



**DRAGON BOAT CANADA
BATEAU-DRAGON CANADA**

MISE EN OEUVRE D'UN PROGRAMME DE SPORT POUR LES JEUNES

GUIDE PRATIQUE

- Conseils pour la création de programmes jeunesse
- Recrutement
- Développement du volet compétitif
- Collecte de fonds

**COMITÉ DU DÉVELOPPEMENT DES JEUNES ATHLÈTES DE BATEAU-DRAGON
CANADA**

- Wendi Zhou
- Calvin Cheng
- Jacky Jiang
- Cathy Johnson
- Nicolas Lambert
- Aidan Menard
- William Ngo

1. Introduction

Ce document a été préparé par le comité du développement des jeunes athlètes de Bateau-Dragon Canada (BDC). Les objectifs de ce document sont :

- De fournir un guide pratique pour faciliter la création et la croissance des équipes composées de jeunes athlètes.
- D'identifier les étapes à suivre par un groupe qui voudrait démarrer ses propres équipes avec succès.
- De fournir une ressource centralisée au plan national afin que le bateau-dragon en tant que sport puisse continuer de se développer et de prospérer.

Les lignes directrices présentées dans ce document sont destinées aux équipes composées de jeunes athlètes de bateaux-dragons. Plus spécifiquement aux équipes qui débutent et qui cherchent des conseils pour s'encadrer, ou pour des personnes souhaitant créer une équipe.

Dans le contexte de ce guide, les jeunes athlètes couvrent les catégories de courses

- Junior (athlètes âgés de 18 ans et moins)
- 24U (athlètes âgés de 24 ans et moins)
- Universitaire (athlètes inscrits à temps plein à un programme universitaire).

La catégorie 24U-PS est une combinaison inclusive des catégories 24U et universitaire. Par souci de simplicité, ce document se concentrera sur les trois premières catégories.

Dans les sections suivantes, nous aborderons les différents aspects d'un programme destiné aux types d'équipes scolaires, communautaires, compétitives et universitaires. Plusieurs sujets divers seront aussi adressés, comme la gestion d'une équipe, le recrutement, la collecte de fonds et la gestion du club.

Ce document n'a pas pour but d'être exhaustif, mais vise surtout à fournir des conseils, des recommandations et fournit une référence aux équipes composées de jeunes athlètes.

L'ensemble des informations présenté ici ne s'appliquent pas nécessairement à votre équipe, en particulier pour les équipes récréatives qui cherchent simplement à s'amuser. Il ne faut donc pas se décourager quant à l'ampleur des informations fournies. Le bateau-dragon implique une dynamique unique que l'on ne retrouve pas dans d'autres sports d'équipe et le plus important pour les équipes composées de jeunes athlètes est que les pagayeurs s'amuse.

Dans ce document, l'emploi du masculin pour désigner des personnes n'a d'autres fins que celle d'alléger le texte.

2. Créer une équipe

2.1. Mission et objectifs

Identifier un objectif d'équipe est essentiel. Une déclaration claire qui s'appuie sur la mission et la raison d'être d'une équipe est nécessaire pour maintenir un environnement sain tout au long d'une saison de bateaux-dragons.

Il s'agit d'un repère essentiel qui permettra aux membres de l'équipe d'identifier si les actions qu'ils posent s'alignent avec la vision plus large que fournissent les objectifs de l'équipe.

Définir une mission fournit un cadre à l'équipe et à ses membres. Cette mission leur permet de :

- Se concentrer sur leur préparation physique de manière cohérente ;
- Prendre des décisions liées au budget ;
- Guider les décisions de gestion;
- Identifier un élément que chaque membre de l'équipe peut s'approprier et intégrer dans sa motivation personnelle.

2.2. Prérequis

Voici des exemples d'éléments qui favoriseront la création et la reconnaissance d'une équipe:

- Définir une vision/philosophie d'équipe
- Définir un code de conduite des membres
- Établir un budget opérationnel
- Identifier des administrateurs/gestionnaires d'équipe
- Avoir des entraîneurs qualifiés
- Être affilié à un club local
- Avoir un plan de collecte de fonds
- Identifier et définir des rôles clés pour l'équipe (par exemple capitaine, président, trésorier)
- Avoir un barreur
- Avoir plus de 20 pagayeurs

2.3. Établissement scolaire

L'un des moyens les plus simples pour créer une équipe est d'obtenir le soutien d'un établissement scolaire. Les principaux avantages de cette approche sont :

- Un bassin de recrutement plus cohérent composé des étudiants qui commence dans l'école chaque année;
- La possibilité d'un soutien financier provenant de l'établissement scolaire.

