

30

NOV. 2018

TECH XV
MAG

**UNE
GÉNÉRATION
PLEINE
D'ESPOIRS**

TECHXV
REGROUPEMENT DES ENTRAÎNEURS
ET DES ÉDUCATEURS DE RUGBY



TOP 14 RUGBY

FINALE

STADEFRANCE®

15 JUIN 2019

BILLETTERIE SUR LNR.FR



4

TECH XV INFOS

Rapide...
mais précis

REPORTAGE

Une génération
pleine d'espoirs

20

TECHNIQUE

La dimension
mentale en rugby



4, rue Jules Raimu - 31200 Toulouse
Tél. 05 61 50 28 40 - infos@techxv.org
www.techxv.org

Directeur de la publication : Alain Gaillard • **Responsables de la rédaction :** Jean-Paul Cazeneuve et Marion Pélissier
Rédaction : Mickaël Campo, Jean-Paul Cazeneuve, Tom Chollon, Alain Gaillard, Matthieu Gherardi, Cyrille Pomaro • **Création et réalisation graphique :** 31mille
Impression : Imprimé à 2 600 exemplaires sur du papier blanchi sans chlore issu de forêts gérées durablement et imprimé avec des encres végétales par l'entreprise Indika (Label national Imprim'Vert et certifiée FSC et PEFC, certification ISO 14001) • Tous les articles spécifiés comme tels sont certifiés • **Illustrations :** Philippe Guillot [31mille] • **N° ISSN :** 2115-4783



ÉDITO

C
hers collègues,

La France a remporté pour la première fois le championnat du monde de rugby à XV des moins de 20 ans, en battant l'Angleterre 33-25 le Dimanche 17 Juin 2018, victoire on ne peut plus oxygénante, tellement grandes furent les difficultés du rugby français à l'international ces dernières années, et la formation française vilipendée !

C'est pourquoi nous avons tenu dans ce nouveau magazine, à travers la glorieuse aventure humaine des Bleuets champions du monde 2018, à mettre en exergue les problématiques et les caractéristiques de la formation française des années 2010. Mais si l'on veut traiter de la formation du joueur, il est nécessaire, au préalable, d'avoir anticipé le jeu de rugby que nous voulons pratiquer à l'horizon 2030, son évolution.

En effet, nous nous devons de préparer, dès maintenant, le joueur en capacité de le pratiquer, c'est-à-dire de mettre en œuvre des processus de formation clairs et précis, progressifs et en continuité tout au long du cursus, de l'école de rugby jusqu'à la post formation.

La FFR, avec l'aide de la DTN, a entrepris la refonte de la formation du joueur à l'école de rugby avec des mesures qui nous paraissent aller dans le bon sens, prônant le retour à des formes de jeu où l'évitement prend toute sa place, en toute sécurité pour l'enfant.

Il nous paraît indispensable de se pencher sur la formation technico-tactique du joueur dès son plus jeune âge, sa gestuelle et sa lecture du jeu, l'art d'aller jouer là où c'est le plus facile, celui de la recherche et de la perception des espaces libres.

Tout aussi indispensable, la volonté affichée également d'améliorer la qualité de la formation des éducateurs sans laquelle rien ne sera possible.

Pour autant, cette nécessaire volonté de refonte de la formation à l'école de rugby afin de construire un rugby où l'évitement aura toute sa place, joué dans la plus grande sécurité par des joueurs en capacité de le réaliser, grâce à une formation adaptée de qualité, ne sera pas suffisante si, concomitamment, elle n'est pas suivie des mêmes efforts tout au long de la chaîne de formation.

Ceci implique, *a fortiori*, un plus grand investissement de la part des clubs, en termes de structures, de formation et de reconnaissance des encadrements.

Quel jeu ? Quel joueur ? Quelle formation ? Quels éducateurs et entraîneurs ?

Dans les réponses qui seront apportées, réside, à n'en pas douter, l'avenir du rugby français.

Bonne lecture à tous et bonne continuation.

Cordialement

Alain Gaillard,
Président de TECH XV

LE COMITÉ DIRECTEUR SE PROJETTE

Le 18 septembre dernier, les élus de TECH XV se sont retrouvés afin de faire un point étape sur le projet TECH XV 2017/2020 adopté en mai 2017 fixant les objectifs de développement, d'offre à l'adhérent, de structuration et d'accompagnement de la profession.

Pour la saison 2018/2019 les principaux chantiers sont :

La montée en compétences des membres des staffs avec la création des certificats en capacité de préparateur physique rugby, analyste de la performance rugby et d'une formation sur l'accompagnement mental à la performance.

La révision de la CCRP avec l'intégration des préparateurs physiques, des entraîneurs spécifiques et managers sportifs ainsi que la mise en place du dispositif de la redevance permettant la rémunération de l'image individuelle de l'entraîneur. L'accompagnement des CRT dans le cadre de la réforme territoriale et des emplois sportifs.

Et enfin, la poursuite des travaux sur les risques médico - psychosociaux auprès des staffs professionnels avec le lancement d'une nouvelle enquête pour **identifier les causes des risques repérés et mettre en place un plan d'actions** (actions de prévention, de formation et d'accompagnement).

CARE : COMMISSION D'AIDE AU RETOUR À L'EMPLOI

Suite à une demande de TECH XV, le Comité Directeur de la LNR a approuvé en juin dernier la création de la CARE, Commission d'Aide au Retour à l'Emploi des Entraîneurs.

Le vendredi 12 octobre a eu lieu la toute première Commission. Avec un fonds de 20 000 € alloué par la LNR, les membres représentants de TECH XV, de l'UCPR et de la LNR déterminent l'aide au financement de projet de formation des entraîneurs du secteur professionnel.

Lors de cette première réunion, le Règlement Intérieur a été adopté et le premier dossier étudié.

L'objectif de ce fonds social est de faciliter le financement de formations visant une reconversion ou un retour à l'emploi aux salariés (hors joueurs) soumis à la Convention Collective du Rugby Professionnel (contrat homologué par la LNR) et ayant eu un contrat dans les 5 années précédant la demande.

Ceci est une grande avancée dans la gestion de carrière des entraîneurs.

**RAPIDE...
MAIS
PRÉCIS**

LA FEP SE RÉUNIT

LA FEP s'est réunie le 16 Octobre dernier dans les locaux de TECH XV pour échanger sur les dossiers en cours et l'actualité de ses membres.

Au programme : la nouvelle contribution de la FEP sur la gouvernance du sport, la profession réglementée, le statut et le parcours des professionnels de l'enca-drement...



FORMATION « INITIATION À L'ANALYSE VIDÉO »

Depuis maintenant deux saisons, l'IFER propose une formation « **initiation à l'analyse vidéo** » dispensée par Serge Fourquet, analyste vidéo de l'UBB.

En ce début de saison, trois formations ont été réalisées auprès d'une dizaine de stagiaires. Deux nouvelles formations sont d'ores et déjà programmées à Clermont (14 et 15 Février 2019) ainsi qu'à Montpellier (28 Février et 1^{er} Mars 2019).

PLUS D'INFORMATIONS

nils.gouisset@techxv.org // 01 55 07 87 45

ENTRAÎNEURS, FORMEZ-VOUS

Les formations IFER, dans le cadre du catalogue de la branche Sport via UNIFORMATION, sont accessibles aux entraîneurs en inter-contrats demandeurs d'emploi de la branche sport (entraîneurs, préparateurs physiques, responsables de la formation...).

Cette année, 4 formations sont programmées lors du 1^{er} semestre 2019 :

- MANAGEMENT D'ÉQUIPE > 17 et 18 Janvier 2019
- LE RÉSEAU PROFESSIONNEL > 5 et 6 Février 2019
- PERFECTIONNEMENT DE L'ANGLAIS SPÉCIFIQUE À UNE DISCIPLINE > 5 et 6 Mars 2019
- MANAGEMENT DE PROJET CLUB > 14 et 15 Mars 2019

À noter que le coût de la formation est pris en charge par UNIFORMATION et les frais annexes remboursés sur justificatifs.

CONTACT

nils.gouisset@techxv.org // 01 55 07 87 45

TECH XV : ADHÉSION

LA CAMPAGNE D'ADHÉSION BAT SON PLEIN POUR LA SAISON 2018/2019 !

Pour qui ?

Tous les éducateurs, entraîneurs, préparateurs physiques - titulaires d'un diplôme permettant d'encadrer contre rémunération - et les analystes rugby exerçant leur activité « rugby » à temps complet ou partiel, en activité principale, accessoire ou en recherche d'un nouveau contrat.

Il est important de noter que **66%** du montant de la cotisation est **déductible de l'impôt sur le revenu**.

Mode de paiement

Il existe plusieurs modes de règlement possibles dont le prélèvement qui peut être réalisé de manière unique ou récurrente.

En espérant vous compter parmi nos adhérents !

CONTACT

infos@techxv.org // 05 61 50 28 40

SALAIRES CCNS

En Juin dernier, les partenaires sociaux de la branche sport ont conclu un avenant à la Convention Collective Nationale du Sport sur les salaires.

À compter du 1^{er} Janvier 2019, une Revalorisation du salaire minimum de 2% est prévue : le Salaire Minimum Conventionnel (SMC) passera alors à 1 447,53 €.

Pour rappel au 1^{er} Avril, le SMC était fixé à 1 419,15 €.

