

CERTIFICAT DE CAPACITE DE « PRÉPARATEUR PHYSIQUE EN RUGBY » 2021 - 2022

Cette certification permet d'actualiser et de faire valoir des compétences en préparation physique spécifique à l'activité rugby. Elle développera les capacités :
- à assurer la préparation physique du joueur – de la joueuse ou d'une équipe de rugby,
- à s'adapter aux évolutions du rugby et des exigences de la pratique professionnelle et à haut niveau.
- à avoir une approche réflexive, fonctionnelle, pragmatique et éthique intégrant les spécificités de l'environnement rugby Elite (professionnel et international),
- à s'insérer dans un staff,
- à être opérationnel et performant,
- à innover ou tenir compte des innovations pour s'adapter aux évolutions professionnelles
Elle figure au Répertoire Spécifique de la Certification Professionnelle sous le numéro de fiche RS4079

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Elaborer, conduire, mettre en œuvre et évaluer un dispositif de préparation physique au niveau des clubs de rugby et centres de formation agréés de 1ère et 2ème division professionnelles, du meilleur niveau féminin, des sélections nationales et des structures intégrées au Projet de Performance Fédéral de la FFR (garçons et filles).

Cinq grands domaines de compétences :

1. **Agir au sein d'un staff en rugby en respectant une éthique.**
2. **Concevoir une planification et programmation de la préparation physique en rugby.**
3. **Evaluer les besoins des joueurs – joueuses de rugby et les effets de l'entraînement.**
4. **Animer des séances de préparation physique et de gérer les charges de travail en rugby.**
5. **Mettre en œuvre une démarche de prévention des blessures et d'accompagnement au retour à la compétition en rugby.**

CONDITIONS D'ACCES A LA FORMATION

EXIGENCES PREALABLES A L'ENTREE EN FORMATION

- Etre titulaire du DEJEPS (toutes mentions) et d'un D.U. de préparation physique ou du Certificat de Capacité de Préparateur Physique de l'INSEP ou d'un Certificat de Compétence en Préparation Physique,

  Ou

- Etre titulaire d'une licence STAPS entraînement avec une attestation d'une expérience d'encadrement en préparation physique rugby de deux saisons au cours de 5 dernières saisons d'une équipe première de divisions fédérales et au plus haut niveau des catégories de jeunes.

Pour les diplômes obtenus à l'étranger, être titulaire de la carte professionnelle d'éducateur sportif avec une attestation d'une expérience d'encadrement en préparation physique rugby de deux saisons au cours de 5 dernières saisons d'une équipe première de divisions fédérales et/ou au plus haut niveau catégories de jeunes (une commission ad-hoc statuera en cas d'expérience à l'étranger ou dans un autre sport).

VERIFICATION DES EXIGENCES PREALABLES

Les exigences préalables seront vérifiées par présentation:

- d'une copie de diplôme(s);
- d'attestations sur l'honneur définissant précisément les expériences en préparation physique (saison, club, collectif, statut, volumes horaires …) signées par



le ou les présidents de structure et par le Directeur Technique de Ligue ;

- d'une copie de carte professionnelle d'éducateur sportif.

SELECTION DES CANDIDATS

UN DOSSIER D'INSCRIPTION

Le dossier d'inscription est à remplir en ligne en suivant **ce lien.**
Il devra être complété, avant le **22 mai 2021**

DES EPREUVES DE SELECTION

Les candidats, qui remplissent les conditions d'accès à la formation, seront convoqués aux épreuves de sélection.
Les épreuves de sélection se dérouleront par visioconférence le 16 juin 2021
Les épreuves consistent en :

- un entretien individuel sur le projet professionnel du candidat ;
- un entretien individuel portant sur la préparation physique en rugby.

DUREE ET DEROULEMENT DE LA FORMATION

La formation se déroule en alternance entre l'organisme de formation et la ou les structures de mise en situation professionnelle.

LA FORMATION DANS LE CADRE DE L'ORGANISME DE FORMATION

La durée de la formation hors alternance est de **190 heures**. Elle se décompose en 8 sessions de formation en **présentiel à Marcoussis, et de formation à distance.**

Lieu de la formation

La formation se déroule dans les locaux de la Fédération Française de Rugby à Marcoussis.