Les programmes universitaires et 24U disposent généralement de bassins de recrutement plus importants, car ils ont habituellement accès à un bassin de population étudiante plus grande que les programmes juniors.

Il faut cependant noter que les établissements scolaires et leurs clubs étudiants affiliés ont généralement leurs propres restrictions et directives à suivre.

À titre d'exemple, l'Association pour la santé et l'éducation physique de l'Ontario (OPHEA) a élaboré un ensemble de lignes directrices pour le bateau-dragon dans les écoles : Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation (NSOAPE) <https://securite.ophea.net/secondaire/interscolaire/bateau-dragon>

Dans ces normes, il est mentionné qu'une personne âgée de 18 ans ou plus doit être présente pendant les séances d'entraînement en plus de détenir un certificat de sauveteur valide.

Veillez vous référer à votre association provinciale de sports scolaires pour connaître les règlements applicables.

Même si tous ces règlements semblent imposants, il faut savoir que la plupart des clubs et équipes existantes appliquent déjà la plupart des règlements associés aux normes provinciales.

2.3.1. École secondaire

Pour la participation des écoles secondaires, le meilleur point de départ serait d'abord de trouver un entraîneur local reconnu, qui serait prêt à s'impliquer pleinement dans le projet (certifié par DBC). L'étape suivante serait de faire appel à un représentant officiel de l'école, afin d'obtenir une approbation formelle de l'activité. Il faut savoir que de nombreuses directions d'établissement n'autorisent pas les groupes extérieurs à se faire connaître au sein des écoles. De plus, une école peut exiger certaines qualifications de la part d'un entraîneur, notamment un certificat de premiers soins et une vérification des antécédents auprès des autorités reconnues (Police). L'école pourrait aussi exiger d'autres éléments de sécurité, tels que la présence d'un bateau de sécurité et d'un sauveteur lors des séances sur l'eau. Il ne faut pas oublier que le consentement et le soutien des parents (ou tuteurs légaux) sont requis pour la participation des mineurs.

2.3.2. Cégep et université

Le développement d'une équipe dans les Cégep et les universités passe généralement par la structure existante utilisée par les clubs étudiants ou par un programme scolaire spécifique. Ces établissements scolaires peuvent avoir leurs propres exigences en ce qui concerne la participation des étudiants à une équipe ou à un club (comme avoir de bons résultats scolaires). Même si les équipes sportives peuvent avoir plus d'opportunités que les clubs étudiants, elles auront aussi généralement des exigences plus strictes. Comme pour les écoles secondaires, un entraîneur pour ces équipes peut avoir besoin de certaines qualifications additionnelles, et dans certains cas, une expérience plus approfondie du bateau-dragon.

2.3.3. Club communautaire

La participation des jeunes à une équipe communautaire est généralement plus informelle et comporte généralement moins d'exigences qu'une école. Bien qu'il soit toujours recommandé d'adhérer aux pratiques de sécurité courantes et de faire appel à un entraîneur qualifié, les équipes bénéficieront de plus de flexibilité et pourront adapter leurs activités à leurs circonstances particulières.

2.4. Code de conduite

Afin de maximiser la cohésion des membres d'une équipe, il est avantageux que ces derniers aient une attitude et un comportement qui s'aligne sur des principes clés. Un code de conduite est habituellement utilisé pour définir ces principes. Ce dernier permet alors de lier un ensemble de valeurs qui, si elles sont soutenues par ces membres, amène une équipe au succès. Ce code devrait couvrir les sujets suivants (si applicable):

- Esprit sportif
- Respect
- Éthique
- Comportement offensant
- Harcèlement et inconduite sexuelle
- Inclusion
- Règles antidopage
- Alcool et produits du tabac
- Code vestimentaire

Un exemple peut être trouvé à l'Annexe II.

