



Comment créer une section « Rugby à 5 santé » ?

Janvier 2024



Les avantages pour le club

- Jouer un rôle dans la société, s'ouvrir à la cohésion sociale autour de la thématique de la santé
- Donner envie et du plaisir à pratiquer une activité sportive adaptée avec un ballon de rugby
- Recruter pour le club de nouveaux licenciés Rugby Loisir sans placage
- Connaître et nouer des relations avec les professionnels de santé du territoire
- Sortir du «tout compétition»
- Proposer aussi aux parents qui paient et transportent les enfants aux séances de rugby une activité qui leur est adaptée.



Avantages pour les pratiquants

- Une section rugby santé est un vrai atout pour votre club et pour les pratiquants, elle s'adresse à celles et ceux : Porteurs d'une affection longue durée (ALD type cancer, diabète...) dans le cadre de la prévention primaire, secondaire et tertiaire.
- Possédant un certificat de non contre-indication spécifique et une prescription d'activité physique sportive adaptée par un médecin (facultatif).

1

Des bienfaits sur les aspects physiques, mentaux, sociaux des pratiquants

2

Une meilleure tolérance à certains traitements

3

Une amélioration de la qualité de vie des pratiquants

Les prérequis



☐ Une motivation forte de tout **le bureau du club**, président.(e) en tête



☐ Un Professionnel de santé **réfèrent**



☐ Un **éducateur** motivé pour s'investir, titulaire du BF Rugby à 5 Niveau 2 Santé (ou en cours de formation)



☐ Un potentiel de **licencié.(es) clairement identifiés**

Création d'une section Rugby à 5 «santé» 1/2



L'ENCADREMENT RÉFÉRENT MINIMUM :

- Le président de la structure support FFR
- 1 dirigeant.e Santé de la structure support FFR
- 1 référent.(e) médical.e ou paramédical.(e) (il ou elle accompagnera l'éducateur dans le suivi des pratiquant.(es) et effectuera le lien avec le médecin prescripteur si nécessaire. Sa présence n'est pas obligatoire lors des séances de rugby à 5)
- 1 éducateur titulaire ou en cours de formation du Brevet Fédéral Rugby à 5 Niveau 2 « Santé » ou d'un diplôme d'Etat Rugby.

CET ENCADREMENT CLUB MINIMUM SERA EN RELATION AVEC :

- Le référent Rugby à 5 Santé de la Ligue : Raphaël AVANOZIAN - raphael.osteo@gmail.com
- Le médecin référent de la Ligue : José GADEA - josegadea83200@gmail.com

Création d'une section Rugby à 5 «santé» 2/2



- Pour sa création, **le référent de la section Rugby à 5 « Santé » contactera le référent Rugby à 5 Santé de la Ligue Sud.** Ils valideront, avec le concours du référent médical Ligue et du référent technicien Ligue, le respect du cahier des charges.
- Suite à cette validation, **le référent de la section devra transmettre la déclaration à la Ligue Sud** (à l'attention de raphael.osteo@gmail.com), la demande sera étudiée par le référent rugby santé, puis sera transmise pour validation à la FFR pour officialiser l'ouverture et être référencée à la FFR (annuaire national des sections rugby santé).

Les conditions à remplir d'une Section Rugby à 5

« Santé » : 1/2



Référencement officiel FFR :

- Auprès du groupe de pilotage « Direction Sportive et Comité Médical de la FFR ».

La structure d'accueil :

- La section est rattachée à un Club, à un Comité Départemental ou à une Ligue Régionale, structure affiliée à la FFR.
- Pour l'accueil des participants, elle met à disposition des vestiaires, un terrain en herbe ou synthétique et si possible l'accès à un gymnase pour la période hivernale.
- La section prévoit de pouvoir accueillir dans de bonnes conditions de 10 à 30 pratiquants pour 1 à 2 séances hebdomadaires.

Les conditions à remplir d'une Section Rugby à 5

« Santé » : 2/2



Evaluation des pratiquants :

- L'évaluation des pratiquant.(es) est obligatoire pour les sections « Santé » afin de rendre compte sur l'évolution de l'état de forme du pratiquant.(e) et d'évaluer les bienfaits de la pratique.

Le protocole défini par la FFR reprend celui du CNOSF. Il permet d'évaluer l'état de forme à l'arrivée au club, en début et en fin de la saison. Cette évaluation sera effectuée par

L'évaluation portera sur :

- ✓ L'état de forme général,
- ✓ L'efficacité du contrôle de la posture,
- ✓ L'endurance cardio-respiratoire,
- ✓ La force musculaire,
- ✓ La souplesse,
- ✓ La mobilité fonctionnelle.

Afin d'alimenter la base de données fédérales, les sections Rugby à 5 « Santé » transmettront les données des évaluations (début de saison/fin de saison) à la Direction Sportive de la Fédération Française de Rugby.

Les éducateurs rugby à 5 santé

Les éducateurs des sections santé doivent être titulaires du BF Rugby à 5 Niveau 2 Santé :

Prérequis pour postuler :

✓ Avoir le Brevet Fédéral Rugby à 5 niveau 1 (LIFR) ou équivalence.

Le Brevet Fédéral Rugby à 5 Niveau 2 Santé :

Il est composé d'une formation théorique (e-learning par l' Université Virtuelle Francophone de Médecine du Sport) et d'une formation pratique (2 jours en présentiel à Marcoussis).

À noter :

✓ *Les cours portent sur le cadre général de la section, les différentes pathologies ou encore les bienfaits de la pratique*

✓ *Les inscriptions se font auprès de la F.F.R.*

Développement

Afin de développer votre Section, vous pouvez contacter :

- Les professionnels de santé de ville
- Les maisons de santé de votre département
- Les hôpitaux et leurs services concernés
- La Ligue contre le Cancer de votre département
- Les forums des associations de votre commune
- Les associations liées à la santé de votre secteur

Mais aussi :

- Distribuer des flyers
- Inciter vos pratiquants à déposer des flyers auprès de leur médecin traitant
- Partager vos activités sur les réseaux sociaux



Quelques conseils

- ☐ Organiser et préparer la section bien en amont de la première séance afin que celle-ci soit rassurante pour les pratiquant(es)
- ☐ Organiser le recrutement des pratiquants en commençant au sein du club (parents, grands-parents, bénévoles du club).
- ☐ Faire pratiquer les professionnels de santé pour démontrer les bienfaits de l'activité

Référent Rugby à 5 Santé de la Ligue Sud

Raphaël AVANOZIAN
raphael.osteo@gmail.com

Ligue Sud Rugby - Maison Régionale Du Rugby
579 Avenue Jean Moulin 83220 Le Pradet
2013n@ffr.fr
04 94 41 17 40