LA MISE EN SITUATION PROFESSIONNELLE : CONDITIONS D'ALTERNANCE

Pour intégrer la formation, les candidats devront être dans l'une de ces situations dans le cadre de leur structure en étant préparateur physique dans le staff :

- d'un groupe professionnel de 1ère ou 2ème division professionnelle,
- d'un centre de formation agréé (agrément ministériel),
- d'une équipe première du meilleur niveau féminin,
- d'une sélection nationale à XV et 7,
- d'une structure identifiée dans le Projet de Performance Fédérale (pôle-académie, pôle France),
- d'une équipe Espoirs ou moins de 18 ans d'une association de club professionnel à condition d'être directement concerné par au moins 3 séances de préparation physique par semaine,
- d'une équipe première de division nationale ou fédérale 1 masculine, à condition d'être directement concerné par plus de séances d'entraînement par semaine.

En cas de missions très spécialisées en préparation physique, le candidat devra attester de la possibilité de mettre en œuvre, au cours de la saison, quelques séances sortant de son champ spécifique.
Cette situation d'alternance devra être attestée par le président du club ou le directeur de la structure.

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap moteur.

Contact : Aurélie BARAZER aurelie.barazer@ffr.fr - 0169 63 65 58



DEROULE DE LA FORMATION

La session de formation débutera le 5 juillet 2021 et se terminera le 30 juin 2022.
Les épreuves de sélection se dérouleront le 5 juin 2021.

Le présentiel se compose de 8 séminaires de 3 jours, du lundi au mercredi.

Thématique principale	Dates
Date limite d'inscription	22 mai 2021
Tests de sélection	16 juin 2021
Séminaire 1 : Les exigences du rugby	5 au 7 juillet 2021
Séminaire 2 : L'intégration des contraintes physiques dans l'entrainement en rugby	6 au 8 septembre 2021
Séminaire 3 : Le développement et le maintien de la puissance du joueur – de la joueuse de rugby	27 au 29 septembre 2021
Séminaire 4 : Le développement et le maintien de la vitesse du joueur – de la joueuse de rugby	18 au 20 octobre 2021
Séminaire 5 : La planification / programmation en rugby	11 au 24 novembre 2021
Séminaire 6 : La récupération / la prévention du dopage / la nutrition en rugby	31 janvier au 2 février 2022
Séminaire 7 : La prévention des blessures / le retour à la compétition	Du 28 février au 2 mars 2022
Séminaire de « Spécialisation » - soit sur des outils (quantification, analyse …) - soit sur l'évaluation fonctionnelle des joueurs – joueuses (screening, tests spécifiques) - soit sur des méthodes - soit sur des publics - soit sur le management d'une équipe de Préparateurs Physiques - ….	En mars - avril 2022 (dates à préciser)
Certification	Juin 2022 (date à préciser)

Moyens humains

Les formateurs et intervenants sont des professionnels de la formation, et/ou des professionnels du rugby.

Moyens matériels

Les matériels mis à disposition des stagiaires sont les suivants : matériels pédagogiques classiques, matériels collectifs sportifs, accès à une plateforme de formation en ligne de manière illimitée et contrôlée (temps de connexion calculés).

MODALITES DE CERTIFICATION

Une épreuve de certification permettra d'évaluer le niveau de compétence en fin de formation.

1) Le candidat fait parvenir aux membres du jury, avant l'épreuve :
   - un montage vidéo dans lequel il a été filmé dans des situations d'encadrement de séances de préparation physique.
   - la planification et la programmation dans lesquelles seront positionnées les séances filmées

2) Pendant l'épreuve, le candidat analyse la vidéo produite en précisant :
   - les objectifs visés, en relation avec la planification;
   - les éléments les plus positifs;
   - les éléments qui doivent être améliorés.

3) Le jury questionne le candidat



COUTS DE LA FORMATION

Frais d'inscription aux épreuves de sélection
20 € TTC à joindre au dossier d'inscription

Coûts pédagogiques de la formation
2 850 € HT, 3 420 € TTC
(Soit 15 € HT l'heure de formation)

Frais d'hébergement pour la formation complète (en sus)

L'hébergement et la restauration peuvent être assurés sur place en pension complète (tous les repas et les nuitées) ou demi-pension (repas du midi et dîner uniquement sans hébergement).
Vous pouvez demander un devis à Sandrine.Poulouin@ffr.fr

ORGANISME DE FORMATION

Fédération Française de Rugby
N° déclaration d'activité : 11 91 06625 91 N°
N° Siret : 78440581300089

Code CPF 142157

COORDINATION PEDAGOGIQUE

Yann LE MEUR et Romain HUET

CONTACT

Sur le plan administratif et financier
Sandrine POULOUIN : Sandrine.Poulouin@ffr.fr 01 69 63 64 61

Sur le plan pédagogique
Riadh DJAÏT : Riadh.Djait@ffr.fr 06 75 83 67 24

ACCES AU DOSSIER D'INSCRIPTION EN LIGNE
GUIDE DU FINANCEMENT DE LA FORMATION