3. Créer un budget et un calendrier

Les coûts peuvent varier considérablement d'une équipe à l'autre et d'un océan à l'autre. Les programmes universitaires/24U auront des coûts généralement plus élevés que les programmes des écoles primaires/secondaires.

Les coûts dépendent également des activités de collecte de fonds, des frais de club, des frais d'inscription aux compétitions locales, des subventions ou réductions de prix éventuelles.

Un budget et un système de suivi des finances peuvent être effectués à l'aide de logiciels comme Microsoft Excel, Google Sheets ou tous autres outils similaires. Des exemples de coûts peuvent être consultés dans le tableau 1 (d'autres coûts peuvent exister qui ne sont pas listés ici, comme la location d'installations intérieures). Les taxes applicables varient selon les régions.

Tableau 1 : Exemple d'estimations de coûts

Description	Coût estimé
Maillot de course	\$20-45 par maillot
Location d'embarcation (1-3 séance/semaine)	\$0-\$500 (bateau appartenant à l'équipe) \$1500-\$3000 (région du centre et de l'Est) \$500-\$2000 (Région de l'ouest)
Pagaie Note : Pensé à offrir de l'accompagnement dans le choix d'une pagaie	Inclus dans la location du bateau-dragon: \$0 Bois: \$50 par pagaie Fibre de carbone : \$100-\$350+ par pagaie
Veste de flottaison individuelle (VFI) Note : Porter attention aux réglementations locales, surtout à l'égard des plus jeunes.	Inclus dans la location du bateau-dragon: \$0 Veste: \$50-\$130 Ceinture: \$50-\$150
Régate / course	\$500-\$1000 par événement
Frais d'entraîneur	\$0-\$50/h
Fonds de prévoyance	~5% du total du budget
Assurance (coach, boat, facility, etc.)	~\$80+ (varie selon le type de couverture)
Frais associé à BDC (optionnel) <ul style="list-style-type: none"> ● Frais de club ● Frais des membres 	\$30 pour l'adhésion individuelle d'un athlète, les autres coûts varient selon la taille du club et les activités
Autres (Optionnel) <ul style="list-style-type: none"> ● Chapiteau d'équipe, bâches, etc. 	\$200 par chapiteau, \$5-\$10 par bâches

Il est recommandé de collecter les frais exigés auprès des membres en plusieurs versements (1 à 3), avant que le paiement de toute facture ne soit requis. Ceci permet de répartir les coûts et d'éviter le risque que la direction de l'équipe doive avancer les fonds de leur poche. Une politique de remboursement doit également être établie et clairement énoncée.

3.1. Calendrier

Un calendrier de saison doit permettre de suivre les éléments suivants (essayez d'éviter les fins de semaine consécutives et d'avoir trop d'activités de planifiées) :

- Compétitions
- Évaluation physique
- Dates limites (par exemple inscription, paiement des frais d'équipe)
- Formation et séances d'entraînement

4. Entraîneur

4.1. Attitude

Une expérience auprès des jeunes (en tant qu'entraîneur ou en tant que jeune athlète) est idéale, mais n'est pas obligatoire. Plus important encore, une équipe a besoin d'un entraîneur qui comprend comment travailler avec des équipes de jeunes. Ceci implique de maintenir une attitude positive et encourageante. L'entraîneur doit s'appliquer à enseigner et à développer de nouveaux athlètes en pleine croissance. Un entraîneur doit être un bon modèle pour les jeunes athlètes.

4.2. Engagement et attentes

Un entraîneur doit s'engager envers l'équipe et être aligné sur les objectifs de celle-ci. Les attentes qui sont attendues par celui-ci doivent être communiquées à l'avance, y compris les plans d'entraînements, la planification de séances, la présence aux compétitions et le temps passé en dehors des activités officielles de l'équipe (par exemple, séances individuelles avec les athlètes, révision vidéo, autres communications en ligne/hors-ligne, etc.).