CONSULTEZ LE TABLEAU SUR www.techxv.org

UNE GÉNÉRATION PLEINE D'ESPOIRS





Photo : © J. Picarel - FFR

“

*... Il faut dans le parcours
du joueur de la continuité
dans le projet de jeu,
de la confiance entre joueurs
mais aussi avec
les entraîneurs ...*

”

Le 17 juin 2018 au Stade de la Méditerranée, l'équipe de France des moins de 20 ans était sacrée championne du monde.

En finale, la nouvelle vague du rugby tricolore s'est imposée face à l'Angleterre 33 à 25, après avoir éliminé la Nouvelle-Zélande en demi-finale et remporté toutes les rencontres de la compétition. Le rugby français attendait l'événement depuis 2006, dernier titre mondial décroché par les moins de 21 ans à Clermont-Ferrand. Aujourd'hui, tous les regards sont braqués sur cette génération qui suscite beaucoup d'espoirs mais qui soulève aussi, avec ce titre, un certain nombre de questions.

Comment aider ces joueurs à grandir, à se développer, à gagner du temps de jeu ? Comment, s'il fallait résumer le défi proposé, en faire les acteurs majeurs de la relève, autrement dit de la future équipe de France à l'horizon 2023 ?

Dans ce 30^e numéro, TECH XV s'invite dans le débat à travers plusieurs reportages au sein de clubs où évoluent nos champions du monde, mais aussi grâce aux témoignages de tous les acteurs du rugby concernés par les nombreux aspects de cette problématique.

**En première ligne,
l'entraîneur,
Sébastien Piqueronies**

Qui est-il, ce technicien de 40 ans ? Un professeur d'Éducation Physique, ancien joueur d'Aurillac et de l'ASM, responsable du Pôle Espoir du lycée Jolimont de Toulouse, entraîneur des équipes de France de jeunes depuis 2014, avant d'être nommé, en 2016, manager des U20. La première question qui nous vient à l'esprit concerne la formation de nos jeunes joueurs : est-elle si déficitaire que l'on veut bien le dire ? « Je suis convaincu que notre formation n'est pas parfaite mais qu'en revanche, nous ne manquons pas de ressources, précise Sébastien Piqueronies, nous avons un fort potentiel de joueurs et notamment avec cette génération dont certains éléments ont déjà participé aux joutes du TOP 14 ou de la PRO D2. Et ceux qui arrivent derrière sont tout aussi talentueux. Ce qui me préoccupe en priorité chez le joueur, c'est la cohérence de son parcours. Il doit être en confiance, avoir un niveau de pratique suffisamment élevé et évoluer dans un environnement propice au développement jusqu'à sa maturité, c'est-à-dire au moins ses 23 ans. »

Confiance à tous les étages

Ne parlez pas de recette ou de baguette magique à Sébastien Piqueronies ! En bon pédagogue, le manager des U20 préfère mettre en avant la méthode, c'est-à-dire la philosophie de jeu et l'état d'esprit qui prévalent dans le groupe depuis 4 ans, au point assure-t-il : « que nous récoltons le fruit de notre travail à tous depuis leurs 16 ans, en clair 80% du boulot a été fait en amont. C'est un groupe qui accepte l'énorme exigence que le staff réclame en termes d'investissement et d'application, mais qui, en même temps, cultive le partage et la convivialité. Avec mon staff, nous sommes

persuadés que la joie de vivre, le plaisir de jouer sont des facteurs de performances indéniables. Il faut dans le parcours du joueur de la continuité dans le projet de jeu, de la confiance entre joueurs mais aussi avec les entraîneurs. Créer un climat propice à l'épanouissement personnel, éveiller la curiosité et rendre possible le double projet qui doit contribuer à créer des joueurs intelligents et ancrés dans la réalité. Au plan rugbystique, cela revient à encourager l'autonomie, l'adaptation, la liberté d'entreprendre tout en acceptant la nécessité d'un cadre, et non d'un carcan. » Sébastien Piqueronies et David Darricarrère ont suivi depuis le début de la saison le parcours de leurs joueurs de retour dans leur club et notamment le temps de jeu qu'il leur a été attribué. Vous découvrez le résultat de leur étude dans l'infographie ci-dessous.

SUIVI DU TEMPS DE JEU DU GROUPE DE L'ÉQUIPE DE FRANCE DES U20

7 PREMIÈRES JOURNÉES DES CHAMPIONNATS

TOP 14	J.1	J.2	J.3	J.4	J.5	J.6	J.7	TOTAL TEMPS DE JEU 560 minutes
BARASSI Pierre-Louis LOU Rugby	0	0	0	0	80	54	67	201 minutes
BERIA Giorgi ASM Clermont Auvergne	0	0	0	0	0	0	0	0 minute
BERRUYER Antonin FC Grenoble Rugby	0	15	18	80				113 minutes
BRENNAN Daniel Montpellier Hérault Rugby				0	0	0	0	0 minute
CARBONEL Louis RC Toulonnais	80	52	27	47	0	0	0	206 minutes
COVILLE Arthur Stade Français Paris	0	21	17	0	12			50 minutes
DIALLO Ibrahim Racing 92	0	0	0	0	0	0	0	0 minute
FRANCOZ Charlie Stade Français Paris	21	0	0	0				21 minutes
GERACI Kilian FC Grenoble Rugby	0	65	40	25	21	26	15	192 minutes
GIMBERT Jules Union Bordeaux-Bègles	0	25	0	50	0	28	8	111 minutes
GROS Jean-Baptiste RC Toulonnais					22	40	24	86 minutes
JOSEPH Jordan Racing 92	32	41	0	40	0	9	0	122 minutes
KOLINGAR Hassane Racing 92								0 minute
LAMOTHE Maxime Union Bordeaux-Bègles	20	0	0	7	0	0	0	27 minutes
LAPORTE Clément SU Agen Lot-et-Garonne	29	80	31	31	80	80	72	403 minutes
LAVALT Thomas Stade Rochelais	0	0	0	0	0	0	0	0 minute
LEBEL Mathis Stade Toulousain Rugby	0	0	0	0	80	0	0	80 minutes
MARCHAND Guillaume Stade Toulousain Rugby	0	0	0	0	36			36 minutes
NTAMACK Romain Stade Toulousain Rugby	52	80	58	80	41	80	0	391 minutes
ROUSSEL Alban USA Perpignan	0	0	0	0	0	0	0	0 minute
SEGURET Adrien LOU Rugby	0	0	0	0	0	0	0	0 minute
TAUZIN Lucas Stade Toulousain Rugby	0	0	0	0	80	2	0	92 minutes
VINCENT Arthur Montpellier Hérault Rugby	33	0	0	80	0	0	0	113 minutes
WOKI Cameron Union Bordeaux-Bègles	5	25	23	80	0	35	0	168 minutes
PRO D2	J.1	J.2	J.3	J.4	J.5	J.6	J.7	TOTAL TEMPS DE JEU 560 minutes
AZAGOH Pierre-Henri RC Massy Essonne	0	0	61	0	57	71	80	269 minutes
BAMBA Demba CA Brive Corrèze Limousin	63	45	80	63	0	56	66	373 minutes
BONIFACE Ugo Aviron Bayonnais Rugby Pro	21			40	0	0	0	61 minutes
ETCHEVERRY Iban Colomiers Rugby	0	69	80	0	0	0	80	229 minutes
MARTY Maxime Aviron Bayonnais Rugby Pro	0	80	0	0	0	0	80	160 minutes
ZEGUEUR Sacha Oyonnax Rugby	0	0	80	0	0	18	65	163 minutes

Blessé

MOYENNE GLOBALE
(JOUeurs/MATCHS)



TOP 14

PRO D2

CUMUL

17,8%
37,3%
21,7%

Source : Tableau de la DTN sur le temps de jeu des U 20 en club

ENQUÊTE DANS LES CLUBS

ET MAINTENANT ? COMMENT LES AIDER À PROGRESSER, LEUR DONNER DU TEMPS DE JEU, LES ACCOMPAGNER, COMMENT EN FAIRE LA RELÈVE ?



Même si Daniel Brennan est parti à Montpellier et que Maxime Marty a été prêté à Bayonne, le Stade Toulousain dispose encore cette année d'un contingent important de champions du monde dans ses rangs : Matthis Lebel, Guillaume Marchand, Romain Ntamack et Lucas Tauzin. Si Ntamack, et à degré moindre Tauzin, ont déjà eu l'opportunité de s'exprimer avec les pros en match officiel dès la saison dernière, Marchand et Lebel attendent toujours leur heure dans un club très attaché à la promotion de sa formation.

RÉGIS SONNES

ENTRAÎNEUR PRINCIPAL EN CHARGE DES AVANTS

« Ils sont totalement intégrés »

Comment comptez-vous vous y prendre pour faire passer un cap aux champions du monde ?

Cela passe déjà par leur donner du temps de jeu. Nous essayons. Ce sont des joueurs en devenir, ultra-performants, de très haut niveau. Ils sont champions du monde, ce n'est pas anodin, il n'y en a pas beaucoup en France. C'est très rafraîchissant d'avoir des jeunes comme ça, plein d'avenir et

d'énergie. Je ne les connaissais pas mais de ce que j'entends, c'est qu'ils ont gagné en maturité et en confiance, c'est important. Même s'ils sont encore au centre de formation, ils sont totalement intégrés dans les entraînements collectifs et participent à toutes les séances des professionnels. Cela leur permet de progresser. Au Stade Toulousain, historiquement et nous continuons à le faire, nous mettons l'accent sur le développement de la formation et des jeunes.

