



CENTRES D'ENTRAÎNEMENT TERRITORIAUX (CET) CAHIER DES CHARGES

PES Saison 2015 - 2016

1 Constat

1

- A l'entrée en Pôles Espoirs, les M16 ne sont **pas prêts à encaisser la charge** d'entraînement : Passage de 70h de pratique annuelle à **400h**. Conséquence : beaucoup de joueurs ou joueuses blessés dans le 1^{er} trimestre.
- Aspect **aléatoire du « concours »** sur une ou deux journées : peu fiable, besoin de **mieux connaître le joueur ou la joueuse avant le jour des Tests d'entrée**.

2 Objectifs

2

- Améliorer l'identification des talents en amont des Tests d'entrée en Pôles Espoirs.
- Préparer le joueur/la joueuse à « absorber » une **lourde charge d'entraînement hebdomadaire** lors de son entrée en Pôle (multipliée par 6 !)
- Développer des ressources prioritaires notamment sur le plan physique (VMA et Gainage)

3 Méthodologie

3

- Définir une liste « ouverte » de 5 à 20 joueurs/joueuses par Comité territorial regroupés 4 à 5 fois dans l'année sur 2 jours **avec un travail inter sessions** à réaliser à condition que le stagiaire soit accompagné.
- Passage de 70h à 150h

4 Comment définir la liste des 5 à 20 joueurs/joueuses ?

4

- Bien connaître le joueur/la joueuse avant son entrée au CET
 - ▣ Avoir un vrai suivi en amont pendant la saison M14 (compétition clubs, CPS, sélections départementales)

 - ▣ **Sur Quels critères ? Posséder**
 - 1 Qualité: Morphotype ou vitesse ressentie ou Puissance et/ou
 - 1 Superpouvoir (cf. référentiel)

PS : Les pris d'office : les Grands, les Caisses, les Très Rapides

5 Moyens de Fonctionnement

5

□ **Postulat :**

Le CET n'a de sens que si le Travail inter session est réalisé

□ **Périodicité :**

4 à 5 stages de 2 jours par an pour évaluer, conseiller, et missionner le joueur/la joueuse

□ **Subvention FFR** : plafonnée à 7500€ calculée sur la base de 70€ par stagiaire fois le nombre de stages. Le calcul du nombre de stagiaires est effectué sur la base du nombre de conventions signées et remontées à la Fédération Française de Rugby au 31 décembre 2015.

6 Ressources Humaines

6

- 1 Chef de Projet (manager sportif) : si possible le CTS
- 1 représentant du Comité
- Les intervenants ponctuels : pendant les stages
- 1 « tuteur » par stagiaire (entraîneur Club)

7 Contenus Sessions (stage 3 demi-journées)

7

- Accueil matin 11h00
 - présentation du programme du stage

- Pour le premier stage ou pour les nouveaux entrants pendant la saison
 - Présentation du PES
 - Dotation du livret d'entraînement

7 Contenus Sessions (stage 3 demi-journées)

8

DEMI JOURNEE 1 EVALUATION

- Evaluation morphologique
 - Taille assis et taille debout – poids

- Test VMA Luc Leger (bande son fournie)

- Test vitesse (cellules) 10 – 20 - 50m

- Test force et fonctionnel suivre protocole
 - Saut en longueur sans élan
 - Squat
 - Gainage
 - Gainage cervical

7 Contenus Sessions

9

DEMI JOURNEE 2 FORMATION

- Entretien PID (entretien individuel environ 20 minutes)
- Formation technique de base (ateliers et situations réduites)
 - Passe
 - Jeu au pied et réception
 - Plaquage
 - Ruck
 - Attitudes au contact et chute
- Formation à la connaissance de la règle (pour le joueur/la joueuse)
 - Jeu au sol
 - Ruck
 - Hors-jeu

7 Contenus Sessions

10

DEMI JOURNEE 3 PREPARATION INTERSESSION

- Préparation et répétition du travail intersession
 - Le stagiaire va faire la première séance de son travail pour la prochaine intersession
 - Objectif : rendre le stagiaire demandeur et autonome dans sa préparation
 - Les programmes seront adaptés à la durée de l'intersession et au niveau du stagiaire
- Le responsable du CET devra entrer les résultats de ses stagiaires sur le fichier informatique dédié

