

ENTRAINEUR 1^{er} DEGRE

LE DIPLOME

- Pour chaque équipe de Minimes, Cadets, Féminines la licence « Entraîneur 1 » est obligatoire
- Chaque diplôme devient un pré requis du diplôme suivant.
- Age minimum requis : 18 ans
- Pour entrer en formation et passer la certification il faut entraîner ou être dans le staff technique d'une équipe.
- Possibilité d'obtenir un diplôme par la Validation des Acquis d'Expérience (VAE)
- Tout stagiaire en formation bénéficie des prérogatives du diplôme visé.
- La Formation, régionale, est de 30 heures.
- Le titulaire du BEES 1^{er} degré est titulaire par équivalence du diplôme d'Entraîneur 1. Il faut demander cette équivalence auprès de la Commission de Formation.
- Inscription auprès de votre Ligue régionale

CONTENU FORMATION ENTRAINEUR 1^{er} DEGRE 30 HEURES

UF 1 : Environnement culturel et institutionnel de la discipline (3h)

Module 1 : Historique et évolution de la discipline (1h)

Module 2 : Organisation du Rugby à XIII (1h)

- En France : les compétitions de jeunes et féminines, la CNJ, la commission de discipline
- Dans le monde, Australie/NZ/GB

Module 3 : Statuts et règlements (1h)

- Licence/Surclassement/Mutation
- Feuilles de match/Cartes Fédérales

Document Support :

- K7 TV
- Tout Savoir
- Classeur Fédéral
- Comparatif
- Feuille de match / bordereau de licence

UF 2 : Pédagogie de la pratique sportive (8h)

Module 1 : Connaissance anatomique, physio, psycho des publics (2h)

- 12-14 ans
- 14-16 ans
- Féminines
- Connaissance des publics (anatomie, physio, psycho)
- Prévention du joueur
 - Hygiène de vie
 - Conduites à risques
 - Blessures

Module 2 : La démarche pédagogique (4h)

- Méthodologie
- Organisation des séances

Module 3 : Méthodologie de l'entraînement (2h)

- Le rôle de l'entraîneur
- Planification / programmation
- Observation / évaluation

UF 3 : Accès à la performance en Rugby à XIII (19h)

Module 1 : Les règles du jeu (1h)

- Connaissances des règles du Rugby à XIII
- Prise de conscience de l'importance de la connaissance du règlement (recul par rapport à l'arbitre, formation du joueur sur les règles du jeu)

Module 2 : La théorie du jeu (3h)

- Les principes du jeu : gestion chaîne tactique, les zones de jeu, les rôles et postes.
- La structuration du jeu

Module 3 : La performance (15h)

- Aspects techniques (4h)
 - Passe/réception
 - Jeu au pied (haut, long, court)
 - Placages
 - Tenue du ballon (course, contact)
 - Le tenu (réalisation, ½ tenu)
 - Les appuis/esquive (cadrage, raffut, crochet)
 - Libération balle contact
- Aspects tactiques (4h)
- Bases de la préparation physique (5h)
 - Les filières
 - Le volume et les formes de travail
 - La mise en pratique (terrain, fiches)
- La formation du joueur (2h)
 - La technique individuelle
 - La tactique individuelle (1/1, 2/1, 2/2, 3/2)

Doc. Support :

- Les règles du jeu
- Répertoire des 100 exercices

EXAMEN

UF 1 (coef. 1) :

- QCM général

UF 2 (coef. 3) :

- Devoir de deux à quatre pages, sur un thème recouvrant les contenus de l'UF 2 adapté à un problème réel de terrain, qu'il rencontre lui-même dans son activité d'entraîneur en club

UF 3 (coef. 6) :

- Une séance théorique ou pratique (prévenir au préalable l'entraîneur) en fonction des possibilités des ligues coef. 3
- Un QCM d'arbitrage coef. 1
- Une situation technique et 1 technico-tactique (expliquer, corriger) coef. 2