4.3. Coût

Les honoraires, les coûts et les attentes salariales doivent être clairement établis dès le départ. On doit identifier si l'entraîneur est un bénévole ou s'il est rémunéré. S'il reçoit un salaire fixe pour la saison ou si un taux horaire est utilisé. Si le salaire comprend à la fois la saison d'hiver et d'été ou si cela est séparé. Tous les frais couverts ou non doivent être indiqués (par exemple, stationnement, essence, déplacement, hébergement, maillot, assurance, frais de régates, adhésion au DBC, etc.).

4.4. Certification et assurance

Un coach peut avoir besoin de certaines certifications. Consultez vos directives régionales et locales pour plus d'informations. Les entraîneurs bénévoles voient souvent leur assurance payée par le club, tandis que les entraîneurs plus formels devront peut-être souscrire leur propre assurance. BDC propose une certification d'entraîneur pour tous les niveaux, ainsi qu'une assurance pour les entraîneurs et les clubs.

4.5. Travailler avec des mineurs

Les entraîneurs doivent être prudents lorsqu'ils travaillent avec des mineurs. Pour éviter toute situation problématique, des précautions additionnelles doivent être prises. Par exemple, ne pas être seuls avec un mineur en dehors des lieux du public et toujours impliquer un autre responsable lors des communications avec ces derniers. Lors de voyage, un adulte responsable doit être identifié pour chaque mineur (ex. : entraîneur, accompagnateur, parents, etc.) et cette responsabilité doit être acceptée.

L'attitude et les désirs de l'athlète doivent toujours être pris en compte, surtout s'ils sont différents de ceux de son parent ou tuteur. Plus important encore, un entraîneur (et toute autre figure adulte impliquée) doit apporter son soutien et fournir une figure d'autorité responsable et positive aux athlètes. La vérification des antécédents des personnes qui œuvrent auprès des **clientèles vulnérables** fait partie des attentes à l'égard de tous les adultes travaillant avec des mineurs.

Association canadienne des entraîneurs ([Lien](#)) propose des formations pour donner aux gens les moyens de reconnaître, prévenir et contrer la maltraitance dans le sport.

5. Recrutement

Il existe de nombreuses méthodes de recrutement que les équipes peuvent utiliser, le bouche-à-oreille et les relations sociales étant particulièrement importants pour les équipes de jeunes. Plusieurs stratégies sont décrites ci-dessous :

- Recrutement via le bouche-à-oreille, les amis ou les connaissances personnels
 - Présence à la Journée des Clubs
 - Afficher des photos, des réalisations de l'équipe (par exemple des trophées) et de l'équipement (pagaies, gilets de sauvetage, tambours, maillots)
 - Préparez un argumentaire pour savoir quoi dire : fournissez des informations et une raison aux membres de rejoindre l'équipe → sachez comment vendre votre équipe
 - Fournir une vision équilibrée des attentes (balance entre le plaisir et l'entraînement)
 - Informer les personnes intéressées des activités à venir (séances d'information, événements « initiation au bateau-dragon », etc.)
 - Recueillir les informations pour contacter les personnes intéressées (courriel)
- Être présent sur les réseaux sociaux
 - Photos de réunions d'équipe
 - Tendances des médias sociaux
- Séance d'information (virtuelle ou en présentiel)
 - Faites de la publicité sur les réseaux sociaux et en personne (par exemple lors de la journée du club)
 - Indiquez une heure et un lieu
 - Réserver une salle et/ou du matériel
 - Utilisez des accessoires, des présentations et des images
 - Fournir des informations sur les coûts, les dates et les attentes
- Séance d'introduction au Dragon Boat
 - Les journées découvertes sont d'excellents moyens de donner aux gens un avant-goût de ce qu'est le bateau-dragon et vous permettront de présenter les aspects les plus amusants de ce sport.
 - Invitez les jeunes pagayeurs à une activité d'une journée où vous pourrez intégrer une introduction à la technique, à la sécurité, des informations de base sur la course et des activités de consolidation d'équipe.
 - Faites de la publicité sur les réseaux sociaux et en personne (par exemple lors de la journée des clubs)
 - Recherchez des commanditaires locaux, l'aide d'un club local, des projets de collecte de fonds, etc. pour maintenir les coûts le plus bas possible (voir gratuits) pour les participants afin d'augmenter leur intérêt.

