



Afpa



XV POUR L'EMPLOI

PROGRAMME DE LA FORMATION

STADE CAENNAIS RUGBY CLUB

SOMMAIRE

Module 1 : Activités physiques et hygiène de vie

Module 2 : Comprendre l'état d'esprit et les objectifs du rugby

Module 3 : Exploration des similitudes avec d'autres sports

Module 4 : Savoir-être dans un collectif sportif et un collectif de travail

OBJECTIFS

- Expérimenter, selon le niveau de chacun, les vertus du bien-être corporel et ses incidences dans la vie personnelle et professionnelle.
- Identifier les compétences mises en œuvre dans les pratiques sportives, le travail de l'entraînement, les apprentissages, l'engagement, la socialisation dans une équipe, les rôles et la polyvalence dans le jeu, la résolution individuelle et collective de problème, les règles et ceux qui les font respecter, le respect de l'adversaire et de soi, le leadership, etc.
- Établir un lien permanent entre l'exercice ludique et les compétences nécessaires à une bonne intégration dans un emploi en entreprise.
- Respecter la mixité dans toutes les activités sportives et professionnelles.
- Faciliter la réintégration professionnelle en organisant des rencontres avec des partenaires



MODULE 1

Le module numéro 1, est basé sur la connaissance et le développement de l'activité physique et de l'hygiène de vie.

01

Les bienfaits corporels

Les apprenants acquièrent une meilleure connaissance de leur corps et de leur bien-être corporel ; apprennent les gestes et postures à adopter ainsi que de comprendre la sédentarité et ses conséquences.

02

le bien-être individuel

Le but est de renforcer la confiance en soi tout en maintenant une pratique physique régulière.

03

Hygiène et santé

l'objectif est de porter attention sur le fait d'avoir une bonne hygiène de vie ; de savoir gérer son stress mais également de faire comprendre ce que sont le dopage et les addictions.



MODULE 2

Le module numéro 2, permet de développer l'esprit du rugby et ses objectifs. Il y aura des temps sur le terrain, pour la pratique, et en salle pour le débriefing.

01

Mieux comprendre le rugby

L'objectif est de leur apporter des connaissances sur les principes généraux du rugby et ses spécificités.

02

Les similitudes avec le travail

Comprendre en quoi le rugby concentre des situations de jeux qui ressemblent à des situations de vie et de travail.

03

Développer l'esprit d'équipe

Développer un esprit d'équipe, sur le terrain, entre l'ensemble des apprenants. D'illustrer l'esprit d'équipe et de cohésion qui sont les valeurs essentielles du rugby.

04

Projections de films et débats

Ces moments permettent d'enrichir la culture personnelle de chacun, de pouvoir exprimer un ressenti, de comprendre celui des autres.



MODULE 3

Le module numéro 3, permet de connaître et de comprendre les différents sports qui existent. Il y aura des temps sur le terrain, pour la pratique et en salle, pour le défrieffing.

01

Connaître les différents sports

Acquérir, dans les différents sports, une connaissance de leurs principes généraux et en quoi se distinguent-ils les uns des autres. Faire un parallèle entre les valeurs des sports individuels et collectifs.

02

Compétences développées

Identifier les compétences que développent les sports individuels et collectifs chez un joueur.

03

Le sport et le travail

Identification des règles proposées qui peuvent être transposées dans des situations de vie et de travail.



MODULE 4

Le module numéro 4, permet de consolider les acquis en entreprise et de les transposer sur le projet collectif.

01

Projet collectif

Cela favorise le travail d'équipe et la mise en pratique des compétences acquises lors des modules précédents. Cette approche collective sera enrichie par l'intervention de certains membres de l'équipe senior.

02

Observer et comprendre les objectifs

Comprendre ce qu'il y a de commun entre les aspirations et l'organisation d'une équipe de sport collectif et les objectifs d'une organisation de travail.

03

Méthode DISC

Avoir une meilleure connaissance de soi et de l'autre ; développer une adaptabilité et flexibilité dans le monde professionnel.



FOCUS : STAGE

Avec l'aide de nos entreprises partenaires, les apprenants auront l'occasion de réaliser un stage de 3 semaines. Cela permet de :

- Réaliser des entretiens d'embauche. En participant à des sessions de job dating tout en pratiquant une activité physique, telle que le rugby touché à 5 avec nos partenaires, on abolit les étiquettes et les statuts. Tout le monde se met en tenue de sport pour vivre un moment de partage et d'échange unique.
- Réaliser une immersion professionnelle afin de découvrir des métiers et de développer des compétences telles que la ponctualité, d'acquérir de l'expérience, etc.
- Avec à la clé, une possibilité d'embauche ou d'une alternance avec une formation par la suite.
- Il y aura, après la formation, un accompagnement d'un an pour les apprenants.



LES ENCADRANTS

Céline Landemaine-Martineau

Administratif et gestion-comptabilité
contact@scrc.fr

Jean-François Dreyer

Secrétaire général
jean-françois.dreyer@orange.fr

Nicolas Vellutini

Chargé de partenariat
communication@scrc.fr

Louis Szczepski

Responsable sportif du Centre d'entraînement labélisé
sportif@scrc.fr

Victor Lemarchand

Responsable sportif de l'École de Rugby
sportif@scrc.fr

Arthur Gripon

Éducateur sportif

Stéphane Mauger

Éducateur sportif

Yarol Lecorne

Préparateur physique, éducateur sportif





MOYENS MATÉRIELS

Stade du Chemin Vert

3 terrains de rugby, vestiaires

Club-house

Salle avec vidéo projecteur ; une salle de musculation ; un espace restauration

Matériels sportifs et pédagogiques

Un minibus de 9 places

Inclus dans l'ensemble de la prestation :

- *Prise en charge de tous les déplacements à l'extérieur*
- *Restauration dans le club-house :*
 - *Accueil du matin*
 - *Repas du midi*
 - *Pauses*



CONTACTS

MAISON DU RUGBY
47 rue d'Alsace,
14000 CAEN.

Nicolas VELLUTINI
07.50.40.27.23
communication@scrc.fr
www.scrc.fr