Le juste milieu entre le fait de vouloir les protéger et les exposer n'est-il pas difficile à trouver ?

C'est un équilibre à trouver mais ils ont 20 ans, ce sont des adultes. Bien sûr, il y a encore des choses à développer mais il faut les amener de manière intelligente à optimiser au maximum leur potentiel. C'est ce que nous faisons au niveau des entraînements et si cela suit, ils seront prêts pour jouer. Mais le simple fait de les intégrer totalement dans les séances et les oppositions les prépare.

Vous parlez de développement.

À quoi pensez-vous ?

Les facteurs de la performance, ce sont les côtés mental, technique, physique. Il faut tous les travailler. Il y a aussi un côté « éducation » et transmission par les anciens :

qu'est-ce qu'un sportif de haut niveau ? Ce n'est pas parce que l'on est professionnel, que l'on sait se préparer. Ce n'est pas seulement quand on vient au club, il y a aussi toute une approche individuelle. C'est de l'apprentissage pour qu'il y ait de la régularité dans la performance.

Ce sacre ne va-t-il pas les rendre plus impatients ou ont-ils conscience des exigences du TOP 14 ?

Nous souhaitons justement qu'ils soient impatients. Cela prouve leur motivation et leur envie de basculer rapidement titulaires. Cela pousse tout le monde vers le haut et crée une certaine forme d'émulation. Eux individuellement pour en faire plus et mieux, ainsi que pour les joueurs déjà en place.

Même si on ne peut pas tout connaître à 20 ans, je pense qu'ils sont quand même assez conscients de ce qu'est le TOP 14. Après, ils sont au centre de formation donc il reste pas mal d'étapes à franchir. Mais je pense qu'ils sont lucides. Pour moi, ce qu'ils doivent comprendre, c'est le travail au quotidien et leur évolution au jour le jour pour pouvoir assumer de jouer un jour 20 à 25 matchs par an de très haut niveau. C'est l'étape suivante.



Photo : © E. Manchon - R-M 92

CHRISTOPHE URIOS

**« Ces gamins
ont ressuscité nos valeurs »**

Cette génération a démontré que c'est bien l'état d'esprit et le comportement qui sont primordiaux dans ce sport. La solidarité, le respect, l'entraide et l'indispensable courage dont ils ont fait preuve au cours du Tournoi et du championnat du monde, toutes ces valeurs qu'ils ont défendues sont à la base de leur succès. L'enthousiasme et l'envie étaient omniprésents. L'émergence des leaders, le talent de l'épine dorsale, ont contribué à fonder un collectif très solide. Tout ce qui fait les paramètres du haut niveau se retrouvent dans ce groupe dont il faut désormais protéger les leaders de jeu. C'est un domaine que l'on ne travaille pas beaucoup en France et pourtant il est essentiel. Je pense en particulier à la première ligne et à la charnière. Les clubs peuvent intervenir dans ce secteur pour les aider à grandir et on va le faire. Reste tout de même à la Fédération à se pencher sur la transmission avec les aînés et à ce titre, je suis persuadé que les Barbarians, vus aujourd'hui comme une deuxième équipe de France, peuvent constituer un dernier palier intéressant avant l'équipe nationale.



RACING 92
LE CLUB DES HAUTS-DE-SEINE

LAURENT TRAVERS

ENTRAÎNEUR PRINCIPAL EN CHARGE DES AVANTS

Au Racing 92, la régénération est constamment respectée après un sas de compétition. Y compris pour le phénomène Jordan Joseph.

« Hors de question de les faire enchaîner »

Trois cas, trois statuts « mais pas de regard différencié », selon Laurent Travers. Jordan Joseph, Hassane Kolingar et Ibrahim Diallo ont été titrés avec les Bleuets. Aujourd'hui, au Racing 92, le premier a déjà crevé l'écran, le deuxième ne reprendra qu'en décembre (ligaments croisés, blessure lors du ¼ du Mondial contre l'Afrique du sud) et le troisième ne joue qu'avec les espoirs. En charge des avants, qu'ils sont tous les trois chez les Ciel et Blanc, Laurent Travers est évidemment très attentif à la problématique de leur intégration-adaptation-progression : « Il est important qu'ils puissent s'entraîner avec les professionnels et absorber la quantité de travail, les exigences du haut niveau. Mais, l'an dernier, ils n'étaient que Crabos avec 2-3 entraînements par semaine. Et là, ils sont parfois à 2 séances par jour. Il faut respecter cette transition. Le danger est qu'ils sont demandeurs, ne semblent jamais fatigués. Parfois, il faut donc les freiner pour ne pas qu'ils se grillent ou risquent la blessure. » Laurent Travers y veille : « Jordan nous a montré toutes ses qualités. Il est très proche du très haut niveau. Mais, pour s'y hisser, ça demande beaucoup d'investissement physique et psychologique. Il faut donc y aller par étapes, offrir aux jeunes des périodes de compétition et d'autres de régénération. Il est hors de question de les faire enchaîner car ça pourrait être dangereux. On veille aux temps de jeu, aux efforts fournis et donc surtout aux plages de repos, de récupération. »

Au Racing 92, la voie a été tracée par Teddy Baubigny (talonneur), qui disputa le Tournoi des VI Nations 2018 avec les Bleuets. À 20 ans tout juste, il a déjà fait son trou dans l'effectif, dicit Laurent Travers : « Il a un temps d'avance. » Parce qu'il a respecté celui de l'acclimatation.



Arthur Coville et Charly Francoz ont vécu un retour en club assez tourmenté. Physiquement et psychologiquement.

XAVIER PERRON

ENTRAÎNEUR DU CENTRE DE FORMATION

JEAN-BAPTISTE BOUÉSSÉ

PRÉPARATEUR PHYSIQUE

*Au Stade Français,
gainage du corps et de l'esprit !*

Pour Arthur Coville et Charly Francoz, il était prévu que le retour en club nécessite un accompagnement de tous les instants. Xavier Perron, l'entraîneur du centre de formation au Stade Français, détaille pourquoi : « À 20 ans, même quand t'as un titre, tu dois renforcer ton bagage. C'est le danger car les jeunes ne l'acceptent pas toujours et les staffs professionnels ne le comprennent pas toujours non plus car ils veulent contrôler toute la charge de travail. Cette saison, chez nous, ça se passe très bien car tout est transversal, il n'y a pas deux cellules distinctes, pro et formation. Robert Mohr et Pascal Papé veillent à cette passerelle. »

Jean-Baptiste Bouéssé, l'un des préparateurs physiques du groupe professionnel, notamment en charge de la complémentarité et

qui garde « toujours un œil » sur l'évolution des jeunes du centre de formation, est également très attentif à cette si sensible transition : « Les joueurs aguerris et gainés sont des bouts de bois au contact. Les jeunes sont assez faibles au niveau de la sangle abdominale. Ils ont parfois un peu de mal à l'entendre. » Ils n'ont pourtant pas eu le choix : « Ils doivent beaucoup travailler le gainage, statique ou dynamique. On leur propose donc du renforcement sur les muscles stabilisateurs du tronc et du rachis, à charge réduite, sur une amplitude complète. Cet axe de travail est primordial. On y a été progressivement sur le volume de course à leur reprise, grâce aux GPS, surtout qu'ils ont repris un mois plus tard (20 juillet) que le reste du groupe (22 juin). Un retard préjudiciable. » D'autant qu'Arthur Coville doit gérer une fragilité aux lombaires et Charly Francoz aux genoux.

Les maux ont surtout été psychologiques pour les champions du monde. Capitaine des Bleuets, titulaire à 12 reprises l'an dernier en TOP 14, le demi de mêlée croyait surfer sur le titre pour s'installer. Or, il s'est retrouvé 3^e à son poste au Stade Français, qui travaille parfois – à la demande des joueurs – avec Meriem Salmi, psychologue à l'INSEP et notamment de Teddy Riner. Ce grand écart a été douloureux, selon Xavier Perron : « Arthur a retrouvé un groupe avec une

concurrence accrue, un nouveau statut. Il lui a fallu tout remettre à plat. On échange beaucoup sur ce qu'il vit. » Jean-Baptiste Bouéssé a dû lui adapter ses séances : « Lors des oppositions, il est souvent sur le côté, plus que Van Zyl et Daguin. Pour compenser, on lui a proposé du travail physique. Voir les copains jouer au rugby a pu créer de la frustration chez lui. » Coville s'est blessé gravement au genou droit, le 23 septembre à Pau. Simple hasard ? Il y a débat, selon Xavier Perron : « Il y a de la malchance, évidemment. Mais quand tu gamberges, tu te fragilises. »

Le doute a aussi assailli Charly Francoz, détaille le boss du centre de formation : « Il est très souvent avec nous même s'il s'entraîne aussi avec les pros. Déjà, il croyait être plus utilisé pendant la Coupe du Monde alors qu'il avait disputé celle de 2016. Il a vraiment du mal à basculer sur le TOP 14. Il n'est pas prêt, doit perdre en masse grasse, gagner en activité. Jouer en espoirs, il le vit un peu comme une rétrogradation alors que cette période, nécessaire pour qu'il s'aguerrisse, est sensée le stimuler. » Avis appuyé par Jean-Baptiste Bouéssé : « Il doit se renforcer. En schématisant, sur un contact, Arthur, comme 9, il vole. Charly, de par son poste, il encaisse pleinement le contact, donc ça devient vite plus traumatisant. » Dans tous les sens du terme. Le titre est déjà si loin...