6. Entraînement

Un engagement soutenu tout au long de la saison d'entraînement (pendant la saison régulière et hors de celle-ci, selon l'équipe) est essentiel pour maintenir l'intérêt des athlètes et garantir que l'équipe est du plaisir. Une variété d'activités de formation et de *teambuilding* sont encouragées. (Toutes les activités énumérées ci-dessous ne sont pas nécessaires, en particulier pour les équipes récréatives) :

- **Prise de présence : permets de suivre la participation individuelle**
- **Entraînement hors saison (région de l'Ouest)**
 - Dans les climats plus chauds, les équipes pourront pour la plupart pagayer toute l'année, et la saison hivernale ressemblera donc beaucoup à l'été, avec éventuellement plus d'emphase sur la technique et le développement.
- **Entraînements hors saison (régions du Centre et de l'Est)**
 - Dans les climats plus froids, l'entraînement en salle et sur terre ferme devra remplacer les entraînements sur l'eau pendant les mois d'hiver.
 - Entraînement terrestre : Consiste en des séances de préparation physique, des entraînements en circuits en équipe et/ou des courses en équipe (peuvent avoir lieu dans des gymnases, des parcs équipés d'équipements de gymnastique, des pistes, etc.)
 - Piscine : une méthode accessible pour travailler sa technique pendant l'hiver en le faisant au bord d'une piscine intérieur (des pagaies de piscine, plus étroites que les pagaies classiques, ou des pagaies inversées sont recommandées) ; la présence d'un sauveteur peut être requise
 - Bac à ramer : une installation d'entraînement intérieur dédiée, qui ressemble plus à un bateau-dragon, mais qui peut être plus chère et moins accessible qu'une piscine
 - Rameur de canoë : équipement ressemblant à un rameur d'aviron (Concept2), mais adapté à la pratique des sports de pagaie, qui peut être plus accessible qu'un bac à ramer.
- **Activités de cohésion d'équipe (*Team Building*)**
 - Étudiants du niveau junior/postsecondaire
 - Compétitions tout au long de la saison telle que les défis *Minute to Win It* et les prix de fin de saison avec des bulletins de vote pour des éléments telle que la participation
 - Soirée *Amenez un ami* : chaque pagayeur amène un ami non-pagayeur pour lui faire découvrir le sport.
 - Collectes de fonds en équipe
 - Session Aventure : une séance sur l'eau axée sur l'exploration des différentes zones dans le bateau. On donne l'occasion à différentes personnes de diriger (avec un guide accompagnateur) et en essayant différentes positions dans le bateau, tout en terminant avec une crème glacée.
 - Chef d'équipe : un capitaine ou un autre leader peut diriger les échauffements, les étirements post-entraînement, organiser le nettoyage du bateau, etc.
 - Entraînement terrestre : Encourager les athlètes à avoir des partenaires d'entraînement et organisez des compétitions amicales par équipe pour atteindre des objectifs communs

- 24U/Étudiants universitaires
 - Repas : prévoyez un brunch ou un dîner ensemble après les entraînements, les tests de condition physique ou les compétitions
 - Plein feu sur les recrues : organisez un événement spécial pour les recrues afin de les accueillir dans l'équipe (évités les initiations ou les événements favorisant tout aspect négatif)
 - Activités autres que les bateaux-dragons : organisez des soirées de patinage ou des activités similaires en dehors des entraînements réguliers pour favoriser le plaisir et les liens d'équipe.
 - Mentorat : encouragez les vétérans à s'engager avec les recrues, organisez des discussions en petits groupes avec un chef de groupe pour tenir les recrues informées et intéressées.
 - Événements philanthropiques : participez à des campagnes ou à des activités caritatives en équipe
 - Collectes de fonds en équipe
 - Fêtes d'après-saison et de vacances
- **Médias sociaux** : créez un groupe privé, positif et solidaire pour l'équipe, tout en vous tenant au courant des dernières tendances des médias sociaux pour maintenir l'engagement de tous. Les médias sociaux peuvent être utilisés pour les communications et annonces internes et externes. Célébrez ensemble les vacances, les anniversaires et les événements marquants.

