.
- C. Lancement de la page et retour sur la plage et exercices de sauvetage.
- D. Technique de course : Survol des phases technique et tactique du sprint sur plage et de l'endurance. Le départ, l'aviron slalom, négocier avec l'eau, virages dans l'eau et la fin sur la plage.
- E. Logistique de course : sprint sur plage - survol des exigences physiques de la course, aperçu des logistiques de la course (progression, contre la montre, finales à huit, embarcations offertes, les ajustements normaux, sélection de couloir) et le rôle de ceux qui transportent les embarcations.
- F. Comment préparer un parcours d'entraînement de sprint sur plage et tenir des courses de sélection.

Nous sommes heureux d'annoncer que Guin Batten, principal formateur d'entraîneurs d'aviron de mer de World Rowing, présentera le cours, appuyé de nombreux responsables du développement des entraîneurs de RCA. Les participants qui réussiront le cours recevront un certificat de la Partie A - Virtuel du Module de course d'aviron de mer de World Rowing.

CONFÉRENCE NATIONALE 20 21

28 au 31 JANVIER 2021 | En ligne

JEUDI 28 janvier 2021

15 h à 16 h (HP) | 18 h à 19 h (HE)

Définir le succès chez les entraîneurs : Comment réussir toutes vos interventions

Dr. Wade Gilbert

La victoire est un incontournable en compétition, que ce soit en franchissant la ligne d'arrivée au premier rang ou en réalisant votre chrono ciblé. Par contre, comment pouvez-vous savoir si vous avez « gagné » la confiance d'un(e) athlète, le cœur et la pensée d'une équipe ou la quête à long terme visant à bâtir un(e) meilleur(e) athlète? Dans cette séance, les principes et les stratégies reposant sur des preuves seront partagés afin d'illustrer comment les entraîneurs qui connaissent du succès réussissent toutes leurs interventions pour créer des expériences sportives de qualité.

16 h à 17 h (HP) | 19 h à 20 h (HE)

Tests et suivi pour une performance accrue

Jordan Clarke et Matt Davey

Experts de l'équipe de science du sport et de médecine du sport de RCA, Jordan Clarke et Matt Davey partageront comment utiliser les cibles, ainsi que les outils et les stratégies de tests de RCA pour suivre l'entraînement et bâtir un programme efficace d'entraînement. Apprenez comment utiliser ces outils efficaces pour identifier les écarts de développement de l'athlète et élaborer le programme annuel d'entraînement.

CONFÉRENCE NATIONALE



20 21

28 au 31 JANVIER 2021 | En ligne

VENDREDI 29 janvier 2021

13 h 30 à 14 h 30 (HP) | 16 h 30 à 17 h 30 (HE)

Parcours de l'entraîneur de performance du PNCE

Volker Nolte, Jill Wurflinger, Howie Campbell, Mike Purcer et Matt Waddell

Les entraîneurs désirant poursuivre leur marche sur le parcours d'entraîneur de performance apprendront à propos du processus et des pratiques exemplaires pour compléter les tâches et les évaluations sur l'eau. Les entraîneurs ont la possibilité de discuter avec les animateurs d'ateliers et les évaluateurs d'entraîneurs de performance de RCA dans le cadre de cette discussion ouverte.

15 h à 16 h (HP) | 18 h à 19 h (HE)

L'entraîneur intentionnel : Comment accroître l'influence par l'authenticité

James Leath

« Un entraîneur influencera plus de jeunes en une année que la personne moyenne au cours de sa vie entière. » Billy Graham avait raison - bon ou mauvais, un entraîneur possède une influence incroyable sur les athlètes qu'il dirige. Cependant, si un entraîneur croit qu'il peut diriger les jeunes d'aujourd'hui de la façon qu'il a été dirigé, il ne sera pas aussi efficace qu'il désire être. Passons un peu de temps à nous souvenir ce que c'était d'être un jeune athlète et faisons preuve d'intention dans l'expérience que nous offrons à nos athlètes.