Photo : © S. Hamel - SFP UBB



« Ne pas brûler les étapes ! »

Au pied des Alpes cela semble être le maître mot.

C'est même probablement une vraie politique d'accompagnement de ses jeunes talents que le FCG Rugby applique depuis plusieurs saisons. Entre 15 et 20 joueurs Espoirs ont été régulièrement retenus au sein des différentes équipes de France.

STÉPHANE GLAS

ENTRAÎNEUR PRINCIPAL EN CHARGE DES ARRIÈRES

« On les a sentis très heureux à leur retour. De leur titre bien sûr mais aussi de retrouver leur club et leurs copains. Berruyer et Geraci sont deux garçons sérieux qui ont fait toute la saison de la montée en TOP 14 et sont déjà en capacité d'assumer des responsabilités. Antonin Berruyer était, par exemple, capitaine contre Castres en début de saison, c'est dire s'il a notre confiance. Si j'étais prudent, je dirai qu'ils ont l'an passé validé le niveau de la PRO D2 et qu'ils sont en bonne voie de le faire aussi en TOP 14, même si ce n'est que le début de la saison. Difficile de s'avancer davantage. Quand je dis ça, je fais allusion à l'équipe de France,

c'est-à-dire au plus haut niveau du rugby français. Ils doivent encore gagner en maturité, en expérience et en confiance, mais le potentiel est là c'est évident. »

Conviction partagée par les responsables du Centre de Formation

Jérôme Vernay, Directeur Sportif du Centre de Formation : « Le problème pour ces jeunes c'est la marche à franchir. En enchaînant pour certains les équipes de France U18, U19 et U20 avec un championnat de PRO D2 ou de TOP 14, les intersaisons sont devenues ingérables, et souvent sources de pépins physiques. Pour Geraci et Berruyer qui sont encore stagiaires du CDF, bien que détachés chez les professionnels, nous leur avons imposés 5 semaines de repos complet assorties de 6 semaines de préparation physique et rugbystique. Il faut du temps pour digérer un titre de champion du monde avant de s'engager dans une saison de TOP 14. Ils ont aussi repris leur cours, chaque lundi, pour mener à bien le double projet auquel nous restons, au FCG Rugby, très attachés. Je dirai qu'il faut rester vigilant dans l'accompagnement de ces joueurs confrontés déjà à des cadences importantes. C'est une histoire de compromis entre la dure réalité du TOP 14 et leur propre

réalité en termes de développement global. Antonin Berruyer vient tout juste d'avoir 20 ans et Kilian Geraci ne les aura qu'un mois de mars prochain. »

Paramétrer au maximum les données objectives du joueur en termes physique !

Le préparateur physique Benjamin Simon-Cote intervient sur l'équipe professionnelle et sur le Centre de Formation. À cheval sur les deux structures, il peut ainsi suivre sur la durée (5 ans) le développement physique du joueur et notamment précise-t-il : « au plan neuromusculaire car à 20 ans, ils sont loin d'être arrivés à maturité dans ce domaine. Pour améliorer le triptyque force-puissance-vitesse, on croise l'entraînement en salle de musculation avec des séances de vitesse et de sprints répétés. Nous restons en permanence connectés sur leurs données GPS et sur tous les paramètres censés nous renseigner sur leur forme physique car pour développer ces qualités, on a besoin de travailler sur une base de fraîcheur physique. Et c'est là que parfois notre démarche entre en conflit avec les exigences de la compétition. » Antonin Berruyer a, par exemple, totalisé 35 matches la saison dernière entre la PRO D2 et l'équipe de France U20.

« LE PRÊT EST QUELQUE CHOSE D'ESSENTIEL »

« Au-delà d'être entraîneur, j'aurais été son père, je lui aurais conseillé dans tous les cas de s'aguerrir en PRO D2. C'est la meilleure chose qui pouvait lui arriver pour s'affirmer et voir plus loin plus tard. » Cette déclaration est signée Didier Casadeï, entraîneur des avants de Brive, au sujet de Demba Bamba. Comme Iban Etcheverry (de Bordeaux-Bègles à Colomiers) et Maxime Marty (de Toulouse à Bayonne), le pilier droit fait partie des trois champions du monde prêtés par des clubs de TOP 14 pour évoluer cette saison au deuxième échelon national. Alors qu'il était déjà en Corrèze en 2017/2018, Bamba a signé dans la foulée du Mondial un bail de 5 ans avec Lyon, qui a fait le choix de le laisser une saison dans « son » club, relégué en PRO D2. Une option approuvée par Casadeï : « Le prêt est quelque chose d'essentiel. Pour avoir gardé des joueurs au club car nous en avons besoin pour la rotation, on s'aperçoit qu'ils n'en tirent pas la quintessence. Ils s'entraînent beaucoup physiquement mais il leur manque les matchs pour s'aguerrir. La PRO D2 est un championnat où cela joue beaucoup, un poil moins stratégique que le TOP 14 qui est d'une densité physique nettement supérieure. Du coup, cela permet aux jeunes d'apprendre à un niveau intermédiaire. » Et de prolonger son propos : « Pour ceux qui sont un peu courts, ce n'est même pas sûr que le niveau PRO D2 soit adapté. On pourrait avoir des jeunes prêtés dans des clubs de Fédérale 1 de haut niveau. Certains sont bons à 26-27 ans et ne sont pas pour autant prêts à 21-22 ans. Du coup, l'intérêt est d'avoir la compétition adaptée au niveau du moment du joueur. »

Photo : © CA Brive





2006, LES SOUVENIRS DE GUILHEM GUIRADO

Il n'avait 20 ans que depuis huit jours quand les Bleus sont devenus champions du monde des moins de 21 ans, en battant l'Afrique du Sud en finale (24-13), au Michelin de Clermont-Ferrand. Guilhem Guirado était alors en concurrence avec Laurent Sempéré et Arnaud Héguy. La digestion de ce titre a été rapide et la bascule vers le monde professionnel compliquée, en TOP 14 (16 matches, 3 titularisations) et même en H Cup (3 entrées) dès sa première saison avec l'USAP, se souvient l'actuel talon du RCT : « Je ne m'étais pas accordé beaucoup de vacances car je considérais l'avenir plus important que ce titre. J'ai pris la préparation en cours, avec peu de retard. Cette année-là, j'ai eu la chance de beaucoup jouer car mes concurrents avaient été beaucoup blessés. Sur le plan psychologique, ce n'était pas évident. Il y avait le doute de savoir si j'allais faire la maille, si j'étais capable de rendre la confiance accordée. Je ne voulais pas être un jeune qui passe, qu'on utilise et qu'on pousse ensuite à aller voir ailleurs. » Le tout avec des lacunes évidentes et assumées : « Je n'étais pas au niveau d'un joueur aguerri même si les années passées dans les pôles de Béziers et de Marcoussis, ou encore au centre de formation de l'USAP, ont énormément compté pour moi. Je n'étais pas à la rue. Physiquement, j'ai toutefois dû bosser en accéléré tout en menant mes études (BAC scientifique puis DUT gestion logistique des transports). J'avais un gros emploi du temps. Et là, si tu n'es pas sérieux, tu ne réussis pas. »

Bien qu'intégré à l'effectif professionnel, Guilhem Guirado a aussi pris part à de nombreuses séances avec le centre de formation : « Franck Azéma était en poste. Les jeunes, on bossait deux fois plus, sur le physique et du spécifique notamment. La formation n'est jamais finie. À cause de la Coupe du Monde 2007, la reprise du championnat avait été décalée, ce qui m'avait laissé deux mois et demi pour travailler lors de l'intersaison suivante. Là, j'ai pu vraiment acquérir les bases et enchaîner les titularisations (ndlr : 15 dont 10 en TOP 14). Il m'a donc fallu une grosse saison pour me sentir à peu près au niveau. »

Le toulonnais fait désormais profiter Louis Carbonel de son expérience : « Il se rend compte que le TOP 14 est beaucoup plus exigeant que tout ce qu'ils ont pu vivre avec les U20. Pour réussir, il faut se donner les moyens, bosser dur et être patient. Je le lui dis souvent, même si je ne suis pas n°10 (rires) ». Médard, Mermoz, Chouly, Tillous-Borde, Ouedraogo et Domingo, entre autres, étaient de cette génération dorée en 2006. Et ils ont aussi réussi. Y'a de l'espoir...

FACE À

VINCENT COLLET

SÉLECTIONNEUR DE L'ÉQUIPE DE FRANCE DE BASKET-BALL

1

Comment accompagner
au mieux une jeune génération
à fort potentiel ?

C'est une situation que nous connaissons bien depuis une quinzaine d'années. La saison dernière, nos U17 ont été vice-champions du monde et nos U16 vice-champions d'Europe. C'est une chance d'avoir tout ce potentiel, encore faut-il transformer l'essai. Chez les moins de 17, nous avons identifié trois joueurs d'exception qui vont dès cette saison évoluer en 1^{re} division, au moins pour deux d'entre eux. Ils manifestent déjà des qualités athlétiques hors du commun mais ils ont encore besoin d'être accompagnés, de progresser techniquement sur leurs points faibles et d'améliorer leur vision du jeu. Je reste persuadé que ce sont de futurs membres de l'équipe nationale c'est évident, à condition qu'ils ne brûlent pas les étapes.

