

CAHIER DES CHARGES DES CENTRES D'ENTRAÎNEMENT LABELLISÉS RUGBY A XV



PREAMBULE

Les centres d'entraînement fédéraux relevant d'un club (association sportive, société sportive) ou d'un comité territorial ou départemental sont labellisés par la FFR sur proposition de la DTN.

La labellisation d'une telle structure de formation ne peut être accordée que si son fonctionnement est en adéquation avec le cahier des charges de référence.

Ce cadre de fonctionnement doit imposer une recherche d'excellence de la formation dans le rugby français fédéral en direction d'un public féminin et masculin. Ceci dans le respect des valeurs spécifiques à ce sport, c'est-à-dire en concevant tout en même temps, une formation, scolaire, universitaire ou professionnelle et une formation sportive. Ces structures peuvent-être mixtes.

L'éthique sportive nous conduit donc à défendre l'idée de cette double qualification du stagiaire.

- sportive pour préparer le stagiaire au rugby à pratiquer à son plus haut niveau
- scolaire universitaire ou professionnelle afin d'acquérir une capacité d'insertion professionnelle en parallèle à sa pratique sportive.

I.	OBJECTIF DU CAHIER DES CHARGES	3
II.	EFFECTIF DU CENTRE DE FORMATION	4
III.	ENCADREMENT	5
IV.	LA FORMATION SPORTIVE	6
A.	Contenus d'enseignements prioritaires :	6
1)	Secteur de la préparation physique :	6
2)	Préconisation secteur du jeu (3 axes de travail prioritaires) :	6
B.	La démarche pédagogique	7
C.	La planification	8
D.	Dispositif d'entraînement	8
V.	Le suivi médical	10
A.	Le certificat médical	10
B.	Journées de détection :	10
C.	Information médicale :	10
VI.	FORMATION SCOLAIRE/UNIVERSITAIRE/PROFESSIONNELLE	11
A.	Le responsable des études ou un conseil pédagogique assure le suivi et le bilan d'orientation	11
B.	Nature de la formation	11
C.	Modalités de la formation	12
D.	Organisation du suivi de la formation :	12
E.	Évaluation de la formation dispensée	12
VII.	EFFICACITE DE LA FORMATION.	13
VIII.	INFRASTRUCTURES MINIMALES	14
A.	Dispositif d'hébergement	14
B.	Installations et équipements sportifs minimum	14
IX.	ANNEXE 1	15
XI.	ANNEXE 2	16

I. OBJECTIF DU CAHIER DES CHARGES

Le présent cahier des charges a pour objet d'assurer le développement au sein des clubs de fédérale ou des comités d'un véritable projet de formation du stagiaire qui assure les conditions d'une réussite sportive et sociale.

Tout jeune stagiaire d'un centre d'entraînement fédéral a l'obligation de suivre une formation scolaire, universitaire ou professionnelle, diplômante ou qualifiante (Annexe 2).

Les critères permettant l'octroi de la labellisation concernent :

- La formation sportive et les contenus de travail,
- La formation professionnelle, scolaire et universitaire,
- Les infrastructures minimales,
- L'efficacité de la structure de formation.

Le présent cahier des charges s'impose à tout club ayant un centre labellisé ou sollicitant la délivrance ou le renouvellement de la labellisation.

La procédure de délivrance et de renouvellement de la labellisation est précisée par le règlement relatif aux centres d'entraînement fédéraux labellisés des clubs de fédérale adopté par le comité directeur de la FFR.

II. EFFECTIF DU CENTRE DE FORMATION

Critères d'âge : Tout joueur et/ou joueuse d'un centre d'entraînement labellisé FFR d'un club ou d'un comité doit être âgé, sauf dérogation, de 16 ans au moins le 31 décembre de la saison en cours et être âgé de 23 ans au plus le 31 décembre de la saison en cours.