16 h à 17 h (HP) | 19 h à 20 h (HE)

Aviron universitaire canadien : Comment navigateur face au recrutement et à quoi s'attendre de l'université

Katie Edwards, Craig Pond, Katie Bruggeling, Dan Bechard et Dave Leger

Joignez-vous aux entraîneurs universitaires de partout au Canada pour en apprendre davantage à propos du processus de recrutement, de la transition du secondaire à l'université et à quoi s'attendre au sein d'une équipe universitaire. Cette séance est une belle occasion pour les athlètes et les parents de rencontrer les entraîneurs d'aviron universitaires et de faire une impression du type de programme qui leur correspond le mieux.

16 h à 17 h (HP) | 19 h à 20 h (HE)

Attirer et développer le nouveau rameur en 2021

Lesley Thompson-Willie et Janine Stephens

Anciennes membres de l'équipe nationale, Lesley Thompson-Willie et Janine Stephens donneront un aperçu de leur parcours personnel d'athlètes et d'entraîneuses. Les participants apprendront comment engager les nouveaux rameurs, mais aussi comment les motiver et les retenir dans l'aviron en plus de bâtir un programme fondé sur des concepts psychologiques et de formation qui ont fait leurs preuves.

CONFÉRENCE NATIONALE



20 21

28 au 31 JANVIER 2021 | En ligne

SAMEDI 30 janvier 2021

8 h à 9 h 15 (HP) | 11 h à 12 h 15 (HE)

La victoire à long terme : Redéfinir le succès pour créer une croissance inclusive au sein de notre sport

Cath Bishop (et Jennifer Walinga, Jason Dorland et Allison Ray)

La victoire à long terme : Redéfinir le succès pour créer une croissance et une haute performance durable : à travers le monde, les champions mondiaux et olympiques traversent la ligne d'arrivée en premier et décrivent un sentiment de vide, d'euphorie qui se dégonfle et même de dépression. La rétention des athlètes et l'attrance d'un plus grand nombre de personnes en aviron à tous les niveaux sont figées. Une mentalité binaire peuplée de victoires et de défaites nous empêche d'explorer le potentiel de performance et la connexion aux objectifs du sport. Le parcours de carrière unique de Cath combine des expériences en sport olympique, en diplomatie de zone de guerre et en encadrement organisationnel. Elle a rencontré la quête de succès et le désir de gagner à toutes les occasions et elle s'est fascinée pour les conséquences négatives qui accompagnent parfois les victoires. Dans son livre, elle propose une nouvelle approche : « La victoire à long terme » pour nous aider à élaborer une approche plus efficace, durable et inclusive au succès. La présentation de Cath sera suivie d'un panel composé de Jennifer Walinga, Jason Dorland et Allison Ray.

9 h 30 à 10 h 30 (HP) | 12 h 30 à 13 h 30 (HE)

Intervenir pour briser le climat de silence

Erin Davis

Un climat de silence est un environnement où les personnes se sentent restreintes de parler de façon constructive à propos de problèmes, de préoccupations ou de défis. Il émerge d'une conviction partagée que le fait de parler provoquera des répercussions ou encore qu'aucun changement important n'en découlera. La peur est très répandue. La confiance est absente. Les gens se sentent piégés dans une situation sans issue gagnante, avec des options limitées de prendre la parole afin d'interrompre les comportements inappropriés.

Élever la voix est essentiel au succès de nos initiatives de sport sécuritaire. Joignez-vous à nous pour cette séance et apprenez comment vous pouvez intervenir comme dirigeant pour briser le climat de silence.

CONFÉRENCE NATIONALE



20 21

28 au 31 JANVIER 2021 | En ligne

SAMEDI 30 janvier 2021

10 h 45 à 14 h (HP) | 13 h 45 à 17 h (HE)

Préjugé inconscient au leadership inclusif

Erin Davis et Vandana Juneja

RCA croit que tous possèdent le droit de bénéficier de la pratique de l'aviron à tous les niveaux de participation et nous nous sommes engagés à offrir de la formation et un soutien afin d'accroître la sensibilisation en matière d'inclusion, de diversité et d'égalité au sein de notre communauté d'aviron.