2

Quels genres d'obstacles
rencontrez-vous ?

Dans le basket, nous sommes confrontés au rêve américain. Les trois joueurs U17 que j'évoquais à l'instant sont draftables par la NBA dans trois ou quatre ans. La NBA, c'est le rêve absolu, une obsession chez le joueur et pour le club qui est, lui aussi, intéressé financièrement. Mais tous nos jeunes internationaux n'iront pas en NBA, il va donc falloir aussi faire progresser les autres. L'important c'est de garder un gros réservoir de très bons joueurs. Comme on ne peut pas toujours compter sur nos internationaux pris par l'Euroleague et la NBA, nous sommes obligés de puiser dans ce réservoir pour construire notre équipe nationale. Reconnaissons aussi que nos 12 joueurs qui évoluent en NBA apportent beaucoup à l'équipe de France... quand on peut les sélectionner !

3

Assurer la relève
est donc compliqué ?

Dans le sport professionnel, l'intégration des jeunes joueurs est de plus en plus difficile ; c'est un sujet que nous évoquons souvent avec les entraîneurs du Racing 92. Nous avons par exemple avec l'équipe A' un palier intéressant avant les A. Mais nous avons dû l'abandonner car c'était de plus en plus difficile de regrouper ces jeunes qui préfèrent aller se frotter au basket US dans les stages de la Summer League ou les camps d'entraînement organisés par la NBA. Face à la capacité d'attraction de la NBA, nous sommes impuissants. Notre Fédération fait le maximum pour faire progresser nos jeunes avec notamment notre centre de formation à l'INSEP pour les moins de 17 ans mais après ce sont les clubs qui gèrent leur carrière.

A E C A F

GUY STEPHAN

ENTRAÎNEUR ADJOINT DE L'ÉQUIPE DE FRANCE DE FOOTBALL

Je prendrai l'exemple de la génération 93 celle qui a été sacrée championne du monde U20 en Turquie en 2013 avec Pogba, Umtiti, Areola et Thauvin, tous champions du monde une nouvelle fois 5 ans plus tard en Russie avec les A. Varane est aussi de 93 mais il était déjà à temps plein dans le groupe de Didier Deschamps pendant que Lucas Hernandez et Benjamin Pavard (génération 96) brillaient avec l'équipe de France Espoir. Ils montraient déjà tous des qualités physiques, tactiques, techniques et mentales dignes du très haut niveau. Les accompagner c'était leur rappeler en permanence - et on fait toujours des piqûres de rappel - que la remise en question est essentielle dans le sport de haut niveau, que lorsque l'on s'installe dans le confort, on n'est plus dans l'effort. Mais le plus important reste le temps de jeu. Non seulement tous nos jeunes jouent très tôt mais en prime, ils évoluent dans les meilleurs clubs européens.

Nous ne rencontrons pas de gros obstacles dans l'accompagnement de nos jeunes talents. La grande réforme de la formation enclenchée en 1970 par notre DTN Georges Boulogne est toujours d'actualité. La DTN forme les entraîneurs et les clubs se chargent de former leurs joueurs. Nos 6 Pôles Espoirs bien répartis sur le territoire détectent dès l'âge de 13 ans les meilleurs éléments au plan régional. Nous sommes cela dit confrontés à un problème pour nos joueurs entre 16 et 18 ans dès lors qu'ils sont sollicités par un club étranger. Nous n'avons pas la parade juridique pour les retenir. Le basket et le rugby sont confrontés quant à eux à d'autres problématiques.

Nous sommes convaincus que pour assurer la continuité, il est indispensable de faire confiance aux clubs en termes de formation. De notre côté, quand ils rejoignent les sélections, on propose beaucoup de causeries pour leur rappeler les exigences du métier de footballeur professionnel, on les alerte sur les dangers que constituent les réseaux sociaux, on les accompagne au plan psychologique et nous insistons sur le comportement et l'état d'esprit qui doit régner au sein d'un groupe. Nous sommes à ce jour la seule nation à avoir disputé 3 finales de Coupe du Monde en 20 ans avec deux titres à la clé. Ce résultat nous conforte dans notre volonté d'aller encore plus haut.



L'ENTOURAGE AU CŒUR DE LA GESTION DE CARRIÈRE

LE RUGBY PRO, C'EST UN MONDE QUE LES MOINS DE 20 ANS PEUVENT DÉJÀ CONNAÎTRE.



Photo : © I. Picarel - FFR

MICKAËL LEBEL

PÈRE DE MATTHIS

Dans cet univers impitoyable, certains parents – ceux qui vivent généralement leurs rêves au travers de leurs enfants – ne se rendent pas forcément compte de leur pouvoir de nuisance. Difficile en effet de trouver la bonne distance et de ne pas se montrer trop intrusifs. Mickaël Lebel, père de Matthis, a pour sa part eu la chance d'évoluer au plus haut niveau, avec Auch, à l'époque où le rugby n'était encore que semi-professionnel. « Je pense que c'est un avantage, explique-t-il. Cela permet d'éduquer son enfant et surtout de le prévenir du monde dans lequel il va rentrer. La passion devient un métier, les exigences ne sont plus uniquement celles de l'amour du jeu, des copains et du clocher. C'est la logique du monde du travail. » Et de détailler son mode de fonctionnement avec son fils : « Je suis aussi présent que possible, mais il ne faut pas trop l'être non plus. Il y a des entraîneurs qui font du bon boulot donc il faut d'abord répondre à leurs attentes avant de répondre à celles de la famille. Chacun met son curseur là où bon

lui semble mais j'entraîne (Ndlr : à Lombez-Samatan) et je sais très bien qu'être trop proche peut nuire au développement du gamin. »

« En contact avec les agents de Matthis », il insiste sur le devoir de protection qui lui incombe : « Quand on est jeune, on pense au rugby, on s'y consacre vraiment et tout le reste vous échappe un peu. S'il n'y a pas quelqu'un pour les protéger, ils peuvent se diriger vers de grosses désillusions. Il sait ce qu'il doit faire mais cela ne veut pas dire qu'il va le faire. Ce qu'il vit est fantastique, il faut qu'il en profite pleinement. Mais, même si cela demande beaucoup d'efforts et de maturité pour tout concilier, il doit aussi penser aux études afin de faire un métier intéressant et captivant. »

LAURENT MIGNOT

RESPONSABLE DE LA FORMATION AU LOU RUGBY

Quand on lui demande de décrire sa mission, Laurent Mignot, responsable de la formation à Lyon, marque un temps d'arrêt, sourit, puis se lance : « Notre rôle est coincé par

“Je suis appelé par l'équipe première”, “Mes parents m'ont toujours suivi”, “Mon agent va me faire avoir un bon contrat”. Le rôle du formateur, c'est d'aider à sortir du nid, d'accompagner la fin de bascule. Selon moi, ce n'est pas assez bien mis en place en France, où l'on pense que la formation est terminée au moment du passage chez les pros, même s'il y a des clubs qui font de la post-formation, de l'accompagnement. Les moins de 20 ans ont montré des qualités mais il faut durer dans le temps. C'est comme le chanteur qui fait un disque et celui qui fait une carrière. »

Et de développer : « Il faut avoir une vision globale de l'individu : sportive, physique, technique, continuer à l'accompagner sur son double projet, donner des informations sur la reconversion, le rôle des agents, la gestion de carrière et du patrimoine. Nous faisons du mentorat, du coaching, de l'accompagnement, de la formation. Nous avons toutes les postures, tout dépend des individus et de leurs besoins. Pour moi, l'enjeu n'est pas d'accompagner le joueur quand il est pro, c'est de tout mettre en place avant. Quand vous commencez à

LOUIS CARBONEL

DEMI D'OUVERTURE AU SEIN DU RC TOULON

Louis Carbonel, ne les fêtera qu'au mois de mars prochain ce qui le rend encore sélectionnable en équipe de France U20 pour les prochaines compétitions. Et cela tombe bien car comme il le dit lui-même, si on compare : « on joue davantage et on prend plus de plaisir en U20 qu'en TOP 14 où la gestion du territoire et le défi physique restent prioritaires. » Parce qu'il affiche déjà au compteur plus de 200 minutes de temps de jeu en TOP 14, le jeune numéro 10 du RCT sait de quoi il parle. D'ailleurs chez les Carbonel, le rugby est au centre des discussions : « mon père a joué et il comprend ce que je vis. Sa présence est importante comme par exemple lors des derniers championnats du monde où il a assisté à toutes les rencontres. Et en même temps, il me laisse faire mes propres expériences tout en restant objectif quant à mes performances.

