

# FORMATION

## BF5

## 2021



## FICHE DE POSTE DE BF5

Le niveau BF5 correspond au diplôme d'initiateur fédéral de Triathlon.

Il assiste le BF4, accompagne la pratique des disciplines enchaînées, participe à assurer la sécurité des pratiquants, anime et propose une initiation à des publics d'âges différents.

Il doit avoir 17 ans minimum à l'entrée en formation, 18 ans révolus lors de l'examen

Il doit être licencié(e) à la F.F.TRI.

Il doit être titulaire du code de la route

Il doit être titulaire du PSC1 (ou de son équivalent à jour des révisions)

La formation est gérée par les ligues régionales.

Les sujets d'examens seront définis au niveau national par les CTN et les CTL concernés.

.....  
**LIEU DE FORMATION :** La formation se déroule au centre sportif de Normandie, Route de la Vallée, 14510 Houlgate.

L'hébergement et la restauration peuvent être pris en charge par la ligue au Centre sportif de Normandie. Il est souhaitable de rester sur place afin que ce weekend soit un moment d'échanges et de convivialité entre stagiaires.

**Merci de nous faire savoir si vous restez dormir en nous prévenant par mail : [ligue1920@orange.fr](mailto:ligue1920@orange.fr) avant le : 1er octobre.**

## **Conditions à respecter dans le cadre de la formation:** (tout manquement pourra entraîner l'annulation de l'obtention du diplôme ou l'impossibilité de passer l'examen)

- ❖ Etre licencié au sein d'un club affilié à la F.F.TRI en 2021.
- ❖ Etre présent sur les 2 week-ends de formation (sauf pour les personnes ayant un allègement de formation)
- ❖ Participer à l'encadrement d'un stage organisé par la Ligue (1 journée minimum) ou une journée EFT (Ecole Française de Triathlon). Pour cela, le stagiaire s'inscrit à un stage lors de la première journée de formation.
- ❖ Avoir 18 ans révolus le jour de l'examen (mai 2021)
- ❖ Etre titulaire du code de la route.
- ❖ Etre titulaire du PSC1 (ou de son équivalent à jour des révisions) le jour de l'examen
- ❖ S'acquitter des frais de formation d'un montant de 100 € (repas, hébergement et coût du stage compris).

# **PROGRAMME DE LA FORMATION BF5**

## **Module théorique :**

- Samedi 17 octobre 2020 à Houlgate (Centre sportif de Normandie)
- Dimanche 18 octobre 2020 à Houlgate (Centre sportif de Normandie)
- Samedi 30 janvier 2021 à Houlgate (Centre sportif de Normandie)

## **Module Jeune :**

- Dimanche 31 janvier 2021 à Houlgate (Centre sportif de Normandie)

## **Stage pratique :**

- 1 journée minimum d'encadrement/observation lors d'un stage de ligue (jeune, féminin ou adulte)
- 1 journée EFT organisée par le club

## **Implication en club :**

- Au sein de son club : 30h00 minimum
- Sous la responsabilité d'un tuteur de stage (diplômé d'un brevet d'état ou d'un diplôme fédéral)

## **Examen :**

- **Samedi 29 mai 2021**
- Rapport d'activité + questions écrites + oral jury

**L'hébergement et la restauration sont pris en charge par la ligue au Centre Sportif de Normandie si vous avez réservé auprès de la ligue.**

# MODULE THEORIQUE

Samedi 17 octobre 2020  
Dimanche 18 octobre 2020  
Samedi 30 janvier 2021

Cours en salle au Centre sportif de Normandie  
d'Houlgate

09h00-21h30 le samedi  
09h00-17h30 le dimanche

## Samedi 17 octobre :

### Matin :

- Présentation du contenu de formation
- Rôles de l'initiateur en triathlon
- Histoire du triathlon

### Après-midi :

- Les règles du triathlon
- Hygiène et sécurité

### Soirée :

- Footing convivial
- Le triathlon Santé Bien-être Loisir / Mixité

**L'hébergement et la restauration sont pris en charge par la ligue au Centre Sportif de Normandie si vous avez réservé auprès de la ligue.**

