



# **Le dispositif de certification du diplôme ENTRAÎNEUR FEDERAL**

Saison  
2015/2016

30, rue de l'Echiquier 75010 PARIS  
Tel : 33.01.75.44.97.57 - Fax : 33.01.48.00.07.02  
Adresse Email : [contact@ffr13.fr](mailto:contact@ffr13.fr)  
Visitez le site internet de la FFR XIII : [www.ffr13.fr](http://www.ffr13.fr)

# Sommaire

<b>1. Les compétences attendues .....</b>	<b>2</b>
<b>2. Les Unités Capitalisables.....</b>	<b>2</b>
<b>3. La répartition des heures de formation .....</b>	<b>2</b>
<b>4. Le référentiel de certification .....</b>	<b>2</b>
<b>5. Les modalités de certification .....</b>	<b>6</b>

L'**Entraîneur Fédéral** prend en charge un groupe de joueur constituant une équipe à l'occasion des entraînements et des compétitions, selon le projet sportif annuel qu'il a défini, avec des intentions de victoire et de progrès.

### **1. Les compétences attendues**

- Comprendre le contexte culturel, institutionnel et environnemental du rugby à XIII en France
- Définir un projet sportif pour son équipe
- Adapter son niveau d'intervention au public visé
- Construire, mener et articuler des séances d'entraînement
- Avoir son « style » d'entraîneur

### **2. Les Unités Capitalisables**

- **UC 1** : EC de s'inscrire dans le contexte culturel, institutionnel et environnemental du rugby à XIII en France,
- **UC 2** : EC de définir et mettre en œuvre un projet sportif pour son équipe,
- **UC 3** : EC de construire et mener une séance d'entraînement en rugby à XIII,
- **UC 4** : EC d'encadrer le rugby à XIII en sécurité.

### **3. La répartition des heures de formation (28h)**

- **UC 1** : 3h
- **UC 2** : 7h
- **UC 3** : 14h
- **UC4** : 4h

### **4. Le référentiel de certification**

<b>UC 1 : EC de s'inscrire dans le contexte culturel, institutionnel et environnemental du rugby à XIII en France (3h)</b>		
Compétences attendues	Objectifs terminaux	Contenus de formation
<b><i>Comprendre le contexte culturel, institutionnel et environnemental du rugby à XIII en France</i></b>	EC de comprendre les grandes lignes de l'histoire du rugby à XIII	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'histoire du rugby à XIII</li> </ul>
	EC de se situer dans l'environnement du club	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'environnement de l'entraîneur</li> </ul>
	EC de se situer dans le mouvement fédéral	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La FFRXIII et ses organes déconcentrés</li> <li>• La CNJ</li> <li>• La Commission des Féminines</li> <li>• La Commission des Divisions Fédérales</li> <li>• La Commission de la Division Nationale</li> <li>• La Commission XIII Fauteuil</li> </ul>
	EC d'identifier les différents documents fédéraux	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les statuts et les règlements</li> </ul>
	EC de se situer parmi les institutions du mouvement sportif français	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le schéma du mouvement sportif en France</li> </ul>
<b>UC 2 : EC de définir et mettre en œuvre un projet sportif pour son équipe (7h)</b>		
Compétences attendues	Objectifs terminaux	Contenus de formation
<b><i>Définir le projet sportif</i></b>	EC d'identifier les composantes de la performance en rugby à XIII et d'en construire les contenus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les composantes de la performance</li> </ul>
	EC d'évaluer ses joueurs et son équipe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les évaluations initiales (tests...)</li> </ul>
	EC de fixer des objectifs en adéquation avec l'analyse du contexte	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La définition des objectifs</li> </ul>
<b><i>Mettre en œuvre le projet sportif</i></b>	EC de planifier et programmer la saison	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les principes de la planification</li> <li>• Les cycles</li> <li>• La progression</li> </ul>
	EC d'évaluer les écarts entre les résultats obtenus et les objectifs fixés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les évaluations intermédiaires (tests, stat...)</li> <li>• Les bilans</li> <li>• Les prospectives</li> </ul>