L'effectif du centre d'entraînement est fixé comme suit :

- 10 stagiaires au minimum (dont, si le centre est mixte, 5 filles et 5 garçons),
- 30 stagiaires au maximum (dont au maximum 1/3 de nouveaux stagiaires en provenance d'un autre club chaque saison sportive),
- 45 stagiaires au maximum si le centre est mixte.

II. ENCADREMENT

Encadrement administratif

Un responsable du Centre d'entraînement est nommément désigné. Il est l'interlocuteur de la FFR et de la DTN pour toutes les questions concernant le centre de formation.

Encadrement sportif

Un responsable sportif du Centre d'entraînement est nommément désigné. Il doit être titulaire au moins du diplôme d'Etat de la Jeunesse, de l'éducation populaire et du Sport, spécialité perfectionnement sportif mention rugby à XV (Diplôme de niveau 3).

Un préparateur physique du Centre d'entraînement est nommément désigné. Il doit être au moins titulaire soit d'un Diplôme d'Etat de niveau 4 et d'un Brevet Fédéral « Entraîneur Jeunes » et/ou « Entraîneur Senior ».

Si l'effectif du centre excède 30 stagiaires (centre mixte), un encadrant supplémentaire titulaire d'un brevet fédéral mention rugby devra compléter l'encadrement sportif défini, ci-dessus.

Encadrement médical

Les centres d'entraînement labellisés FFR ne sont pas tenu de posséder en encadrement médical. Le suivi médical des stagiaires sera fait par son médecin traitant ou par un médecin du sport de son choix dans le cadre de la médecine de soin. Les soins de rééducation seront effectués par un kinésithérapeute de son choix, sur prescription médicale.

Le Centre d'entraînement pourra fournir une liste de médecins et kinésithérapeute « partenaires »

Encadrement scolaire / universitaire / professionnel

Un chargé des études est nommément désigné sur le Centre d'entraînement. Celui-ci devra présenter un niveau d'études BAC+3 minimum.

IV. LA FORMATION SPORTIVE

Une structure de formation se doit de construire son programme sportif sur les nécessités de formation individuelle du stagiaire et pas sur le seul projet d'équipe d'une catégorie.

Dans cette finalité, les objectifs spécifiques sont les suivants :

1) Définir les objectifs et mettre en œuvre les méthodes et les contenus d'entraînement en référence à la démarche pédagogique initiée par la DTN.

2) Orienter prioritairement la programmation sur le développement INDIVIDUEL DU STAGIAIRE, en prenant en compte l'ensemble de ses ressources.

A. Contenus d'enseignements prioritaires :

Les secteurs prioritaires dans l'objectif de développement individuel du stagiaire sont les suivants :

1) Secteur de la préparation physique :

La préparation physique doit comprendre en moyenne sur une semaine :

- Deux à trois séances de musculation,
- Une séance d'appuis ou de vitesse,
- Une à deux séances énergétiques,

A titre d'illustration, cela peut correspondre à 4 à 6 séances de 45 minutes chacune. Ce travail peut être annualisé, regroupé sous forme de cycles.

2) Préconisation secteur du jeu (3 axes de travail prioritaires) :

a) 1) Jeu de mouvement :

Mouvement des stagiaires et du ballon pour le porteur (démarquage, le franchissement). Le soutien du Porteur de Balle, vers l'optimisation de la cellule de pointe (en attaque et en défense).

b) 2) Jeu au contact :

L'enseignement doit comporter des contenus visant à perfectionner la technique individuelle dans le domaine de la recherche de la continuité du mouvement ou de conservation du ballon dans une situation de contact pour le porteur du ballon.

Il en est de même pour l'enseignement de toutes les techniques individuelles de placage et de récupération du ballon en défense.

c) 3) Jeu au poste :

Les contenus d'enseignements programmés doivent comporter une formation technique individuelle spécialisée selon le(s) poste(s) occupé(s). Pour certains de ces postes, le développement de la capacité à définir des choix stratégiques doit être réalisé.