Ma mère joue également un rôle bienveillant en me donnant des conseils en termes de diététique et de qualité de vie. Je sais que je peux compter aussi sur mes entraîneurs y compris sur Éric Dasalmartini - le responsable sportif du Centre de Formation - avec qui je peux échanger. Et puis il y a mon agent que je solliciterai le moment venu pour décider des suites à donner à ma carrière car j'arrive bientôt en fin de contrat. Franchement, j'ai la chance de bénéficier d'un entourage à la fois sécurisant et épanouissant ce qui me permet de conduire mon projet rugbystique en toute sérénité. »



travailler à 18-19 ans avec un joueur, c'est trop tard. Du coup, c'est tout un processus de formation des joueurs mais aussi des parents qu'il faut mettre en place. Au LOU, nous le faisons dès 13 ans car aujourd'hui, le plus gros danger, ce sont les parents. L'objectif est de mettre les gens dans une dimension, un environnement, pour les préparer à être professionnels. Du coup, même s'ils n'y parviennent pas, cela leur servira dans toute leur vie future. C'est très simple : école de rugby, école de la vie. »

MIGUEL FERNANDEZ

AGENT SPORTIF

« Mon métier c'est de connaître les joueurs et pas le rugby ! » prévient d'emblée cet agent de 50 ans, membre de CSM (Chime Sport and Marketing) depuis 2003, une agence qui gère la carrière de 1 300 joueurs sur la planète ovale. « Je peux être l'avocat, le grand frère, voire le confident, mais jamais l'entraîneur et encore moins remplacer les parents. Chacun doit rester dans son rôle. Aux parents la mission d'entretenir chez

leur fils ou leur fille le sens des responsabilités, le respect des valeurs, les principes d'éducation et la nécessité du double projet. Aux entraîneurs le développement du joueur au plan rugbystique. En revanche, il est vrai que dans l'accompagnement de ces jeunes champions du monde, nous avons un rôle important à assumer dans l'émancipation du joueur qui doit devenir acteur de sa propre carrière et donc se préparer à faire des choix. L'entourage doit veiller à maintenir cet équilibre autour du jeune joueur et contribuer ainsi à son épanouissement. » Miguel Fernandez se voit plus en observateur attentif de la carrière du joueur : « c'est à nous de détecter à quel moment il faut intervenir pour débloquer des situations, pour relancer une carrière qui fait du sur place, pour trouver le bon club afin de rebondir, le bon entraîneur qui saura le faire progresser. Proposer des options en tenant compte de la personnalité et du caractère du joueur, voilà mon job ! Pour ces jeunes, je dirai que la dernière option à prendre en compte c'est le choix financier. Priorité au cadre de travail, au temps de jeu... l'aspect financier c'est plutôt pour la fin de carrière. »

SÉBASTIEN PIQUERONIES

MANAGER DES U20

« Après 7 journées de championnat en TOP 14 et PRO D2, je constate que de manière globale, nos champions du monde ont enregistré des temps de jeu significatifs (Voir infographie page 8). C'est bien la preuve qu'un climat de confiance envers ces jeunes s'est installé dans la grande majorité des clubs professionnels. Le titre conquis en juin dernier a enclenché une dynamique évidente favorable à cette génération qui va désormais s'attacher à confirmer son potentiel. En termes de compétences, la plupart d'entre eux arrivent à maturité et se placent dans la rotation professionnelle de leur groupe. L'entourage de chaque joueur est en partie responsable de ce climat de confiance, à l'image de l'entraîneur qui reste au quotidien un observateur privilégié. »

DU NOUVEAU POUR LE HAUT NIVEAU !



Photo : © J. Picarel - FFR

La question peut paraître impertinente mais légitime : faut-il voir un lien direct entre la suppression du Pôle France en septembre 2017 et le titre de champion du monde décroché par les U20 tricolores 10 mois plus tard ?

Certes les joueurs de cette sélection n'ont pas été contraints au cours de la saison de faire des allers et retours permanents entre le CNR et leur club et en ont donc profité pour gagner du temps de jeu et de l'expérience au sein de leur club formateur. Mais, précise Didier Retière le DTN, il ne s'agit pas pour autant de tout renier : « Le Pôle France a eu sa raison d'être depuis sa création en 2002 et nos champions du monde y ont même construit leur jeu depuis la catégorie U16. Mais c'est vrai qu'aujourd'hui, les Centres de Formation des clubs pros sont très performants, les jeunes y sont très bien encadrés et le double projet est plus simple à mettre en place. »

Le Pôle France n'est pas mort mais il s'est en quelque sorte externalisé dans la mesure où la formation et le suivi du joueur sont désormais partagés entre la FFR et les clubs. « Les joueurs sont toujours suivis par les entraîneurs de la DTN de septembre à Noël avant de retrouver leur sélection pour les rencontres internationales de février à juin poursuit D. Retière. Notre rôle à la Fédération est de construire une vision et d'accompagner les clubs dans leur projet. Mais

le lien est direct et tout le monde va y gagner ; y compris nos entraîneurs dont les compétences sont reconnues et leurs savoir-faire exportables, comme le vit le football aujourd'hui. »

EXIT LES SÉLECTIONS NATIONALES U16 ET U17

À partir de cette saison, la DTN va faire porter son effort sur les U18 U19 et U20, car reconnaît Didier Retière : « nous mettions trop d'énergie dans ces équipes de France U16 et 17 à qui nous ne pouvions pas proposer des rencontres intéressantes. Nous avons opté pour un dispositif qui passe par la sélection d'une centaine de joueurs par catégorie regroupés dans des compétitions inter-poules lors de stage en février et mars disputés dans le sud où les conditions climatiques sont meilleures. Ces joueurs seront suivis et formés de 15 à 18 ans ; les plus performants d'entre eux seront retenus dans l'équipe U18. Une démarche conduite toujours en relation directe avec les Académies et les Centres de Formation au sein des clubs. Précision importante, conclut Didier Retière, la philosophie de ce projet Fédéral est basée sur un partenariat qui implique l'Éducation Nationale, les clubs et les Ligues Régionales. L'ambition ? Réunir toutes les pièces du puzzle pour une formation qui place définitivement le joueur au centre du dispositif. »

BERNARD LAPORTE

Président de la Fédération Française de Rugby

Ce titre de champion du monde nous rend à tous très fiers, nous prouve aussi qu'un gros travail a été fait en amont sur cette génération. D'avoir supprimé le Pôle France a permis à nos meilleurs jeunes de s'investir davantage dans leur club formateur, d'y gagner du temps de jeu, de l'expérience et de la confiance. Ce qui explique en partie leur succès lors de la compétition. N'oublions pas que 18 joueurs sur les 23 de la finale avaient déjà connu les joutes du TOP 14 ou de la PRO D2. Et aujourd'hui, de retour dans leur club, je constate qu'ils jouent encore plus. Autre élément important, l'équipe « les Barbarians » : devenue la deuxième équipe de France et placée sous l'autorité de Jacques Brunel, elle sert désormais de palier intermédiaire pour ces jeunes champions du monde appelés un jour à évoluer au sein du XV de France. Je n'oublie pas non plus les générations qui viennent derrière, toutes aussi performantes, et suivis de près par nos entraîneurs nationaux à la DTN. Il faut bien comprendre une chose : l'opposition entre la Fédération et les clubs, c'est du passé. Les Centres de formation des clubs font un excellent travail, il est donc vital de leur faire confiance. Avec Didier Retière, le DTN, nous développons les Académies qui vont venir au soutien de ces Centres de formation.

Si l'on a pris la décision de créer 162 postes de Cadres Techniques de Club (CTC) sur l'ensemble du territoire, c'est aussi pour renforcer la formation des éducateurs qui interviennent sur la tranche 6/14 ans. C'est un investissement de 10 millions d'euros autofinancés par la FFR. Nous ne demandons rien à l'État.

La règle des JIFF est aussi un passage obligé pour soutenir notre politique de formation. Tout le monde l'admet aujourd'hui !

En résumé, je dirai que la nouvelle convention signée par la FFR et la LNR entérine un dispositif dont nos jeunes joueurs sont les premiers bénéficiaires. Le vent a tourné, il est favorable à l'équipe de France et à la formation au sens large ; les clubs l'ont compris et je m'en réjouis.

CARTE BLANCHE

LA DIMENSION MENTALE EN RUGBY

Quelle place occupe la préparation mentale dans la pratique du rugby ?

Quelle est la meilleure approche, individuelle ou collective ?

Qui au sein d'un club doit occuper ce poste ?

Comment l'entraîneur peut-il intervenir dans le processus

d'optimisation du joueur ou du groupe ?

Toutes ces questions peuvent se poser

lorsque l'on évoque ce domaine encore sensible.

Avec Mickaël Campo, co-auteur d'un livre sur la dimension mentale en rugby*, chercheur en psychologie du sport et expert-référent au département d'accompagnement mental de la performance à la Direction Technique et Sportive de la FFR, nous allons tenter de comprendre pourquoi la dimension mentale en rugby a aujourd'hui une place prépondérante dans l'optimisation de la performance collective et individuelle et comment cette notion fait partie intégrante du quotidien de l'entraîneur.

Une arrivée progressive dans le rugby

Avant tout, il est important de définir ce qu'est la préparation mentale ? Dans le sens le plus commun, c'est « *un entraînement qui consiste à développer les habiletés mentales dans l'objectif d'optimiser la performance personnelle (ou collective) du (des) sportif(s)* » ou plus simplement c'est l'ensemble des actions liées à la dimension psychologique du sport. Mais plus généralement, le travail de la dimension mentale englobe beaucoup d'autres domaines, comme l'accompagnement du sportif dans son équilibre affectif, l'optimisation de la dynamique de groupe, l'accompagnement des staffs, etc. D'ailleurs, c'est dans ce sens qu'au sein de la FFR, il est privilégié le terme de travail de la dimension mentale à celui de préparation mentale. Cela permet de comprendre pourquoi l'entraîneur reste le « premier préparateur mental » des joueurs et de l'équipe car il exerce une influence considérable, et au quotidien, sur cette dimension.