8 Contenus Inter Sessions

11

- Les contenus d'intersession seront envoyés au responsable du CET du Comité avant le début de l'intersession
- Ces contenus seront produits par le service préparation physique de la direction de la performance de la FFR.
- Les contenus individualisés seront transmis au stagiaire et à son tuteur à la fin du stage
- Une fiche de liaison sera remise à chaque participant à l'issue de chaque CET à l'attention de son tuteur qui la renseignera

9 Relations familles/club/tuteur

12

- Proposer aux entraîneurs et aux parents des stagiaires de venir assister au premier ou au deuxième CET et leur diffuser l'information.
- Présentation de la fiche de liaison
- Présentation et signature de la convention PES.
 - ▣ C'est un document présentant les droits et les devoirs du stagiaire intégré dans le PES de la FFR au 1^{er} rassemblement du CET

Bilan chiffré 14/15

13

- Participation aux CET et entrée en pôle :
 - ▣ Garçons : sur 103 entrants, 91 ont participé au dispositif, 59 ont suivi 3 sessions (57%)
 - ▣ Filles : sur 27 entrantes, 10 ont participé au dispositif, 2 ont suivi 3 sessions (7%)
- 605 stagiaires répertoriés :
 - ▣ Garçons : 492
 - ▣ Filles 113
- 7 comités n'ont pas répertorié de filles

Objectifs 15/16

14

- Améliorer l'intégration des filles
 - Maillage du territoire
 - Mixité
- Réduire le phénomène de turn over
 - Meilleure détection l'année N-1
- Améliorer le retour des informations
 - Respect des échéanciers
- Renforcer les relations :
 - Avec les tuteurs (entraîneur de club prioritairement)
 - Binôme élu/CT
 - CET/manager PES/professeur de pôle
- Améliorer les situations d'évaluation technique :
 - Mise en place d'un groupe de réflexion
 - Expérimentation sur quelques territoires
 - Modifications éventuelles étendues à tout le territoire en 16/17

Guide de procédure 15/16 (1)

15

- Respect de la réglementation d'accueil de mineurs avec hébergement :
 - ▣ Déclaration à jeunesse et sports
 - ▣ Projet pédagogique (fourni en pièce jointe)
- Les CET ne sont pas des centres de préparation de sélection.
- La mixité est obligatoire :
 - ▣ Pas de versement d'aide financière en cas de non respect
- Motif d'exclusion des CET :
 - ▣ Manque d'investissement manifeste
 - ▣ Absences nombreuses et injustifiées

Guide de procédure 15/16 (2)

16

- Conventions :
 - ▣ Retour obligatoire avant le 31 décembre 2015
 - ▣ Financement accordé sur la base du nombre de conventions signées pour les garçons. Pour les filles, la convention n'a pas de caractère obligatoire pour les joueuses éloignées de structure.
- Documents fournis :
 1. Référentiel de performances du haut niveau féminin et masculin
 2. Vidéos de préparation physique
 3. Vidéos de situations techniques
 4. Guide d'entretien individuel
 5. Questionnaires arbitrage
 6. Convention
 7. Programme inter saison
 8. Projet pédagogique sous format word
 9. Fiche liaison chef de projet/stagiaire/tuteur intégrée au fichier de saisie en ligne

Calendrier du CET et des sélections

Doc joint

17

- Féminines :
 - ▣ Challenge U15
 - ▣ Tournoi de détection de fin de saison autour des pôles
- Taddéi garçons :
 - ▣ Déclinaison départementale (dates prises sur la compétition taddei)
 - ▣ Tournoi de fin de saison en commun avec les tournois de détection garçons d'entrée dans les pôles.