B. La démarche pédagogique

Elle doit respecter les principes établis par la DTN en matière de conduite des situations d'apprentissages rappelés ci-dessous :

Faire apparaître que les entraînements sont composés à la fois de situations ouvertes et à la fois de situations fermées.

Les principes de construction des situations ouvertes :

1. Placer le stagiaire en situation active :

L'adaptation pour être efficace doit être active. La lecture du jeu n'est pas une banale prise d'information passive mais bien un moyen pour donner du sens à son action, grâce à l'acquisition de repères et indices toujours plus nombreux et précis, conduisant à un référentiel commun.

2. Placer le stagiaire en situation d'incertitude :

L'instabilité ainsi créée amènera le stagiaire à fonctionner par prédiction et anticipation, donc à connaître et comprendre de plus en plus finement les mécanismes de jeu dans les situations successives et évolutives.

3. Donner du sens à la séance :

Restituer la situation dans le contexte du projet de jeu, sensibiliser le stagiaire au lien indispensable à établir entre les données théoriques et l'action.

4. S'attacher, au moyen d'un questionnement, à « mesurer » l'écart, quand il est significatif entre les réponses des stagiaires et les comportements attendus.

Le niveau d'acquisition constaté devra permettre de réguler les comportements et de fixer de nouveaux objectifs.

5. Requérir rigueur et concentration aux entraînements :

La mise en place préalable des prérequis (règles de vie et de travail, partage judicieux des données théoriques) facilitera la poursuite de ces objectifs.

Laisser le temps pour cette concentration : susciter des méthodes telles que la fixation d'objectifs individuels (à l'échelle d'un entraînement ou d'un exercice) et l'imagerie mentale.

6. Exigences du détail

Maintenir un haut niveau d'exigences sur l'ensemble des comportements attendus dans la situation proposée, de telle sorte que chacun soit conscient de ce qu'il reste à améliorer, à chaque période d'évaluation.

Les principes de construction des situations fermées :

1. Placer le stagiaire en situation de répétition optimale de gestes techniques :

Pour fixer ses apprentissages, le stagiaire doit passer par un nombre important de répétitions de gestes justes, dans des situations sans incertitude, **contextualisées** et **respectant** la réalité du jeu.

2. Exigences du détail

Maintenir un haut niveau d'exigences sur l'ensemble des comportements attendus dans la situation proposée, de telle sorte que chacun soit conscient de ce qu'il reste à améliorer, à chaque période d'évaluation.

C. La planification

Le volume individuel conseillé par rapport au volume total en dehors des entraînements collectifs est indiqué par le tableau ci-dessous.

Les maxima et minima ci-dessous constituent des données indicatives qui doivent être adaptées selon la situation individuelle du stagiaire et intégrées dans le cadre de la planification annuelle de la formation sportive dispensée.

Volume en heures	U17 et U18	U19 et U21
Maxima	10 heures	12 heures
Minima	5 heures	8 heures

D. Dispositif d'entraînement

Établissement de la liste complète des stagiaires intégrés au centre de formation. Cette liste doit être établie en outre au début de chaque saison et transmise plus tard le 15 octobre à la Direction Technique Nationale.

Réalisation du planning annuel d'entraînement. Ce planning sera présenté lors des visites d'expertises de la DTN.

Il doit intégrer :

- Le volume horaire hebdomadaire dispensé dans le cadre du centre de formation qui doit être conforme au volume horaire minimum conseillé selon l'âge du stagiaire concerné (cf. tableau),
- Le volume d'entraînement collectif dans le cadre de la préparation des équipes,

Un dossier de suivi individuel présente les séances de travail programmées. Ce document doit faire apparaître :

- Les contenus d'enseignement,
- La planification de ces contenus,
- La démarche pédagogique des conduites d'entraînement.

Tenue d'un cahier d'entraînement individualisé comportant des évaluations objectives pour optimiser l'ensemble des facteurs de la performance. Ce cahier sera présenté lors des visites d'expertise de la DTN.

