

LIVRET

RUGBY SANTÉ



FFR



**RUGBY
SANTÉ**

1

PRÉSENTATION DU RUGBY SANTÉ

Le Rugby Santé est une activité adaptée du Rugby à 5 : une pratique loisir sans plaquage, proposée par la FFR qui se caractérise par le toucher à deux mains pour stopper la progression de l'adversaire porteur de balle.

**L'ACTIVITÉ EST MIXTE,
HOMMES ET FEMMES
PEUVENT JOUER
ENSEMBLE !**



La Section Rugby Santé accueille des personnes en prévention primaire, secondaire ou tertiaire, souhaitant pratiquer une activité « Santé » après l'obtention d'une prescription médicale associée au certificat de non-contre-indication à la pratique du Rugby à 5 « Santé »

➤ Sport sur ordonnance.

2

LES BIENFAITS DE L'ACTIVITÉ ET LES POINTS FORTS POUR LE CLUB

POUR LE CLUB

- › Diversifier son offre de pratiques
- › Accueillir des personnes éloignées de l'activité physique et sportive
- › Accueillir et fidéliser de nouveaux licenciés
(78% des pratiquants ne jouaient pas au rugby avant de rejoindre une section Santé – enquête FFR 2024)
- › Augmenter le nombre de bénévoles/dirigeants au sein du club
- › Impliquer de nouveaux partenaires sensibilisés au bien-être et à la santé



POUR LE PRATIQUEUR

- › Pratiquer une activité sportive et collective, adaptée à sa condition physique
- › Développer ses capacités physiques
(capacité cardio-respiratoire, renforcement masse musculaire)
- › Améliorer le lien social
- › Développer son estime de soi et sa relation aux autres
- › Réduire les effets indésirables des traitements et améliorer sa qualité de vie en générale



3

CRÉATION DE LA SECTION RUGBY SANTÉ, LES PRÉREQUIS

**POUR DÉVELOPPER UNE SECTION
RUGBY SANTÉ ET ACCUEILLIR
LES PRATQUANTS DANS LES MEILLEURES
CONDITIONS, LA SECTION DOIT RESPECTER
LE CAHIER DES CHARGES :**

A

**APPARTENIR
À UNE STRUCTURE AFFILIÉE
À LA FFR : CLUB,
COMITÉ DÉPARTEMENTAL,
LIGUE RÉGIONALE**

B

**NOMMER
UN ENCADREMENT
RÉFÉRENT (DIRIGEANT,
RÉFÉRENT MÉDICAL
OU PARA MÉDICAL,
ÉDUCATEUR)**

C

**RÉALISER LES DÉMARCHES
D'OUVERTURE,
EN SE DÉCLARANT AUPRÈS
DE SA LIGUE RÉGIONALE
D'APPARTENANCE**

D

**LICENCIER SES PRATQUANTS
VIA LA LICENCE « RUGBY
LOISIR SANS PLAQUAGE »,
ACCESSIBLE DÈS 14 ANS
POUR LES GARÇONS
ET 15 ANS POUR
LES FILLES**

4

LES PARTIES PRENANTES DU PROJET



L'ÉDUCATEUR RUGBY SANTÉ

- › Responsable de l'animation de l'activité Rugby Santé, adaptée aux plus fragiles, et du respect des règles aménagées
- › Titulaire ou en cours de formation du Brevet Fédéral Rugby à 5 Niveau 2 « Santé » ou d'un diplôme d'Etat Rugby.



LE RÉFÉRENT MÉDICAL OU PARA-MÉDICAL

- › Accompagne l'éducateur dans le suivi des pratiquants
- › Conseille l'éducateur pour adapter la pratique en fonction des pathologies des pratiquants, dans le respect du secret médical
- › Effectue le lien avec le médecin prescripteur, si nécessaire
- › Présence non obligatoire sur les séances



LE DIRIGEANT DU CLUB

- › Soutien la section Rugby Santé dans sa création et son développement, au sein du club
- › Soutien l'éducateur dans son investissement pour la promotion et l'organisation de la section Rugby Santé

5

LA FORMATION « RUGBY SANTÉ »

Les éducateurs des sections Rugby Santé doivent être titulaires du Brevet Fédéral Rugby à 5 – Niveau 2 Santé (ou en cours de formation), organisée par l'INEF (Institut National de l'Emploi & de la Formation) de la FFR.

