SPECIAL OLYMPICS FITNESS

PLAN STRATÉGIQUE

2022-2026

Special Olympics Health

RENDU POSSIBLE GRÂCE À FONDATION Golisano

Special Olympics Health

RENDU POSSIBLE GRÂCE À FONDATION Golisano

CDC
CENTERS FOR DISEASE™ CONTROL AND PREVENTION

La mission de Special Olympics Health est rendue possible par les Centers for Disease Control and Prevention aux États-Unis et par la Golisano Foundation dans le monde entier.

SPECIAL OLYMPICS **FITNESS**

Nous aidons des personnes présentant une déficience intellectuelle à optimiser leur santé et leur bien-être en développant les connaissances, les compétences et la motivation nécessaires pour mener une vie saine et active.

Mettre l'accent sur la forme physique signifie être actif physiquement, manger sainement et bien s'hydrater. La condition physique peut stimuler les performances sportives, prévenir et réduire les maladies chroniques et non transmissibles, améliorer la qualité de vie et prolonger la durée de vie.

Ce plan stratégique de remise en forme guide nos activités de remise en forme afin de maximiser l'impact sur la santé et le bien-être des athlètes Special Olympics. Nous intervenons dans quatre domaines principaux : **la programmation, l'éducation, la technologie et la défense des intérêts en continu.**

Que vous soyez athlète, entraîneur, bénévole, professionnel de la condition physique, chercheur, éducateur ou sympathisant du mouvement Special Olympics, nous vous encourageons à vous impliquer dans la promotion de la condition physique.

NOTRE STRUCTURE AU SERVICE DE LA RÉUSSITE

PROGRAMMATION CONTINUE

But	Proposer une programmation de grande qualité qui aide les athlètes Special Olympics à atteindre un niveau de forme physique plus élevé
Objectifs	• Porter à 550 000 le nombre d'athlètes participant à des programmes structurés de remise en forme de plus de 6 semaines • Porter à 55 000 le nombre de participants en milieu scolaire à des programmes structurés de remise en forme de plus de 6 semaines • Atteindre 700 000 athlètes dans le cadre d'un programme structuré de remise en forme (quelle qu'en soit la durée)
Activités	• Mettre à jour et promouvoir les ressources et l'assistance technique en matière de fitness en améliorant la communication et l'apprentissage entre homologues au sein du personnel du programme • Proposer des stations de performance lors de tous les grands événements sportifs (y compris les Jeux mondiaux et régionaux) afin de faire connaître davantage de programmes basés sur ce modèle et de favoriser une expérience de compétition saine et sûre • Développer la condition physique via une stratégie et des outils axés sur le sport et faire la promotion des programmes par l'intermédiaire de l'approche Special Olympics Health et des canaux du sport
Indicateurs clés	• Nombre d'athlètes participant à un programme structuré de remise en forme pendant 6 semaines ou davantage • Nombre d'athlètes participant à un programme structuré de remise en forme, quelle qu'en soit la durée • Minutes d'activité physique, tendances en matière de nutrition et d'hydratation
Sources de données	• Recensement annuel Special Olympics • Application SO FitNow Special Olympics • Enquête sur la liaison avec les établissements Unified Champion Schools et groupes de discussion avec des athlètes âgés de 40 ans et plus
Principaux collaborateurs	Équipes SO Global Youth Engagement et Unified Champion Schools ; SO Regional Health Managers (RHM) et Regional Sport Directors (RSD) ; Recherche et Évaluation ; Leadership and Organizational Development