V. Le suivi médical

A. Le certificat médical

La pratique du Rugby en Compétition est règlementée par la présentation d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique du Rugby en compétition, et d'un certificat de non contre-indication à la pratique au poste de première ligne pour les stagiaires concernés.

Ce certificat médical est rédigé par le médecin traitant du stagiaire, de préférence par un médecin diplômé en Médecine du Sport. En dehors de sportifs inscrits sur la liste ministérielle du Haut-Niveau, les joueurs/joueuses de rugby ne sont pas soumis à un suivi médical particulier (laissé à la discrétion de leur médecin traitant).

B. Journées de détection :

Lors de ces journées, la présence du médecin est obligatoire.

C. Information médicale :

Organisation de réunions ayant pour objet d'aborder les points suivants :

- Rôle général d'information du médecin en matière médicale,
- Information générale sur la diététique pouvant déboucher sur un éventuel suivi en cas de problème,
- Information régulière sur le dopage et notamment transmission de la liste des produits et substances interdites.

Les réunions relatives à la lutte antidopage et à l'information nutritionnelle doivent être réalisées dès le début de saison.

VI. FORMATION SCOLAIRE/UNIVERSITAIRE/PROFESSIONNELLE

La formation « académique » a pour objectif de développer les connaissances, les compétences et les capacités des individus tout au long de leur carrière. A ce titre, elle doit être conçue et perçue comme un moyen d'évolution appropriée par l'apport de savoirs, d'aptitudes (savoirs faire) et d'attitudes (savoirs être) permettant la satisfaction et la réalisation des aspirations individuelles.

A. Le responsable des études ou un conseil pédagogique assure le suivi et le bilan d'orientation

Les missions du responsable des études sont les suivantes :

- Réaliser pour chaque stagiaire un bilan d'orientation,
- Construire et valider en relation avec le stagiaire son projet qui doit être compatible avec sa préparation sportive.

Le bilan d'orientation individuel doit être réalisé :

- A l'entrée du centre,
- Chaque fin de saison,
- A la Sortie du centre,

Le centre d'entraînement a la possibilité de s'adresser à un prestataire de service spécialisé dans la formation en remplacement ou en complément du conseil pédagogique.

B. Nature de la formation

La Formation suivie par le stagiaire doit déboucher sur un diplôme ou une certification reconnus par l'Etat (Diplômes délivrés par le Ministère de l'Education Nationale ou autres Ministères ; diplômes et titres à finalité professionnelle, certificat de qualification professionnelle inscrits au RNCP (Répertoire National des certifications professionnelles)).

Les formations ne débouchant pas sur un diplôme ou une certification reconnue par l'Etat doivent être soumises à l'avis de la DTN pour validation.

La formation en Langue française suivie par un stagiaire non titulaire de la nationalité française doit être soumise à l'avis de la DTN.

C. Modalités de la formation

Préconisation de la mise en place d'un réseau de partenariat avec tous les acteurs de la formation scolaire, universitaire et professionnelle au niveau local (conventions de partenariat permettant l'aménagement des études et du temps de travail).

D. Organisation du suivi de la formation :

Au plan scolaire et universitaire, préconisation de la mise en place d'un groupe de vacataires pluridisciplinaires (qualifié selon les domaines de compétences concernés) constituant une équipe pédagogique qui assure le soutien pédagogique.

E. Évaluation de la formation dispensée

Présentation du suivi et des résultats scolaires / universitaires / professionnels des stagiaires à la fin de la saison à la DTN.

Présentation des attestations délivrées à l'issue des formations qualifiantes à la DTN.

VII. EFFICACITE DE LA FORMATION.

La DTN procède à l'évaluation annuelle des Centres d'entraînement dans le cadre de la double mission de formation. L'évaluation est réalisée dans le cadre de la demande de labellisation, du suivi et de son renouvellement. Elle se décompose en une expertise terrain et à un suivi de la double mission de formation au travers des dossiers de suivi sportif et académique.