Préjugé inconscient au leadership inclusif est un cours d'introduction qui offre un aperçu de comment les préjugés inconscients se manifestent au niveau personnel, interpersonnel et organisationnel. Les participants plongeront dans le sujet pour comprendre comment les préjugés se présentent dans différents environnements, puis ils apprendront et pratiqueront des comportements qui atténueront et mettront fin à ces préjugés, notamment :

- Comprendre les préjugés inconscients et leurs répercussions
- Comprendre l'importance de l'inclusion et le rôle du leader inclusif
- Développer une conscience des préjugés personnels, interpersonnels et organisationnels et commencer à les traiter
- Identifier des moyens pour créer une culture plus inclusive et s'y engager

Ce cours est limité à 50 personnes et cible les personnes dans des rôles décisionnels et de direction au sein d'organismes membres de RCA (c.-à-d., bénévoles de clubs, administrateurs, entraîneurs, arbitres, etc.).

11 h à 15 h (HP) | 14 h à 18 h (HE)

Module Prise de décisions éthiques

Adam Sollitt

Les entraîneurs doivent compléter le module de PDE en vertu des exigences de la Certification de tous les entraîneurs et avant de participer à un atelier du PNCE. Des frais de 35 \$ s'appliquent à cet atelier. Pour de plus amples renseignements sur l'inscription, visitez la page <https://thelocker.coach.ca/event/registration/5241>

Les entraîneurs doivent confirmer leur intérêt sur la page d'inscription et RCA confirmera l'identité des 12 participants (nombre maximal permis) après la date limite d'inscription du 7 janvier 2021. Vous pouvez trouver d'autres renseignements sur le module au <https://coach.ca/fr/prise-de-decisions-ethiques-pde>

Le module PDE équipe les entraîneurs pour les préparer en mesure d'affronter des situations de défis éthiques avec confiance et assurance. Il aide les entraîneurs à identifier les implications juridiques, éthiques et morales de situations difficiles qui se présentent dans le cadre de sports collectifs et individuels.

CONFÉRENCE NATIONALE



20 21

28 au 31 JANVIER 2021 | En ligne

SAMEDI 30 janvier 2021

10 h 45 à 11 h 30 (HP) | 13 h 45 à 14 h 30 (HE)

Ramer ensemble : Bâtir la marque de la communauté dans le cadre de la COVID-19

Dr. Michael Naraine

Apprenez à propos des possibilités de bâtir votre marque numérique dans un monde affecté par la COVID. Apprenez aussi comment profiter du monde virtuel de la COVID pour engager vos membres et bâtir votre communauté en ligne et sur l'eau.

10 h 45 à 11 h 30 (HP) | 13 h 45 à 14 h 30 (HE)

Améliorer l'entraînement tout en minimisant les blessures chez les rameurs de catégorie des maîtres

Tricia McBride et Jane Gumley

Les rameurs de catégorie des maîtres profiteront d'un aperçu des façons de développer leur conditionnement sportif et d'aviron tout en apprenant les pratiques exemplaires afin de prévenir et de gérer les blessures.

11 h 45 à 12 h 45 (HP) | 14 h 45 à 15 h 45 (HE)

Créer des pratiques collaboratives pour entraîneurs

John Wetzstein et Phil Marshall

Apprenez à propos du parcours des entraîneurs auprès de John Wetzstein et de Phil Marshall, entraîneurs de haute performance de RCA. John et Phil présenteront leurs parcours de carrière en détail ainsi qu'un aperçu des précieuses possibilités de développement et de l'approche collaborative pour les entraîneurs qui continuent de façonner leurs programmes d'aviron dans la poursuite de l'excellence dans leur propre perfectionnement comme entraîneurs et celui de leurs athlètes.