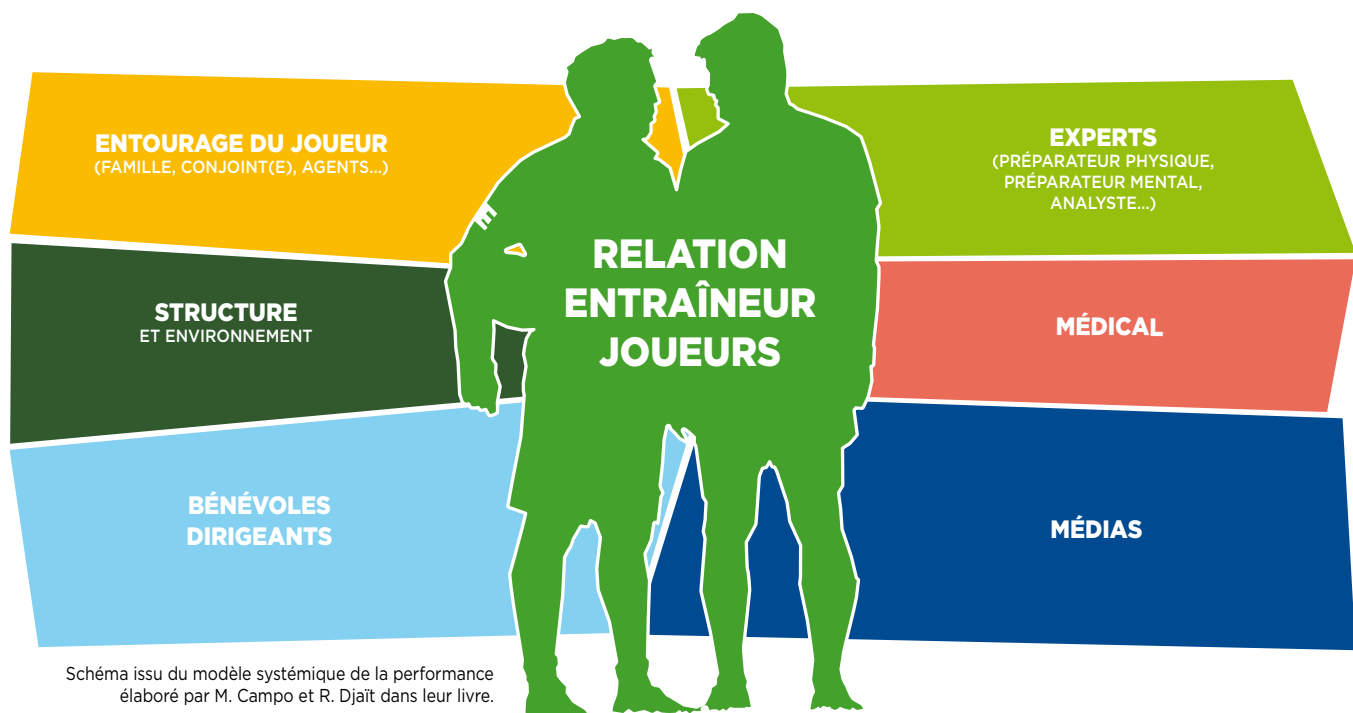
D'un point de vue historique, la dimension mentale dans le sport s'est développée durant la période post-guerre pour se professionnaliser dans les années 80/90. Les pays anglo-saxons et plus particulièrement Nord-Américains étant les précurseurs avec l'intégration de spécialistes dans les staffs lors des Jeux Olympiques de Séoul (1988) et

plus particulièrement les sports individuels où la dimension mentale était davantage centrée sur l'athlète.

Les sports collectifs ajoutent une autre complexité dans ce domaine, qui provient principalement de la notion de dynamique de groupe. Le challenge réside alors dans le besoin de s'appuyer sur d'autres connaissances scientifiques et compétences liées à la psychologie sociale. En effet, l'enjeu est d'améliorer la cohésion de groupe, définir des leaders, satisfaire les besoins individuels de chaque membre d'un groupe tout en poursuivant des objectifs communs, de développer une identité collective... là où parfois les caractéristiques du rugby à Haut Niveau entraîne nos joueurs sur des logiques individualistes.

Dans le rugby, les anglo-saxons ont intégré cette dimension dans leur préparation depuis quelques décennies *a contrario* du rugby français où cette tendance a mis plus longtemps à émerger, dû sans doute à une certaine réticence, à des priorités de travail axées sur d'autres domaines comme la préparation physique. Cela était aussi certainement dû à des approches chez les experts de l'époque, qui n'ont pas su « séduire » les entraîneurs quant à leur plus-value, laissant parfois la sensation de vouloir « déposséder » les entraîneurs de leurs propres champs d'intervention. La méconnaissance de ce secteur de l'optimisation de la performance couplée à l'arrivée

* La dimension mentale en rugby, de Mickaël CAMPO et Riadh DJAIT. Éditions De Boeck Supérieur, 2016, 224 p.



d'individus se vendant comme spécialistes – mais sans formation ni connaissances propres – distillant, sans éthique, conseils aux joueurs, entraîneurs ou présidents ont également freiné son développement et ont été source de confusion.

D'où la question de la légitimité de cet individu. Est-il préparateur mental ? Psychologue du sport ? Accompagnateur de la performance ? Entraîneur ? En somme, quels sont ses champs d'intervention, quelles compétences et savoirs mobilise-t-il pour pouvoir être considéré comme expert dans un ou plusieurs domaines spécifiques de la dimension mentale, et plus particulièrement en rugby ?

Quel intervenant ?

Pour Mickaël Campo - qui collabore depuis 2003 avec la cellule recherche de la FFR sur ce domaine – le parti pris est clair pour éviter toute confusion ; **l'entraîneur est le « premier préparateur mental » des joueurs et de l'équipe dans le sens où son influence sur cette dimension a largement été démontrée dans la littérature scientifique comme sur le terrain.** Il est au contact des joueurs quotidiennement, fait des choix qui influencent à court ou moyen terme le devenir des joueurs, construit le groupe continuellement, évalue les performances... et donc est le levier le plus important

d'optimisation de la dimension mentale que ce soit sur le plan individuel comme collectif, voire même structurel (optimisation de l'influence du fonctionnement de la structure sur la dimension mentale). De surcroît, l'entraîneur se trouve être au centre du système au travers des relations qu'il tisse avec les joueurs, le(s) président(s) et l'ensemble des personnes internes au club. Ainsi, il maîtrise toutes les données et peut ainsi devenir une paroi protectrice auprès des joueurs pour les dégager de toutes sortes de pressions extérieures qui pourraient nuire à leur performance et leur bien-être.

Toujours selon lui, la mobilisation de la dimension mentale a toujours existé chez les entraîneurs - de manière inconsciente parfois - par exemple dans la préparation d'avant match, la façon de trouver le moment idéal pour s'entretenir avec un joueur ou l'adaptation de son discours à l'état mental du joueur ou de l'équipe. Seulement, il arrive que le coach transmette sans le vouloir, et en pensant bien faire, un message quelquefois inadapté, maladroit ou impertinent, et au final, dysfonctionnel dans la recherche de la performance.

Dès lors, il est fondamental que les entraîneurs soient formés à l'accompagnement mental à la performance en rugby. Ensuite, les besoins d'expertise dans des secteurs très précis pourront donner lieu à une collaboration avec des experts. Il sera alors important de savoir choisir cet(te) intervenant(e) en fonction de sa formation, de ses compétences

avérées et de son éthique. Beaucoup de personnes « tournent actuellement sur le marché », mais malheureusement, certains savent très bien se vendre sans pour autant être expert du domaine. C'est le problème du titre de préparateur mental qui n'est actuellement pas protégé (tout le monde peut se dire PM). Concernant les psychologues du sport qui eux ont un titre protégé (celui de psychologue) assurant a minima le respect déontologique, tous ne partagent pas forcément la philosophie de l'entraînement ce qui peut se révéler délicat dans un projet de performance. C'est pourquoi un des chantiers du département d'accompagnement mental à la performance de la Direction Technique et Sportive de la FFR va être la mise en place d'une accréditation fédérale des experts en psychologie du sport afin de permettre aux entraîneurs, aux clubs et aux responsables de structure de mieux choisir leurs experts, en toute confiance.

EXEMPLE : Un entraîneur lors d'une séance vidéo peut avoir tendance à mettre en avant des actions négatives ou des erreurs individuelles commises par un joueur. Au contraire, disséquer, étudier de manière analytique les actions réussies collectivement ou individuellement peut permettre de faire comprendre le « comment a-t-on réussi » plutôt que de focaliser les acteurs du jeu sur le « pourquoi avons-nous échoué ». Mettre en avant davantage ce dont nous sommes capables de faire, influence positivement la dynamique de groupe et renforce la confiance individuelle et le sentiment d'efficacité collective.

Montée en compétences des entraîneurs

C'est pourquoi, aujourd'hui, une des priorités de la Direction Technique et Sportive de la FFR, est la création - en collaboration avec TECH XV - d'une formation (voir encadré p. 23) sur la montée en compétences des entraîneurs dans le domaine de la dimension mentale. En effet, dans le rugby moderne, toutes les équipes se préparent d'une manière similaire dans la mobilisation des connaissances techniques, le développement physique, ou la construction d'un projet ou d'une philosophie de jeu.