VIII. INFRASTRUCTURES MINIMALES

A. Dispositif d'hébergement

L'hébergement s'il existe, doit être conforme aux dispositions législatives et réglementaires relatives à la sécurité dans les centres d'hébergement.

B. Installations et équipements sportifs minimum

- Une salle de cours permettant d'accueillir la totalité des stagiaires avec chaises, bureaux et Tableaux ;
- Un terrain gazonné et éclairé réglementaire (selon règlement de la FFR) à disposition du Centre ;
- Un vestiaire chauffé et équipé de douches chaudes à proximité du terrain ;
- Une salle de musculation équipée comprenant :
 - Un atelier cardio. (winch, vélos ou rameurs)
 - Un bloc poulie permettant de travailler tirages haut et bas
 - Bancs réglables
 - Bancs couchés
 - Une presse à 45
 - Racks à squats
 - Un banc lombaire
 - Barres de traction
 - Une planche à abdos
 - Barres de charge musculation
 - Barres de charge d'haltérophilie
 - Des poids et haltères musculation
 - Des médecines ball
 - Des tapis de sol
- Matériels préconisés pour l'entraînement :
 - 1 joug
 - 1 ballon de rugby réglementaire pour 4 stagiaires maximum chasubles
 - Petit matériel pédagogique (plots, balises, tees, échelles de rythme, petites haies, piquets slalom)
 - Boucliers et sacs à placages 1 pour 5
 - Equipements de protection conseillés (épaulières, « body armor »)

IX. ANNEXE 1

DOCUMENTS FINANCIERS PERMETTANT UN CONTROLE EFFICACE

Élaboration d'un compte de résultats comptable identifiable de la saison n-1, certifié par un expert-comptable et adressé à DTN.

Élaboration d'un budget prévisionnel de la saison n, certifié par un expert-comptable et adressé à la DTN.

Ces documents devront faire apparaître de manière distincte et détaillée les différents postes suivants (sans préciser néanmoins les données individuelles) :

Fonctionnement :

- Structures
- matériel pédagogique et médical
- matériel administratif
- Hébergement

Animation :

- formation sportive
- formation scolaire et professionnelle
- Déplacements : des cadres, des stagiaires.
- Compétitions (par catégories)

Salaires :

- cadres permanents (salariés et bénévoles)
- vacataires
- personnels administratifs
- stagiaires

Autres :

d)

- ❖ L'exercice social est fixé impérativement du 1^{er} juillet au 30 juin.
- ❖ Il conviendra de préciser les modalités de prises en charge des frais de déplacement de cadres ou de stagiaires lorsque ceux-ci ne sont pas pris en compte dans le budget du centre.

XI. ANNEXE 2

Pièces à fournir pour la demande de labellisation

→ **Lettre en deux exemplaires de demande de labellisation adressée au Secrétaire Général et au Directeur technique National**

→ **Dossier de demande d'agrément**

Statuts de l'association

Statuts de la société sportive si elle existe

Convention entre l'association et la société sportive approuvée par le préfet

Budget du centre d'entraînement

Organigramme du centre d'entraînement

Document 1 complet (encadrement, liste stagiaires et conventions individuelles)

→ **Justificatifs (diplômes)**

encadrement sportif

encadrement médical

encadrement scolaire

→ **Présentation du planning annuel d'entraînement comprenant :**

Le volume horaire hebdomadaire dispensé dans le cadre du centre de formation qui doit être conforme au volume horaire minimum conseillé selon l'âge du stagiaire concerné.

Le volume d'entraînement collectif dans le cadre de la préparation des équipes

Tenue d'un cahier d'entraînement individualisé comportant des évaluations objectives pour optimiser l'ensemble des facteurs de la performance :

→ **Emargement des stagiaires à la réunion d'informations concernant le dopage et le nutritionnel**

→ **Règlement intérieur du centre d'entraînement**

→ **Chèque de 150 euros de frais de dossier (à l'ordre de la FFR)**