Calendrier des Centres d'Entraînements Territoriaux
Saison 2015/2016

Mois	Date	Stage CET	Inter Session CET	Niveau 2 Garçons	Ala Gau	Teu	U15F	Observations	
Juillet/Août		1						Date au choix des territoires	
Septembre	6	1							
	13					Prép XV			
	20					A1	Prép XV		
	27					A2	X		
Octobre	4	2			A3	X			
	11				R	X	10/10		
	18				A4	X			
	25			N2			Inter CD à organiser en territoire		
Novembre	1	2			N2			Inter CD à organiser en territoire	
	8					R	X		
	15					A5	X	14/11	
	22					N2			Inter CD à organiser en territoire
	29					A6	X		
Décembre	6	3			A7	X	5/12		
	13					R	X		
	20					1/8 de N2			Inter CD à organiser en territoire
	27								
Janvier	3	3							
	10					A8	X		
	17					A9	X		
	24					R1	X		
Février	31	4			R	X			
	7					R2	X		
	14					R3	X		
	21					R4	X		
Mars	28	4			R5	X			
	6					¼ de N2			Inter CD à organiser en territoire
	13					R6	X	12/3	
	20					R	X		Tournoi de Wellington U16
Avril	27	5			R	X			
	3					R7	X	2/4	
	10					R8	X		
	17					R	X		Inters comités U15G et U15F. Date déterminée en fonction des logiques territoriales
Mai	24	5			R9				
	1					½ et F N2			
	8					1/8	1/32		Qualifs seven clubs
	15					¼	1/16		Seven tournoi de Paris
Juin	22	5		7	½	1/8			
	29					F	¼	28/5	
	5						½		
	12								Seven clubs
Juil	19	5				F			
	26								
	3								Stage de Soustons U15F
	10								

Tournois de détection fin de saison

Garçons à XV

18

- Toulouse Béziers : Midi Pyrénées, Armagnac Bigorre, Languedoc, Pays Catalan
- Bordeaux, Bayonne : Côte Basque Landes, Béarn, Côte d'Argent, Périgord Agenais
- Dijon, Lakanal : Bourgogne, Franche Comté, Alsace, Lorraine, Ile de France, Flandres
- Hyères, Villefranche : Côte d'Azur, Provence, Corse, Lyonnais, Alpes, Drôme Ardèche
- Ussel : Auvergne, Limousin
- Tours : Bretagne, Centre, Normandie, Pays de Loire, Poitou Charentes

Le manager PES, le professeur de pôle, le coordonnateur de secteur et le chef de projet CET, coordonneront la détection des potentiels en amont des tournois Taddei.

Tournois de détection fin de saison

Filles à effectif réduit

19

- Toulouse Béziers : Midi Pyrénées, Armagnac Bigorre, Languedoc, Pays Catalan
- Bordeaux, Bayonne : Côte Basque Landes, Béarn, Côte d'Argent, Périgord Agenais
- Dijon, Lakanal : Bourgogne, Franche Comté, Alsace, Lorraine, Ile de France, Flandres
- Hyères, Villefranche : Côte d'Azur, Provence, Corse, Lyonnais, Alpes, Drôme Ardèche
- Ussel : 2 Limousin, 2 Auvergne
- Tours : Bretagne, Centre, Normandie, Pays de Loire, Poitou Charentes

Le manager PES, le professeur de pôle, le coordonnateur de secteur et le chef de projet CET, coordonneront la détection des potentielles en amont des tournois.

Annuaire

20

- **Elu en charge du dispositif :**
 - Daniel FALQUE : 06 80 74 47 48 – daniel.falque@ffr.fr
- **Chef de projet :**
 - Francis COSTA – 06 77 53 26 02 – francis.costa@ffr.fr
- **Cellule recherche :**
 - Julien PISCIONE – 01 69 63 65 10 – julien.piscione@ffr.fr
 - Robin LADAUGE – 06 20 71 90 34 – robin.ladauge@ffr.fr
- **Secrétariat :**
 - Fabienne PEYRE – 01 69 63 64 25 – fabienne.peyre@ffr.fr
 - Envoi des conventions : Mathieu BRAUGE – 01 69 63 64 24 – mathieu.brauge@ffr.fr
- **CT en charge du suivi :**
 - Dominique DAVANIER : 06 80 93 76 11 – dominique.davanier@ffr.fr
 - Guillaume LAFONT : 06 20 25 09 99 – guillaume.lafont@ffr.fr
 - Olivier LIEVREMONT : 06 84 48 78 88 – olivier.lievremont@ffr.fr
 - Vincent OUZET : 06 34 48 21 04 – vincent.ouzet@ffr.fr
 - Mickael BOUGNAS : 06 43 27 27 77 – mbougnas@provence-rugby.com
 - Caroline SUNE : 06 07 05 05 62 – caroline.sune@ffr.fr