



Portraits of GRS students/staff. Credit: Jonx Pillemer



SKILLZ COVID-19 RÉPONSE

CONSEILS POUR L'ANIMATION DES PROGRAMMES D'ÉTUDES

- **CONSEILS ET ASTUCES D'ANIMATION POUR LE PROGRAMME D'ENSEIGNEMENT SKILLZ COVID-19 RÉPONSE**
- **RESSOURCE COMPLÉMENTAIRE POUR LES ENTRAÎNEURS, LES PARENTS, LES GARDIENS, LES ENSEIGNANTS, LES PAIRS, LES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ, ET PLUS**

Contenu

<u>INTRODUCTION</u>	<u>2</u>
<u>1. LES 11 JE DOIS ÊTRE</u>	<u>3</u>
<u>2. CONSEILS POUR LES DIFFÉRENTS TYPES D'ENTRAINEURS</u>	<u>9</u>
<u>3. CONSEILS DE FACILITATION SPÉCIFIQUE</u>	<u>11</u>
<u>CONTACT</u>	<u>14</u>

INTRODUCTION

Bienvenue dans l'équipe de SKILLZ ! Un entraîneur de football de base est un agent de santé communautaire, un enseignant, un parent, un entraîneur de football ou toute autre personne qui aide les jeunes à développer les compétences nécessaires pour être résilients, vivre en meilleure santé, être plus productifs et être des agents de changement dans leur communauté. La présence d'une relation d'adulte attentionné est le facteur le plus important pour développer la résilience des jeunes. En utilisant le programme de réponse SKILLZ COVID-19, vous êtes maintenant un entraîneur de compétences et un modèle de soins pour les jeunes dans votre foyer ou votre communauté.

Le document ci-dessous est destiné à aider les entraîneurs de compétences à faciliter plus efficacement en partageant quelques conseils et astuces communs issus de l'expérience de GRS. La première section, les "11 Je dois être" de GRS, donne des conseils pour devenir un excellent coach de compétences et un modèle de comportement de soutien, d'engagement et d'information. La deuxième section reconnaît que de nombreuses personnes différentes peuvent être coaches de compétences et propose quelques idées de soutien pour différentes personnes lorsqu'elles travaillent avec des jeunes. La dernière section donne des conseils pour tirer le meilleur parti de chaque session lors de l'animation du programme COVID-19. Nous reconnaissons que tout programme peut être animé de cent façons différentes, nous vous offrons des suggestions pour tirer le meilleur parti de votre situation spécifique lors de l'animation du programme COVID-19. Surtout, n'oubliez pas de rester en sécurité, de vous amuser et de changer les règles du jeu !

1. Les 11 je dois être

Conseils pour être un excellent entraîneur de compétences et un modèle de comportement qui soit à la fois encourageant, engageant et informé.

1 | Être flexible:

- **Ce programme est un outil qui peut être utilisé dans divers contextes, à travers une variété de médias et de plateformes, et pour un large éventail de publics. C'est vous qui connaissez le mieux votre situation. Il vous appartient de comprendre comment utiliser cet outil le plus efficacement possible. La flexibilité et l'ingéniosité sont la clé ! Envisagez de nouvelles idées, modifiez les plans lorsque cela s'avère approprié, et encouragez et collaborez avec les acteurs pour mettre en œuvre des solutions créatives.**

- Adapter la pratique en fonction du support ou de la plate-forme utilisés et éviter tout contact physique ou toute autre mesure de prévention sanitaire.
- Innovez en modifiant les activités pour les rendre plus pertinentes par rapport à votre contexte, votre public, votre communauté ou vos acteurs.
- Lorsque vous animez à partir du guide de l'entraîneur, utilisez des matériaux alternatifs lorsque les matériaux suggérés ne sont pas disponibles ou que le média que vous utilisez vous oblige à le faire.

2 | ÊTRE engagé:

- **Que ce soit à la maison, dans un établissement de santé ou au sein de la communauté, apportez de l'enthousiasme, de l'énergie et de la passion aux pratiques. Votre travail consiste à donner vie au programme d'études. Faites en sorte qu'il soit amusant pour vous et pour les joueurs !**

- Ouvrez chaque entraînement avec un énergisant pour exciter les joueurs ! N'oubliez pas de choisir des stimulants qui n'impliquent pas de contact physique entre les joueurs ou qui peuvent être facilement facilités par des plateformes en ligne.