NOTRE STRUCTURE AU SERVICE DE LA RÉUSSITE

ÉDUCATION

But	Former les responsables Special Olympics à promouvoir l'adoption d'un mode de vie sain chez les athlètes
Objectifs	Former 17 000 personnes à des pratiques de remise en forme et à un mode de vie sain, y compris : • 12 000 entraîneurs sportifs formés pour promouvoir la condition physique • 3 000 professionnels du fitness ou étudiants formés au fitness inclusif • 1 100 éducateurs formés à la mise en œuvre de programmes scolaires de remise en forme • 900 « capitaines de fitness » formés pour promouvoir le fitness dans les milieux sportifs
Activités	• Élaborer une boîte à outils pour la formation en personne ou virtuelle des entraîneurs sur la condition physique et la santé et l'inclure dans les normes de formation des entraîneurs. • Élaborer un guide à l'intention des soignants afin de fournir des informations sur la manière d'aider les athlètes des Special Olympics à adopter un mode de vie sain sur le terrain et en dehors • Créer la formation et les ressources des « capitaines de fitness » et les diffuser à l'échelle mondiale avec tout le soutien nécessaire en matière de traduction
Indicateurs clés	Nombre de responsables formés à la promotion du fitness (athlètes, entraîneurs, éducateurs, professionnels de la condition physique)
Sources de données	• Numéro d'achèvement du cours de formation au fitness inclusif de l'American Council on Exercise • Cours de fitness du portail d'apprentissage en ligne Special Olympics terminés • Personnes formées selon les programmes, comme indiqué par les subventions d'impact sur la santé • Portée des professionnels du secteur du fitness formés à la remise en forme inclusive lors de conférences
Principaux collaborateurs	Équipe SO Coaching Education ; SO RHM et RSD ; partenaires et professionnels de l'industrie du fitness ; universités proposant des programmes d'activité physique adaptée et de sciences de l'exercice

NOTRE STRUCTURE AU SERVICE DE LA RÉUSSITE

TECHNOLOGIE

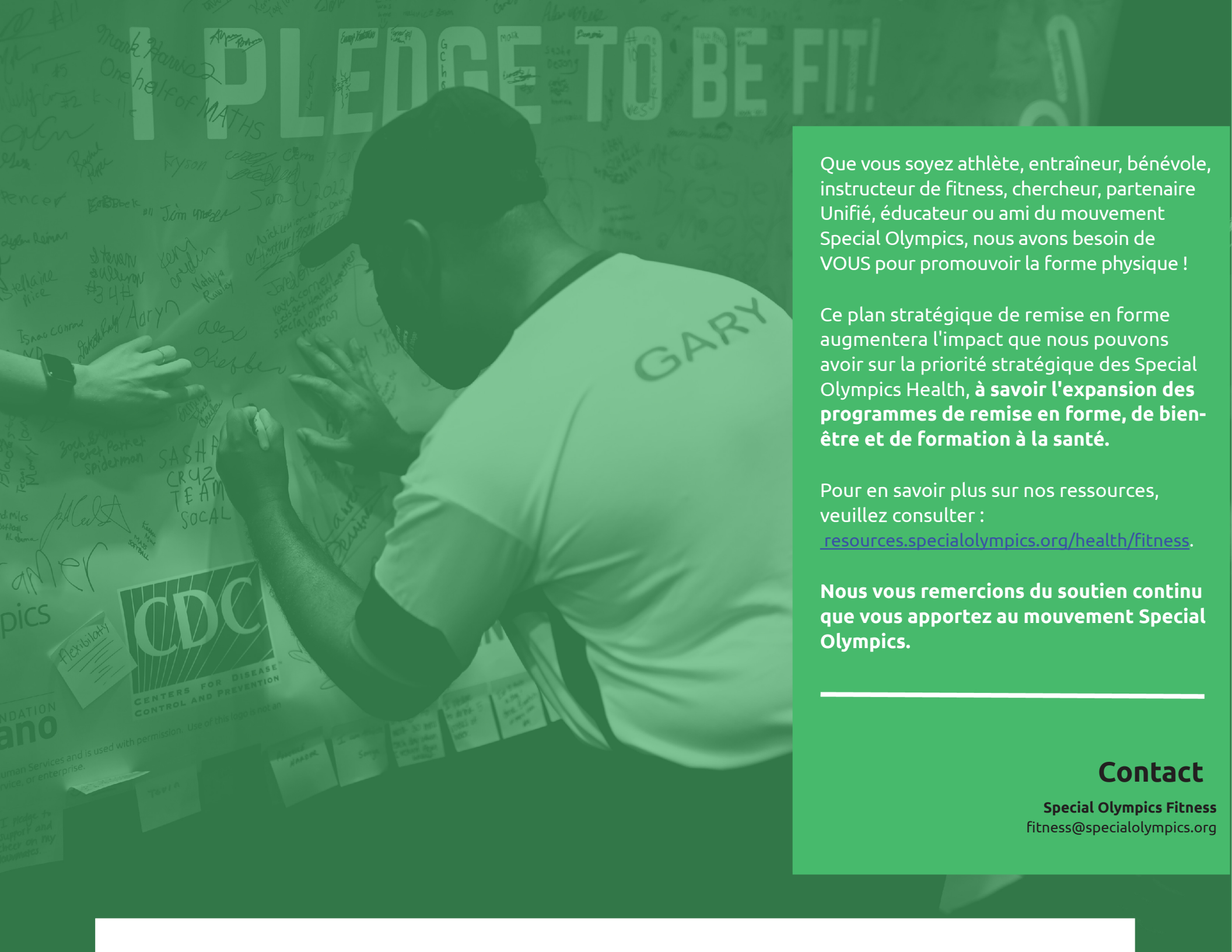
But	Sensibiliser aux comportements en matière de santé et de condition physique afin de faciliter le changement de comportement en matière de santé
Objectifs	Atteindre 15 000 utilisateurs enregistrés dans l'application SO FitNow, dont : • 300 entraîneurs • 300 soignants
Activités	• Réaliser le premier pilote de l'application en dehors des États-Unis avec 3 pays en 2023. • Adapter l'architecture de l'application pour améliorer l'accessibilité et la facilité d'utilisation pour les athlètes SO • Créer des ressources pour augmenter la participation des entraîneurs, des soignants, des partenaires unifiés et des athlètes à l'application
Indicateurs clés	• Nombre d'utilisateurs enregistrés dans l'application SO FitNow (athlètes, entraîneurs, soignants) ; répartis en utilisateurs actifs et inactifs • Amélioration de l'accessibilité et augmentation de l'utilisation de l'application selon les participants aux groupes de discussion sur une base annuelle
Sources de données	• Application SO FitNow • Groupes de discussion avec des athlètes, des entraîneurs, des soignants et le personnel du programme
Principaux collaborateurs	Équipes Special Olympics chargées de la santé numérique, de la recherche et de l'évaluation, et des technologies de l'information