Il est évident que les joueurs doivent développer leurs habiletés techniques, physiques, et cognitives considérées comme des habiletés « de base » dans les facteurs de la performance en rugby. Mais le modèle systémique de la performance élaboré par M. Campo et R. Djaït tente de faire comprendre que la dimension mentale permet d'optimiser la mobilisation de ces habiletés de bases. C'est pourquoi le développement des compétences des entraîneurs dans ce secteur de la performance leur permettra de faire la différence.

EXEMPLE DONNÉ EN FORMATION :

Imaginons qu'un joueur rencontre des difficultés à réaliser un 2 contre 1 classique. L'entraîneur va pouvoir améliorer sa technique individuelle, sa capacité à analyser une situation et prendre une décision. Mais aussi son aspect mental sur sa gestion du stress notamment en lui posant des questions sur les raisons de son échec.

Il peut arriver que l'origine du stress remonte au « climat d'entraînement » que l'entraîneur impose. Mais ce « climat » peut s'expliquer par la pression que l'entraîneur reçoit de son président ou des actionnaires. On appelle ça une conception systémique de la performance. On ne peut pas dissocier la performance du joueur, de celle de l'entraîneur de celle de la structure environnante ! A terme il faudrait donc aussi accompagner tout la partie structurelle d'un club (du président au joueur).

En effet, cela permettra à l'entraîneur d'optimiser son intervention en sachant davantage gérer un joueur avec sa confiance, sa motivation, sa gestion du stress et des émotions ; appelé aussi « triptyque de base

du potentiel humain » et mobilisant la notion d'intelligence émotionnelle reconnue comme étant fortement associée à la performance. Cela lui permettra également d'optimiser les dynamiques interpersonnelles au sein de son groupe (entre joueurs, ou dans la relation entraîneurs-entraînés), qui influencent également le triptyque de base du potentiel humain. Plus généralement, développer ses compétences dans le domaine de la dimension mentale lui permettra d'optimiser son management des Hommes qui est par définition de créer une relation optimale pour atteindre un but précis.

Mais à quel niveau intervenir ?

Une sensibilisation à l'aspect mental existe dès le diplôme Brevet Fédéral. Mickaël Campo nous explique qu'à partir de là, les notions de dimension mentale sont applicables à tous niveaux et joueurs. Un éducateur sensibilisé à la dimension mentale sera forcément différent dans son rapport entraîneur/joueur et adulte/enfant afin de la rendre optimale.

Aujourd'hui, la majorité des clubs et des Académies (ex Pôles Espoirs) ont pris en considération cet aspect et s'entourent parfois des compétences de personnes qualifiées pour accompagner les joueurs. C'est pourquoi il n'y a quasiment plus de réticentes provenant des nouvelles générations de joueurs, sensibilisées dès le plus jeune âge et connaissant l'importance et l'impact de cet élément.

La problématique actuelle provient davantage du mélange entre ces jeunes joueurs - pour qui c'est naturel - et des joueurs confirmés qui n'ont pas forcément travaillé durant leur carrière sur une préparation mentale (routine de préparation, gestion de stress, intelligence émotionnelle...).

Avec la création des Académies, l'idée est d'agir dès aujourd'hui auprès des plus jeunes (-16 à -20) avec un fonctionnement unique pour que l'ensemble des joueurs acquière tout le bagage minimal de l'aspect dimension mentale afin de l'optimiser lorsqu'ils joueront en seniors, que ce soit en club ou en sélection.

Primordiale dans la gestion de carrière

La dimension mentale et la gestion de carrière sont deux éléments indissociables. Cependant, pendant longtemps, l'entraîneur prenait davantage en considération la dimension sportive du joueur, soit le « terrain », au détriment parfois d'une vision plus globale. En effet, si l'« équilibre affectif » du sportif n'est pas optimal, cela va se ressentir sur ses performances individuelles. L'entraîneur se doit donc de prendre en considération tout le contexte extérieur lié à chacun de ses joueurs pour optimiser son rendement.

Les exemples ne manquent pas : arrachement familial pour un jeune joueur, acclimatation dans un nouveau pays ou ville, changement de club, divorce, négociation de contrat, blessure de longue durée, etc. Pour y remédier, l'entraîneur doit axer son approche sur la notion de proximité en multipliant les échanges, en s'intéressant à l'individu parfois davantage qu'au joueur, et ce afin de personnaliser son approche avec chaque entraîné.

Dans l'accompagnement du joueur, l'entraîneur doit donc de prendre en considération quatre facteurs : l'équilibre affectif du joueur, le développement de ses habiletés mentales, le fonctionnement de la structure et la dynamique de son groupe, staff compris.

Partageant cette philosophie depuis quelques années maintenant, la Direction Technique et Sportive de la FFR a créé le département d'accompagnement mental de la performance, prenant de l'ampleur d'année en année, et développant continuellement ses champs d'intervention, allant de la planification du travail mental au sein des Académies jusqu'à l'accompagnement mental des équipes de France. Pour Mickaël Campo, « s'il est aisé de reconnaître que le rugby français avait une longueur de retard dans l'intégration de ce domaine dans l'optimisation de la performance, la dynamique des travaux menés par ce département nous laisse fortement à penser que nous aurons cette fois-ci une longueur d'avance sur les autres nations pour les coupes du monde 2023 et 2025 (CdM rugby féminin) ainsi que pour les Jeux Olympiques à Paris. »

EXERCICE

LA ROUTINE DU BUTEUR

L'agencement temporel de différents comportements et stratégies mentales est connu en psychologie du sport, notamment sous le nom de routine de performance. Le but d'une routine de performance est d'automatiser un agencement de comportements et de stratégies mentales pour amener le buteur dans les meilleures conditions de réalisation, autrement dit, dans sa zone optimale de fonctionnement.

CONSTRUIRE UNE ROUTINE EN 5 PHASES :

La routine du buteur se compose habituellement de quatre phases : la pose du ballon, la prise de marques, le temps de régulation (appelé aussi parfois « temps de préparation mentale », ou encore « temps de concentration »), la course et la frappe. À celles-ci, du point de vue de la dimension mentale, il est important d'intégrer une cinquième phase correspondant à la gestion de l'influence du résultat.

Il existe trois niveaux de travail sur la routine du buteur, excluant ici tout le travail technique qui doit être réalisé en parallèle avec un spécialiste du jeu au pied.

Ci-après se trouve un exemple de travail de niveau I (niveau basique), consistant en l'apprentissage de la routine pour accompagner le buteur «débutant» :

1. Faire marquer les étapes essentielles de la routine de performance par le buteur et les comparer aux phases qui composent une routine de performance pour le coup de pied placé. Ce premier travail permettra de former le joueur à savoir ce qu'est une routine, ce qui la compose, et son importance.

2. Faire indiquer l'objectif des comportements adoptés afin de mettre en évidence les comportements mimétiques, les comportements adaptés et ceux qui ne le sont pas.

3. Demander aux joueurs s'ils utilisent (et si oui comment) l'imagerie mentale ou d'autres stratégies de régulation émotionnelle. Si tel n'est pas le cas, lui suggérer d'en utiliser afin qu'il puisse rétrécir son faisceau attentionnel et mieux gérer son stress.

4. Ajuster (ou élaborer) la routine puis l'expérimenter afin de continuer son ajustement en fonction des ressentis du joueur. Ce processus est un processus dit itératif qui s'arrêtera lorsque le buteur se sentira à l'aise avec cette routine de performance.

5. Automatiser la routine. Une fois la routine finalisée, le joueur devra s'entraîner à buter sous de nombreuses conditions différentes en utilisant la routine en entier.

Il sera alors prêt pour travailler sur un protocole de niveau II (atteinte de la zone de fonctionnement optimal), puis III (travail de régulation avec des marqueurs physiologiques).

Depuis Juillet 2018, TECH XV et la FFR, par l'intermédiaire de la DTN, ont engagé des travaux pour la mise en place d'une formation à destination de l'encadrement sportif (entraîneurs, préparateurs physiques et analystes de la performance) leur permettant de prendre en compte la dimension mentale dans leurs domaines d'activité.

Le groupe de travail a d'ores et déjà validé les objectifs généraux, les prérogatives, le public visé ainsi que la fiche descriptive d'activités.

D'ici la fin d'année civile, il restera à définir les conditions d'accès, l'organisation pédagogique et les mesures transitoires. L'appellation du titre reste aussi à déterminer.

LES ÉCHÉANCES :

Décembre 2018 > fin de la rédaction du livret référentiel

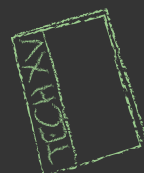
Janvier 2019 > mise en place des procédures d'inscription

Saison 2019/2020 > ouverture de la première session

LA TACTIQUE DU CLIC

PHASE 1

PREMIER RIDEAU
DE LECTURE

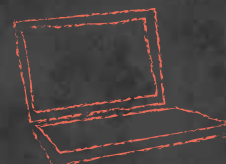


PHASE 2

CONCENTRATION
DES INFORMATIONS,
PRÉPARATION
DES STRATÉGIES...

PHASE 3

CONSULTATION
DU SITE INTERNET



www.techxv.org



JE M'ENGAGE

TECHXV
REGROUPEMENT DES ENTRAÎNEURS
ET DES ÉDUCATEURS DE RUGBY