7. Gestion d'équipe – guide des meilleures pratiques

De nombreux aspects entrent en jeu dans la gestion d'une équipe, dont quelques-uns sont décrits ici :

- **Communication**
 - Numéro de téléphone en cas d'urgence
 - Adresse courriel pour les communications formelles
 - Groupes Facebook/WhatsApp pour les annonces et discussions informelles
 - Barrière de la langue : assurez-vous que les communications passent bien et obtenez une aide à la traduction si nécessaire
 - Contact d'urgence : assurez-vous que les informations de contact en cas d'urgence sont colligées et que l'entraîneur est au courant de toute information médicale requise.
- **Collecte de fonds**
 - Tirages au sort et ventes aux enchères
 - Ensachage d'équipe dans les supermarchés
 - Événements d'orientation ou d'initiation sur le bateau-dragon pour la famille et les amis
 - Ventes de chocolat (ou autre)
 - Ventes de pâtisseries (ventes de samossas, ventes de yaourts glacés, etc.)
 - Tournois de golf, de volley-ball ou similaires
 - Bénévolat d'équipe lors d'un événement en échange d'un parrainage
 - Dîners barbecue ou spaghetti
 - Soirées du club (selon l'âge)
- **Leadership** : une équipe de leader solide sera importante pour le succès d'une équipe. Les dirigeants doivent être de bons modèles, mais également organisés et déterminés à accomplir le travail nécessaire pour diriger et gérer une équipe. Les rôles courants incluent :
 - **Gestionnaire d'équipe** : responsable administratif principal qui s'assure que toutes les tâches sont accomplies et que l'équipe fonctionne bien. Le *Gestionnaire d'équipe* sera souvent le porte-parole de l'équipe et pourra soutenir d'autres leaders.
 - **Capitaine** : souvent la même personne que le Gestionnaire d'équipe, mais pas toujours (comme dans le cas d'une équipe junior). Le Capitaine est chargé de diriger l'équipe, notamment lors des régates et des courses, et motive et inspire le reste de l'équipe. Il peut souvent organiser des échauffements, guider et aider d'autres pagayeurs et agir comme modèle et athlète exemplaire pour l'équipe.
 - **Finances** : responsable des finances, y compris l'élaboration du budget de l'équipe, la collecte et le suivi des frais d'équipe et le paiement des dépenses.
 - **Social** : responsable de la planification des activités sociales de l'équipe, y compris les rencontres, les événements de recrutement, les fêtes de fin d'année, les célébrations, les dîners après la régata, etc.
 - **Collecte de fonds** : responsable des activités de collecte de fonds, qui sont particulièrement importantes pour les équipes de jeunes afin de maintenir les coûts à un niveau bas.
- **Formulaire de renoncation** : Les formulaires de renoncations et d'acceptation des risques par les participants devraient être une pratique courante et devraient être signés par un tuteur pour les mineurs.

8. Courses et compétitions

C'est pendant la saison des courses que se déroule l'essentiel de l'action d'une équipe. Pour les équipes de jeunes, essayez de ne pas surcharger les pagayeurs avec des compétitions trop fréquentes (~1/mois). Il est également recommandé de fixer des objectifs d'équipe en respectant les principes SMART (Spécifiques, mesurables, atteignables, réalistes et limités dans le temps) (par exemple, un résultat de course de 500 m de 2 minutes 20 secondes avant le 30 juin).

Pour les jours de compétition :