13 h à 14 h (HP) | 16 h à 17 h (HE)

Commentaires techniques avec EmPower Oarlock

Terry Paul et Megan Kamachi

Apprenez-en plus à propos d'EmPower Oarlock et comment cet outil innovateur d'encadrement peut servir aux athlètes et aux entraîneurs afin de mesurer l'angle et la force. Faites progresser vos athlètes et vos équipages efficacement et atteignez vos objectifs physiologiques grâce à cette technologie abordable, facile à installer et à comprendre. Apprenez comment l'équipe nationale senior masculine utilise ces outils pour suivre les zones d'entraînement par l'utilisation de tableaux de vitesse sur l'eau en comparaison aux résultats du C6 sur l'ergomètre RP3 en utilisant la vitesse la puissance et la mesure du lactate.

CONFÉRENCE NATIONALE 20 21

28 au 31 JANVIER 2021 | En ligne

SAMEDI 30 janvier 2021

14 h à 14 h 45 (HP) | 17 h à 17 h 45 (HE)

Révisions du Code de course - Consultation communautaire

Cette séance sera une occasion pour tous les intervenants en aviron canadien d'offrir des commentaires et de discuter des enjeux avec le Groupe de travail sur le Code de course. Le groupe de travail est engagé et désire vraiment connaître quels sont les changements que notre communauté désire et tous sont invités à faire part de leurs idées et suggestions pour la discussion.

DIMANCHE 31 janvier 2021

9 h 15 à 10 h 15 (HP) | 12 h 15 à 13 h 15 (HE)

Les prochaines étapes de l'aviron? Explorer le côté discontinu de l'évolution permanente

Ian McCarthy

Dans le cadre de cette séance, nous allons explorer les défis et les possibilités s'inscrivant dans la poursuite et l'équilibre de changements permanents et discontinus. Le changement permanent ressemble à ce qui se produit déjà. Par exemple, s'efforcer d'être des clubs à la fois meilleurs et plus grands offrant les mêmes services au même type de membres. Le changement discontinu s'articule par la mise en œuvre de services différents pour le même type de membres ou les mêmes services pour différents types de membres. Les changements permanents et discontinus sont importants, mais le changement discontinu est plus difficile à réaliser puisqu'il exige une anticipation et une synchronisation pour garantir que le bon type d'innovation et de changement se produit au bon moment. Cette séance explorera les types de choses que les clubs devraient commencer et cesser pour parvenir à différents types d'innovation et de changement.

10 h 30 à 11 h 30 (HP) | 13 h 30 à 14 h 30 (HE)

Priorités stratégiques de RCA pour 2025

Soyez des nôtres alors que nous présenterons les éléments clés de nos nouvelles priorités stratégiques. Nous parlerons de ce que nous avons entendu dans le cadre du processus de consultation et comment RCA appuie la croissance de l'aviron au Canada. Une période de questions est prévue dans le cadre de cette séance.

CONFÉRENCE NATIONALE



20 21

28 au 31 JANVIER 2021 | En ligne

DIMANCHE 31 janvier 2021

11 h 45 à 13 h 15 (HP) | 14 h 45 à 16 h 15 (HE)

Sport sécuritaire : Une approche harmonisée pour prévenir et traiter la maltraitance dans l'aviron canadien

Le sport sécuritaire continue d'être un secteur d'attention en évolution pour tous les sports au Canada et reste au sommet des priorités de RCA. Ensemble, nous pouvons nous assurer que l'aviron au Canada soit protégé et que notre sport fleurisse en raison de l'environnement sécuritaire et accueillant que nous avons créé, libre d'abus, de harcèlement et de discrimination. Cette séance offre un survol de haut niveau du Guide national des politiques de sport sécuritaire couvrant l'aviron en entier au Canada, notamment les attentes et des échéanciers importants liés à leur mise en œuvre. Il est impératif que l'ensemble de notre communauté d'aviron travaille d'un commun accord pour traiter les questions de sport sécuritaire. Tous les organismes membres de RCA doivent s'assurer de compter un représentant à cette séance.