**UC 3 : EC de construire et mener une séance d'entraînement en rugby à XIII (14h)**

Compétences attendues	Objectifs terminaux	Contenus de formation
<b>Construire une séance d'entraînement</b>	EC de préparer une séance d'entraînement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les lois de la séance d'entraînement</li> <li>• La définition d'objectifs</li> <li>• Le choix des situations par rapport aux objectifs</li> <li>• Le choix des situations par rapport aux comportements attendus</li> <li>• Les critères de réussite</li> <li>• Les répertoires d'exercices</li> </ul>
	EC de renforcer les fondamentaux techniques	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestuelle avec ballon (porter, grip, passer, attraper...)</li> <li>• Le tenu (2 temps, 3 temps, sur le ventre, sur le dos...)</li> <li>• Le placage (de face, aux jambes, à plusieurs...) et les marqueurs</li> <li>• Le jeu au pied</li> </ul>
	EC de permettre le développement de la prise de décision tactique chez les joueurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En attaque : surnombre, choix de passe, soutien, position...</li> <li>• En défense : type de placage, épaule engagée, position...</li> <li>• Orientation et angles de courses</li> </ul>
	EC de permettre le développement des capacités physiques des joueurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les grands principes de la préparation physique</li> <li>• Le renforcement musculaire</li> <li>• L'endurance</li> <li>• La coordination, proprioception, vitesse et vivacité</li> <li>• La souplesse</li> </ul>
	EC de développer les aptitudes psychologiques des joueurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La motivation</li> <li>• L'affectivité</li> <li>• La dureté au mal</li> <li>• La discipline</li> </ul>
	EC d'utiliser les principes généraux de jeu en attaque et en défense	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les structures de jeu en attaque et en défense</li> <li>• Le jeu autour du tenu</li> </ul>

<b><i>Mener une séance d'entraînement</i></b>	EC d'énoncer les comportements attendus	• Les critères de réalisation
	EC d'observer et corriger individuellement et collectivement ses joueurs et son équipe	• L'observation
	EC d'adapter les situations proposées	• Les adaptations/évolutions possibles des situations en fonction des réactions des joueurs
	EC d'animer une séance d'entraînement	• Les différents modes d'intervention
<b><i>Adapter son niveau d'intervention au public visé <sup>1</sup></i></b>	EC de prendre en compte les caractéristiques du public dans la construction et la conduite de la séance d'entraînement	• Les caractéristiques : <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Anatomiques</li> <li>○ Physiologiques</li> <li>○ Informationnelles</li> <li>○ Affectives</li> </ul>
	EC de définir les particularités et les exigences du niveau de compétition	• La connaissance des compétitions
	EC de gérer son groupe	• La gestion de groupe
<b>UC 4 : EC d'encadrer le rugby à XIII en sécurité (4h)</b>		
<b>Compétences attendues</b>	<b>Objectifs terminaux</b>	<b>Contenus de formation</b>
<b><i>La protection des joueurs</i></b>	EC d'assurer la sécurité des joueurs	• La responsabilité de l'entraîneur • Les blessures les plus fréquentes • La gestion des blessures
	EC d'agir avec un comportement éthique	• Le comportement de l'entraîneur • L'éthique sportive
	EC d'expliquer les comportements dangereux et répréhensibles	• Les lois du jeu par rapport à l'intégrité physique du joueur • Les gestes dangereux • Les règles du jeu
<b><i>La prévention des blessures</i></b>	EC de prévenir les blessures des joueurs	• Les règles d'hygiène de vie • Les étirements

<sup>1</sup> Contenus de formation différents selon la mention

## **5. Les modalités de certification**

### **✓ *La présentation-entretien du cahier d'entraîneur (épreuve 1)***

Cette épreuve permet d'évaluer le candidat sur sa capacité à concevoir un projet d'entraînement. La validation de cette épreuve permet de valider l'**UC1 « EC de s'inscrire dans le contexte culturel, institutionnel et environnemental du rugby à XIII en France »** et l'**UC2 « EC de définir et mettre en œuvre un projet sportif pour son équipe »**.

#### **Protocole de l'épreuve :**

- Le candidat s'appuie sur un document rédigé, le cahier d'entraîneur, présentant l'intégralité du projet (conception, mise en œuvre, bilan).
- Le document support devra être remis aux évaluateurs le jour de l'évaluation.
- La durée de l'épreuve est de 30 minutes maximum.
- Déroulement de l'épreuve :
  - le candidat présente son cahier d'entraîneur ;
  - il répond ensuite aux questions des évaluateurs.

### **✓ *La séance d'entraînement (épreuve 2)***

Cette épreuve permet d'évaluer le candidat sur sa capacité à concevoir et mener une séance d'entraînement. La validation de cette épreuve permet de valider l'**UC3 « EC de construire et mener une séance d'entraînement en rugby à XIII »** et l'**UC4 « EC d'encadrer le rugby à XIII en sécurité »**.

#### **Protocole de l'épreuve :**

- Le candidat prépare une séance incluse dans son projet sportif (cahier d'entraîneur).
- Il propose au jury la date et le lieu de l'évaluation (avec son équipe ou celle avec laquelle il a effectué son stage).
- Après validation, il choisit le thème au regard de sa programmation.
- Déroulement de l'épreuve :
  - le candidat conduit la séance d'entraînement qu'il a préparé (entre 45 minutes et 1h30) ;
  - la séance est suivie d'un entretien avec les évaluateurs (30 minutes maximum).