- **Entraînement en bateau**
 - Assurez-vous que l'autorisation du tuteur est obtenue avant le début des entraînements pour les équipes avec des mineurs
 - Réservez les blocs d'entraînements le plus tôt possible pour vous assurer que les plages horaires souhaitées soient disponibles et que les athlètes savent à l'avance quand les entraînements auront lieu.
 - Établissez et communiquez une politique météorologique claire (par exemple, assumer toujours que les séances d'entraînement auront lieu, même si la météo est douteuse, à moins qu'il n'y ait une annonce officielle)
 - Les VFI sont souvent requis : assurez-vous que la politique concernant leur retrait en entraînement est correctement communiquée (les VFI doivent toujours être portées pour les athlètes qui ne savent pas nager) et qu'il est clair que le port de veste gonflable est autorisé.
- **Inscription** : assurez-vous que l'inscription est effectuée à l'avance (la plupart des régates auront des frais de préinscription).
- **Liste des équipages et formulaire de renoncations** : rassemblez ces documents à l'avance et assurez-vous que toutes les signatures requises des tuteurs sont bien présentes dans le cas de mineurs. Apportez des formulaires additionnels le jour de la compétition (au cas où). Déposez les documents complétés à la tente d'inscription officielle le matin du premier jour de la compétition.
- **Quoi apporter** : Chapiteau d'équipe, chaises, pagaies/gilets de sauvetage (si non fournis), eau, aliments nutritifs, crème solaire, chapeau, maillot de compétition, vêtements secs, serviette,
- **entre les courses** : prévoir des activités pour s'occuper. (Par exemple, un jeu de cartes, un frisbee).
- **Organisation de l'équipe** :
 - Arrivée : assurez-vous que les pagayeurs savent quand arriver (1 à 1,5 h avant la première course) et qu'ils disposent tous d'un moyen de transport (covoiturage, navette, transports en commun, etc.)
 - Chapiteau : assurez-vous que le chapiteau est installé et que tout l'équipement est correctement rangé ; informez les pagayeurs à l'avance du lieu de rencontre.
 - Horaire : indiquez aux athlètes quand ils doivent s'échauffer, être prêts et se rassembler ; assignez un pagayeur ou un assistant pour diriger les échauffements si nécessaire.
 - Débriefage : assurer que les athlètes sortent rapidement du bateau après une course et fait un débriefage avec les athlètes. Déconstruisez la course et déterminez les objectifs de la prochaine course
- **Barreur** : assurez-vous d'avoir un barreur dédié ou partagé qui sait quand votre équipe doit aller sur l'eau.
- **Médias sociaux** : assurez-vous que tous les athlètes ont donné leur autorisation pour l'utilisation de leurs photos, y compris tout consentement requis de leur tuteur.
- **Accompagnateurs (Chaperons)** : les équipes juniors auront généralement besoin d'accompagnateurs, en particulier lorsque des déplacements sont impliqués pour l'équipe (comme pour des régates nationales ou internationales). Le ratio standard accompagnateurs/mineurs est de 1 pour 8.

9. Fin de saison et transition

A la fin de chaque saison, il est recommandé d'avoir un événement de clôture avec l'équipe. Il est important de terminer la saison sur une note positive.

- **Social de fin de saison** : Une fête ou un dîner (par exemple, un barbecue dans la cour) peut être une excellente façon de célébrer une saison avec l'équipe.
- **Finalité** : Prendre le temps de terminer tous les dossiers incomplets. (Par exemple, les élections, l'annonce de la nouvelle équipe de direction, récompensez les membres exemplaires de l'équipe, récapitulez la saison et ses moments forts et présentez le plan pour l'année à venir).
- **Remerciements** : remerciez tous les membres qui ont été impliqués dans l'équipe, en accordant une attention particulière à tous ceux qui ont joué des rôles supplémentaires. Remerciez l'équipe pour son travail acharné et assurez-vous que chaque personne se sent valorisée.
- **Engagement des athlètes** : passez en revue les faits saillants de la saison. Motivez les athlètes pour la saison prochaine en annonçant de nouveaux objectifs, en mettant l'accent sur ce qui est important pour l'équipe.

D'autres rencontres sont aussi recommandées pour organiser la suite :

- **Réunion d'équipe de présaison** : une réunion d'équipe de présaison aidera à planifier et à façonner la nouvelle saison. S'assurer que l'équipe est d'accord avec les nouveaux objectifs. Les décisions prises en équipe aident à obtenir l'adhésion des membres et à garantir que tout le monde est engagé.
- **Projets futurs** : cette réunion serait une bonne occasion d'entendre les athlètes parler de leurs projets de retour pour avoir une idée du nombre de participants à venir.
- **Objectifs** : l'équipe devrait être impliquée dans la création des futurs objectifs afin de garantir une compréhension commune. C'est ce qui permet d'avoir un engagement de groupe plus solide.
- **Plan d'entraînement** : cette réunion est également une bonne occasion pour discuter des plans d'entraînement, et s'assurer qu'ils sont réalistes et réalisables pour les membres de l'équipe.
- **Transition** : encourager les athlètes à assumer de nouvelles responsabilités, telles que des rôles de leadership, et à apprendre à diriger et à entraîner. C'est ce qui peut contribuer à bâtir un réseau durable de personnes qualifiées sur lesquelles s'appuyer, améliorant ainsi la solidité de l'équipe.