- Utilisez différentes techniques d'engagement et de louange pour que chacun se sente plus détendu et à l'aise tout au long de l'entraînement.
- Si la facilitation se fait en ligne, dites ou marquez les noms des joueurs comme facilitant l'engagement des joueurs, ou réfléchissez à d'autres moyens créatifs de maximiser la participation et l'engagement.
- Si vous facilitez en personne, assurez-vous que tous les participants se sentent inclus et impliqués en les plaçant en cercle. Établissez un contact visuel avec les joueurs pour leur rappeler de se concentrer. Souriez et soyez amical. Marchez et tenez-vous à côté des participants qui ne sont pas concentrés.
- Utilisez des techniques d'appel et de réponse amusantes pour faire participer le groupe, par exemple "si vous entendez ma voix - applaudissez une fois, si vous entendez ma voix - applaudissez deux fois, maintenant si vous entendez ma voix - n'applaudissez pas", "Tout est prêt, vous pariez", "Chika - chika, boum - boum" ou demandez aux joueurs de trouver la leur. Discutez avec les joueurs de la manière dont ces derniers peuvent être utilisés si vous les mettez en place par le biais d'une plateforme en ligne.
- Rédigez des messages clés sur des bouts de papier, et donnez-les ou envoyez-les par SMS ou WhatsApp à quelques joueurs avant de commencer l'entraînement. Signalez au groupe quand il est temps de lire ou d'envoyer le message clé. Demandez aux joueurs de présenter les messages clés de manière créative pour encourager la participation.

3 | ETRE un éléphant:

- **Un éléphant a de grandes oreilles et une petite bouche - écoutez plus que vous ne parlez ! Écoute les vrais problèmes auxquels les jeunes sont confrontés dans le cadre du COVID-19 et donne-leur l'espace et la possibilité d'avoir des conversations vitales avec toi, tes camarades de jeu, les membres de ta famille et tes amis sur ces questions.**

- Posez des questions d'approfondissement. Utilisez vos questions plutôt que vos réponses pour guider les joueurs vers l'exploration, la discussion et l'apprentissage.
- Soyez patient et à l'aise avec le silence. Il ne sera pas toujours facile pour les joueurs de répondre immédiatement aux questions.
- Comptez jusqu'à 10 après avoir posé une question pour permettre aux joueurs de réfléchir et de répondre avant que vous ne repreniez la parole. Reformulez la question et posez-la à nouveau.

- Donnez aux participants le temps de discuter et laissez les joueurs répondre aux questions des autres avant de prendre la parole et de fournir les réponses dans le guide.
- Ne ressentez pas le besoin de répondre à la question, mais laissez aux participants le temps d'y répondre eux-mêmes

4 | ÊTRE conscient:

- **Cette pandémie évolue chaque jour et vos joueurs vont vivre des émotions variées. Comprenez les antécédents de vos joueurs et les défis personnels auxquels ils sont confrontés. Réfléchissez régulièrement pour savoir si vous répondez à leurs besoins et si vous êtes digne de confiance, fiable, authentique, sans jugement et d'un grand soutien.**

- Connaître et appeler les joueurs par leur nom.
- Montrez-leur que vous êtes ouvert à leur écoute.
- Parlez/appelez/SMS/WhatsApp/passez du temps avec les joueurs individuellement avant ou après la session pour établir des contacts personnels. Apprenez à connaître vos joueurs, mais soyez conscient et respectueux des limites personnelles.
- Partagez vos propres expériences et histoires

5 | ETRE un arbitre:

- **Un arbitre rend le jeu sûr, équitable et amusant pour tous les joueurs. Créer un environnement sûr et engageant pour tous ceux qui participent au programme. Créez un "terrain de jeu équilibré" où les adolescents se sentent à l'aise pour poser des questions, défendre leurs intérêts et rester en bonne santé.**

- Lorsque vous travaillez avec des groupes, veillez à respecter toutes les directives nationales et internationales relatives au COVID-19, notamment l'espacement (2 mètres) des participants à votre programme, le lavage des mains avant et après les pratiques, l'utilisation de formes alternatives de salutation et de high-fives ou de tapotements des pieds, etc.
- Assurez-vous que les participants se respectent les uns les autres.
- Assurez-vous qu'il y a une participation égale, félicitez les joueurs qui participent très activement et demandez-leur gentiment de laisser d'autres joueurs partager afin que tout le monde participe à la pratique.