La formation de 55 heures s'effectue à distance et se finalise lors d'un séminaire au Centre National de Rugby à Marcoussis.



LES PRÉ-REQUIS

- Être licencié dans une association affiliée à la FFR
- Être titulaire du PSC1
- Être titulaire du **Brevet Fédéral Rugby à 5 – Niveau 1 « Loisir-Bien-Être »** ou en cours de formation ou titulaire d'un brevet fédéral FFR donnant l'équivalence

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Conceptualiser, animer et évaluer des séances de Rugby Santé
 - Mieux comprendre les différentes pathologies.
- Approfondir les compétences requises à l'encadrement de pratiquants dans le cadre du sport sur ordonnance

6

OUTILS PÉDAGOGIQUES



**PAGE YOUTUBE
« RUGBY SANTÉ »**



7

ACCOMPAGNEMENT FFR

POUR ACCOMPAGNER LE DÉVELOPPEMENT DES SECTIONS « RUGBY SANTÉ », LA FFR OFFRE À CHAQUE SECTION SANTÉ, ACTIVE ET DÉCLARÉE À LA FFR PAR LA LIGUE RÉGIONALE, UN KIT RUGBY SANTÉ COMPOSÉ DE :



**1 SAC DE MATÉRIEL
RUGBY SANTÉ**



**10 BALLONS OFFICIELS
RUGBY SANTÉ (TAILLE 4)**

1 DYNAMOMÈTRE



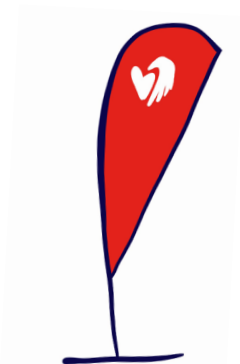
1 LOT DE PLOTS



**20 CHASUBLES
RÉVERSIBLES
RUGBY SANTÉ**

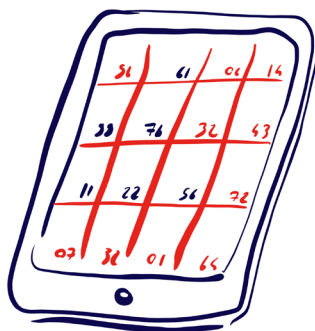


**10 CHASUBLES
OUVERTES RUGBY SANTÉ**



2 ORIFLAMMES

**APRÈS 1 AN
D'EXISTENCE,
UN PROGRAMME
« PILOTE »
SUR CANDIDATURE
EST PROPOSÉ
AUX SECTIONS
RUGBY SANTÉ**



LES SECTIONS RUGBY SANTÉ DU PROGRAMME PILOTE S'ENGAGENT À :

- Participer à une récolte de données nationales, suivie par la FFR
- Accompagner les demandes de projet d'ouverture de sections Rugby Santé, à proximité
 - Participer aux événements organisés par la FFR (colloque Rugby Santé, festival « Rugby Santé »...)
 - Compléter un bilan d'activité de fin de saison

AFIN DE PARTICIPER À LA RÉCOLTE DES DONNÉES PHYSIOLOGIQUES, LES SECTIONS DU «PROGRAMME PILOTE» REÇOIVENT UNE DOTATION COMPLÉMENTAIRE :

- 1 kit de 10 cardiofréquencemètres
- 1 tablette pour le suivi des données
- La prise en charge de la formation d'un éducateur, au Brevet Fédéral Rugby à 5 – Niveau 2 « Santé »

NOTES

SANTÉ
RUGBY
5



Le RUGBY
POUR PRENDRE SOIN
de VOUS

Rejoins-nous!



**EN SAVOIR
PLUS**

WWW.FFR.FR



**PAGE YOUTUBE
« RUGBY SANTÉ »**



**CAHIER DES CHARGES
« RUGBY SANTÉ »**



**PAGE
« RUGBY SANTÉ »
SUR FFR.FR**



**PAGE
DE L'INEF**