ANNEXE I – liste de point d'action

Il y a beaucoup d'informations à parcourir et beaucoup de travail à faire pour démarrer une équipe de bateau-dragon. Pour aider à identifier le minimum nécessaire, DBC recommande de suivre toutes les étapes suivantes :

- Décrire les objectifs de l'équipe
- S'inscrire dans une école/un club
- Mettre en place une équipe de direction
- Trouver un coach
- Créer un calendrier d'équipe
- Projet de budget d'équipe
- Planifier le programme d'entraînement
- Réserver un espace lors des jours des clubs (le cas échéant)
- Réservation du matériel/horaire des pratiques
- Assistez aux jours des clubs et recrutez des amis
- Organiser la première pratique
- Établir la communication avec les membres
- Collecter le premier versement des frais d'équipe
- Inscrivez-vous aux compétitions
- Commandez des maillots d'équipe

Il n'est pas nécessaire que ces étapes se déroulent dans cet ordre. La séquence de ces livrables la plus logique variera considérablement d'une équipe à l'autre en fonction de leur situation unique.

ANNEXE II – exemple de code de conduite

Pour bénéficier au maximum de la pratique de nos sports (bateau-dragon, OC1 et OC6), chaque membre du club doit avoir des attitudes et des comportements qui découlent de nos valeurs et de l'esprit sportif. De plus, le pagayeur ne doit jamais perdre de vue que même quand il s'agit d'une discipline sportive, le plaisir en fait aussi partie.

Afin de mieux encadrer la pratique de notre sport, chaque membre du club est tenu de respecter les points suivants qui constituent le code de conduite de notre club :

1. Utiliser un langage courtois et respectueux envers les administrateurs, les entraîneurs, les coéquipiers, les autres pagayeurs et les officiels.
2. Démontrer une présence assidue et de la ponctualité aux entraînements. Les entraîneurs pourront refuser l'accès sur l'eau à un athlète en cas de retard non justifié.
3. Adopter un bon comportement et une attitude positive en tout temps afin d'être un digne représentant de [l'équipe] et de [l'université].
4. Respecter les consignes de l'entraîneur et s'abstenir de tout comportement qui a pour effet de nuire aux autres pagayeurs et au bon déroulement des séances d'entraînement.
5. Demeurer discret et respectueux envers les résultats, les performances et les situations personnelles des autres membres du club.
6. Chercher à s'améliorer et considérer le dépassement personnel et le travail d'équipe plus important que les résultats.
7. Respecter et maintenir en bon état le matériel et la propreté des lieux mis à la disposition des athlètes.
8. Ne pas se présenter à un entraînement, à une compétition, ou à toute fonction officielle, en état d'ébriété ou sous l'influence de drogues.
9. Respecter les décisions des officiels et autres bénévoles qui organisent les compétitions (seul l'entraîneur peut intervenir auprès des officiels en compétition).

Le non-respect du règlement peut entraîner les sanctions suivantes, pouvant aller jusqu'à l'exclusion de l'équipe :

1. Avertissement verbal de l'entraîneur en privé.
2. Deuxième avertissement verbal et entretien privé avec un superviseur, un entraîneur et l'athlète.
3. Saisine de la commission de discipline (sanction, exclusion).

De plus, de façon générale les athlètes sont informés que :

- L'usage d'un téléphone cellulaire, d'un appareil photo ou d'une caméra vidéo est strictement interdit dans les vestiaires ou lors de la pratique de notre sport.
- L'École de technologie supérieure interdit toute forme d'initiation qui manquerait de respect à l'intégrité morale ou physique des individus.
- Le port des vêtements à l'effigie de l'équipe est obligatoire pour toutes les compétitions. Les entraîneurs aviseront, si nécessaire, les athlètes du code vestimentaire requis pour chaque compétition.