6 | ÊTRE un joueur d'équipe:

- **N'oubliez pas que vous êtes à la fois membre d'une équipe et entraîneur.**

- Utilisez un langage qui soit racontable et que les joueurs comprennent.
- Permettre aux joueurs de choisir où et quand ils souhaitent se rencontrer ou quelles sont les plateformes qui leur conviennent le mieux pour accéder à ces informations, qu'il s'agisse de SMS, d'appels téléphoniques, de WhatsApp, de groupes de messagerie Facebook, etc.
- Traitez-les comme des partenaires égaux qui sont essentiels au succès du programme et à l'arrêt de la propagation du COVID-19.
- Faites ressortir l'adolescent qui est en vous ! Amusez-vous et riez avec les joueurs.

7 | ETRE prêts:

- **Préparez-vous à chaque pratique. Le COVID-19 est une maladie nouvelle et évolutive et les directives et les informations changent chaque jour. Avant chaque entraînement, assurez-vous d'être préparé avec les informations les plus précises et les plus récentes à partager avec vos joueurs.**

- Passez en revue les objectifs de la pratique, le calendrier et les sections de préparation du programme d'études avant chaque pratique.
- Lisez la pratique au moins 2 à 3 fois avant de l'animer.
- Entraînez-vous à animer les activités au préalable.
- Préparez tout le matériel avant d'animer la pratique et préparez-vous avec des informations précises ou des liens vers des informations et des services.
- Testez toute technologie qui sera utilisée pendant la mise en œuvre de la pratique.

8 | ETRE positif:

- **COVID-19 s'est accompagné de beaucoup d'incertitudes. Soyez positifs et encouragez les joueurs à rester optimistes et pleins d'espoir malgré l'incertitude de l'époque. Utilisez une approche basée sur les points forts pour renforcer l'auto-efficacité et la résilience de vos joueurs. Renforcez la confiance dont ils ont besoin pour investir dans leur santé et leur bien-être.**

- Célébrez continuellement les joueurs pour leurs comportements positifs en leur faisant des éloges spécifiques et ciblés qui peuvent changer la façon dont ils se perçoivent.
- Créer un environnement de résilience en se concentrant sur les points positifs et les choses concrètes que vous et les joueurs pouvez faire pour vous protéger et protéger la communauté contre le COVID-19.
- Concluez toujours la pratique sur une note positive pour que les joueurs restent motivés !

9 | ETRE focus:

- **Lors de l'animation, veiller à ce que les objectifs de la pratique soient atteints et à ce que les discussions restent pertinentes et en phase avec le sujet**

- Lorsque vous intervenez en personne auprès des jeunes, éteignez votre téléphone et accordez toute votre attention aux joueurs.
- Écoutez activement les joueurs pour vous assurer qu'ils répondent à leurs questions et qu'ils se sentent écoutés.
- Si vous animez une discussion en ligne, assurez-vous que le « chat » de groupe est utilisé de manière appropriée et qu'il est centré sur le sujet présenté.
- Traitez et clarifiez toujours les informations erronées qui pourraient être présentées au cours d'une activité. Cependant, faites-le de manière positive, en continuant à encourager la participation et en soutenant l'apprentissage des participants.

10 | ETRE un capitaine:

- **En tant que Coach, vous devez donner l'exemple et montrer le chemin des comportements positifs qui empêchent la propagation du COVID-19.**

- Envisagez de partager des histoires personnelles sur les défis que vous avez relevés, ce que vous avez appris et ce que les joueurs peuvent apprendre de vos expériences passées.
- Modélisez les techniques de prévention (lavage des mains, toux dans le coude, nettoyage des surfaces, maintien de la distance) du COVID-19, tant dans la pratique qu'en dehors.

11 | ETRE réel:

- **Permettez à votre propre personnalité de s'exprimer et de former des relations authentiques fondées sur une communication honnête et ouverte. Utilisez le programme d'études comme un guide, et non comme un scénario.**

- Ajoutez des questions d'approfondissement pour susciter le dialogue entre vos joueurs.
- Lorsque vous ne connaissez pas la réponse à une question, soyez honnête. Faites des recherches et répondez plus tard en fournissant des informations précises.
- Contextualisez l'information pour votre communauté et le public avec lequel vous travaillez.

2. CONSEILS POUR DE DIFFÉRENTS TYPES D'ENTRAÎNEURS

Cette section fournit quelques conseils aux différents types d'entraîneurs /coaches qui peuvent mettre en œuvre ce programme. N'oubliez pas, peu importe qui vous êtes, d'où vous venez, votre âge, si vous êtes un maître animateur ou si c'est la première fois que vous utilisez un programme d'études - nous apprenons tous ! En vous procurant cette ressource, vous êtes sur le point de changer la donne dans votre famille, votre communauté et votre pays et vous contribuez à stopper une pandémie mondiale.