NOTRE STRUCTURE AU SERVICE DE LA **RÉUSSITE**

CONSEILS

But	Accroître les possibilités de remise en forme pour toutes les personnes souffrant d'un handicap intellectuel
Objectifs	• [D] Augmenter le nombre de partenariats de remise en forme basés sur des programmes et des régions • [D] Augmenter le nombre d'athlètes leaders formés à la défense de l'accès à l'activité physique et à la nutrition et des politiques en la matière
Activités	• Développer des partenariats mondiaux avec des entreprises et des ONG dans le secteur du sport, du fitness et de l'activité physique • Intégrer la formation et les possibilités de promotion de l'activité physique et de la nutrition dans la formation des ambassadeurs de la santé • Développer des opportunités et des ressources pour les athlètes et les centres de fitness afin qu'ils participent à des programmes de remise en forme inclusifs au sein de la communauté programmation au sein de la communauté
Indicateurs clés	• Nombre de partenariats de remise en forme créés • Nombre d'athlètes déclarant avoir participé à au moins une initiative de promotion de l'activité physique
Sources de données	• Rapports sur les subventions à l'impact sur la santé • Rapport du SOI et du personnel de santé régional sur les partenariats en matière de fitness • Rapports des ambassadeurs de la santé
Principaux collaborateurs	Special Olympics - Pilier 4 : Équipe « Rise up to Reform », personnel de santé régional

[D] indique un objectif de développement. Il s'agit des objectifs pour lesquels il n'existe pas encore suffisamment de données et de mesures de suivi pour établir une base de référence.



Que vous soyez athlète, entraîneur, bénévole, instructeur de fitness, chercheur, partenaire Unifié, éducateur ou ami du mouvement Special Olympics, nous avons besoin de VOUS pour promouvoir la forme physique !

Ce plan stratégique de remise en forme augmentera l'impact que nous pouvons avoir sur la priorité stratégique des Special Olympics Health, **à savoir l'expansion des programmes de remise en forme, de bien-être et de formation à la santé.**

Pour en savoir plus sur nos ressources, veuillez consulter : resources.specialolympics.org/health/fitness.

Nous vous remercions du soutien continu que vous apportez au mouvement Special Olympics.

Contact

Special Olympics Fitness
fitness@specialolympics.org