## Dimanche 18 octobre :

### Matin :

- Théorie natation
- Théorie Cyclisme
- Théorie course à pied

### Après-midi :

- La socialisation
- Séance pédagogique sur le terrain

## Samedi 30 janvier :

### Matin :

- Les ressources du triathlète

### Après-midi :

- Le club et son environnement
- Les conduites émotives

### Soirée : séance pédagogique

# MODULE JEUNE

Dimanche 31 janvier 2021

Ce module est ouvert à tous

Cours en salle au Centre sportif de Normandie  
d'Houlgate

09h00-12H00/13H30-16H30

La mallette pédagogique est proposée à chaque stagiaire  
au tarif de 95€



## **Contenus de formation :**

Partie 1 : L'école Française de Triathlon

Partie 2 : Outils et dispositifs fédéraux de développement

## **Compétences attendues :**

Savoirs :

- Connaître les dispositifs liés à la pratique des disciplines enchainées pour le public jeune
- Etre capable d'utiliser les outils de développement liés à la pratique jeune
- Etre capable d'utiliser les outils de la mallette pédagogique « Ecole Française de Triathlon »

Modalités d'évaluation :

- Questionnaire de fin de formation (évaluation formative)

## **STAGE PRATIQUE (facultatif mais conseillé)**

1 journée d'encadrement sur un stage de ligue au choix  
ou participation à l'encadrement sur une journée EFT  
organisée par le club.

✓ Prendre part à l'équipe d'encadrement du stage de ligue en tant qu'assistant.

Public:

- Jeunes
- Adultes

Les stages sont des temps de formation à part entière et proposent beaucoup de richesse d'apprentissage du rôle de BF5.

✓ Participation à l'encadrement sur une journée EFT.

Public:

- Jeunes de 6 à 11 ans (Mini-Poussin / Benjamins)

L'encadrement sur une journée EFT permet de se familiariser sur l'outil pédagogique de la mallette EFT et plus particulièrement sur les tests EFT.

# IMPLICATION EN CLUB

Au sein de son club : 30h00 minimum

Sous la responsabilité directe d'un tuteur de stage  
(diplômé d'un brevet d'état ou d'un diplôme d'état)

## **Contenus de stage:**

- Observation et/ou initiation au sein de son club, sous la responsabilité d'un éducateur diplômé.
- Le stagiaire est tenu de remplir une fiche type (fournie par la ligue), attestant de la réalisation de son stage





# EXAMEN

Samedi 29 mai 2021

Modalités d'examen du diplôme BF5 :

- Epreuve 1 : Rédaction d'un rapport de stage
- Epreuve 2 : Oral de stage (présentation puis entretien autour du rapport)
- Epreuve 3 : Epreuve écrite / contenus théoriques (QCM)

Critères de validation BF5 :

- Avoir la moyenne sur l'ensemble des 3 épreuves
- Note éliminatoire < 06/20

La formation est assurée par Eva OZEEL, conseillère technique de la ligue de Normandie de Triathlon, Ludovic LEMARECHAL REGNIER, entraîneur de Deauville Trouville Triathlon, Roman HERVIEU, entraîneur de l'E.S.M GONFREVILLE l'ORCHER, et Patrice DELATRE président de la commission régionale d'arbitrage et BF5.

E-mail : [ligue1920@orange.fr](mailto:ligue1920@orange.fr)

Tél : 02 35 64 17 32



**FICHE  
D'INSCRIPTION  
BF5  
2021**

**NOM :**

**Prénom :**

Date de naissance :

Catégorie :

Lieu de naissance :

N° de licence :

Club :

Adresse :



Etes-vous titulaire:

- Du PSC1**
- Du PSE1**
- Du BNSSA**
- Du Permis bateau**
- Du Permis de conduire**
- Du Brevet d'état ? Si oui lequel ?**
- D'une Licence STAPS**

Etes-vous :

- Arbitre de triathlon**
- Médecin du sport**

Observations :

**Cette fiche individuelle d'inscription est à renvoyer par courrier accompagné du règlement (chèque de 100€ à l'ordre de Ligue de Normandie de Triathlon) à l'adresse suivante :**

Ligue de Normandie de Triathlon – 1 rue Masson – 76350 Oissel

**Avant le 15 septembre 2020**