Pairs / Proches / Dirigeants de la jeunesse

La connaissance, c'est le pouvoir ! Vous savez ce dont les jeunes ont besoin et ce qu'ils veulent en ce moment. Tirez parti de votre capacité à vous associer à l'expérience de ceux avec qui vous travaillez pour établir la confiance et leur fournir des compétences essentielles dans la vie courante et une éducation à la santé. Établissez des liens personnels solides qui vous permettent de faciliter des niveaux de discussion plus profonds et plus honnêtes afin d'apporter un soutien crucial et de renforcer la confiance de vos interlocuteurs pour qu'ils prennent des décisions positives et saines.

Parents / Aides familiales

Profitez du fait que cette situation peut vous permettre de passer plus de temps avec votre famille, vos enfants et/ou les jeunes de votre foyer. Permettez à cette ressource de vous aider à construire et à renforcer vos relations et à apprendre à vous connaître d'une manière différente. Soyez créatifs ! Rédigez les messages clés et affichez-les dans votre maison pour vous rappeler mutuellement comment rester en bonne santé. Soutenez-vous en vous tenant mutuellement responsables de choses comme rester à la maison, vous laver les mains, éviter de vous toucher le visage, etc. Il n'est pas nécessaire que la mise en œuvre soit formelle : jouez sur les faits et les absurdités en mangeant, criez et faites WASH, WASH, WAVE avant de vous laver les mains ou si quelqu'un oublie de se laver les mains. Faites des exercices de respiration profonde avant d'aller au lit.

Entraîneurs sportifs

Grassroot Soccer croit de tout cœur au pouvoir du sport. Intégrez des jeux et des activités de votre boîte à outils d'entraînement qui compléteront les activités du programme scolaire, qui enthousiasmeront et dynamiseront les jeunes, et qui leur apporteront un soulagement en période d'incertitude et d'anxiété accrue. Encouragez les jeunes à rester actifs pour favoriser leur bien-être physique et mental.

Professionnels de la santé

Exploitez la jeunesse qui est en vous ! Profitez de votre expertise en matière de santé pour répondre aux questions et clarifier les mythes et les idées fausses que les jeunes peuvent avoir sur le COVID-19. Cependant, n'oubliez pas que tout le monde n'a pas votre formation. Utilisez un langage qui soit racontable et accessible au public avec lequel vous travaillez. Soyez une source d'informations précises, mais n'ayez pas peur d'admettre que vous n'avez pas la réponse à quelque chose. COVID-19 est nouveau et évolue chaque jour, restez à jour avec les informations et les directives les plus précises.

Enseignants

COVID-19 nous a obligés à changer notre façon d'enseigner et d'apprendre. Utilisez cette ressource comme une opportunité d'engager les étudiants dans une voie nouvelle et différente ! Mettez votre expérience et vos techniques d'enseignement au service de ce programme. Aidez les acteurs à apprendre en leur posant des questions ouvertes, encouragez-les à discuter et à trouver eux-mêmes des solutions. Amusez-vous avec ce programme - riez et participez aux côtés de vos joueurs.

Tout le monde

Le plus important, c'est de s'amuser!

3. CONSEILS DE FACILITATION SPECIFIQUE

La section suivante met en lumière les meilleures pratiques et les principaux conseils d'animation pour chaque pratique du programme.

Pratique 1 : Connaître le jeu

- > Si cette pratique est facilitée en personne ou par vidéo, elle doit être réalisée à l'aide de cartes "FAIT/NON-SENS". L'utilisation d'un accessoire rend l'activité plus attrayante, plus amusante et donc plus mémorable pour les joueurs. Demandez aux joueurs de faire leurs propres cartes à la maison.
- > Dans la mesure du possible, posez des questions complémentaires pour susciter une discussion avec les joueurs sur les déclarations "FAIT/NON-SENS" et sur la façon dont elles sont liées à leur vie et à leur communauté.
- > Si vous êtes pressé par le temps, ne facilitez pas chaque déclaration. Choisissez des déclarations qui vous permettront d'aborder les sujets clés suivants :
 - Transmission
 - Symptômes
 - Prévention
 - Se soutenir mutuellement
- > L'objectif d'apprentissage clé de chaque énoncé (1 - 12 dans l'ordre du programme d'études) :
 - 1. Il s'agit d'une déclaration de mise en route visant à mettre les acteurs à l'aise avec l'activité "FAIT/NON-SENS", en partageant leurs opinions et en dialoguant.
 - 2. Soulignez que si le COVID-19 et la grippe présentent des symptômes similaires, le COVID-19 est nouveau, plus grave et plus contagieux, et pourrait avoir des conséquences plus graves s'il n'est pas traité correctement.
 - 3. Soulignez comment une personne peut transmettre ou contracter le COVID-19 et démystifiez les mythes ou les idées fausses concernant la transmission du COVID-19.

- 4. Faites comprendre aux joueurs que tout le monde risque de contracter le COVID-19. N'effrayez pas les participants, mais encouragez plutôt les jeunes à reconnaître l'importance de rester en bonne santé pour eux-mêmes et pour les autres et leur rôle dans l'arrêt de la propagation du COVID-19.
 - 5. Encouragez les participants à se soutenir eux-mêmes et à soutenir ceux qui peuvent être plus vulnérables afin de maintenir leur santé et leur bien-être général. Soutenez-vous les uns les autres !
 - 6. Concentrez-vous sur la ressource "Fait les 5" pour la prévention du COVID-19. Discutez de certains des défis liés à la mise en œuvre des "cinq" dans leur vie quotidienne et développez des moyens de les surmonter.
 - 7. Faites le lien entre cette déclaration et la déclaration précédente. COVID-19 peut être asymptomatique, c'est pourquoi il est si important de "faire les 5" comme indiqué dans la déclaration précédente.
 - 8. Il est essentiel que vous connaissiez et partagiez les services qui sont et ne sont pas disponibles dans la communauté où vous travaillez.
 - 9. Soulignez que nous ne pouvons arrêter la propagation du COVID-19 que si nous travaillons tous ensemble. Faites réfléchir les participants et discutez de la manière dont ils peuvent se soutenir mutuellement autour du COVID-19, mais aussi des autres défis de leur vie qui existent encore pendant cette période et de la manière dont ils peuvent les surmonter.
 - 10. Demandez aux participants de réfléchir à la façon dont le COVID-19 est lié à la santé sexuelle et reproductive. COVID-19 n'est pas classé dans la catégorie des infections sexuellement transmissibles (IST), mais comme les actes sexuels impliquent souvent un contact physique étroit entre les personnes, le risque de transmission est plus élevé.
 - 11. Discutez du bien-être mental pendant cette période et rassurez les participants en leur disant qu'il est normal d'avoir toute une gamme d'émotions pendant cette période.
 - 12. TERMINEZ SUR UNE NOTE POSITIVE ! Nous pouvons arrêter la propagation du COVID-19.
- > Abordez toujours les informations clés de chaque déclaration, lisez tous les messages clés et présentez le tableau de conférence "Fait les 5".

Pratique 2 : se laver les mains

- > Si vous facilitez à distance, prenez une photo ou une vidéo de vous en train de vous laver les mains.

Pratique 3: Focus

- > Ne vous précipitez pas sur l'activité principale. Veillez à vous concentrer sur l'exercice de respiration d'échauffement pour aider les participants à apprendre des techniques de respiration qui peuvent contribuer au bien-être mental.
- > Créez un système de binôme avec les joueurs pour éviter de les toucher au visage. Associez les joueurs et demandez-leur de se tenir mutuellement responsables afin de les sensibiliser lorsqu'ils touchent leur visage pour réduire ces contacts.
- > Rappelez aux participants qu'il est normal que votre esprit vagabonde pendant cette activité. Ce type d'exercice peut être nouveau, et nous apprenons et pratiquons tous ensemble.
- > Assurez-vous qu'il est clair que ce n'est pas une course pour compter jusqu'à 60. Il s'agit d'une compétition pour voir qui peut compter le plus précisément jusqu'à 60 secondes par rapport à un chronomètre.

Contact

Pour toute question, veuillez nous contacter

- > Faites-nous savoir si vous avez besoin d'aide. Nous mettrons régulièrement à jour le programme d'enseignement de SKILLZ COVID-19 REponse. Nous aimerions savoir comment vous l'utilisez et avoir votre avis sur la façon dont nous pouvons l'améliorer.

partnerships@grassrootsoccer.org

[Grassrootsoccer.org/resources](https://grassrootsoccer.org/resources)

GRASSROOTSOCCER 