

Centre de formation de la F.F.C.E.B.

Conférence d'information du
13/03/2013

sommaire

- Quels sont les objectifs du centre de formation ?
- Comment le centre de formation réalise-t-il son double objectif ?
- Comment entrer au centre de formation ?
- Quels sont les résultats du centre de formation ?
- Questions souvent posées

Objectifs du centre de formation :

- Une structure sportive fédérale pilotée par la F.F.C.E.B. (C.A.)
- Son objectif est double :
 - Optimiser le potentiel sportif des jeunes escrimeurs (fleuret et épée)
 - Réussir son parcours scolaire

Comment le C.F. réalise-t-il son double objectif ?

- 2 modes d'organisation
- Statut « espoir sportif »
- Un programme poussé de formation sportive
- Intégration dans le programme fédéral de préparation
- Des contenus d'entraînement de pointe
- Intégration dans le programme fédéral de sélection pour les compétitions internationales et « sommets »
- Un encadrement professionnel expérimenté dans le sport de haut niveau

2 modes d'organisation

1. Internat :

- Où ? Au centre ADEPS de Jambes
- Libre choix de l'école dans l'agglomération
- Suivi par l'équipe éducative
- Possibilités de remédiation au centre (après avoir épuisé les possibilités offertes par l'école elle-même)
- Obligation de suivre l'intégralité du programme sportif
- Les parents restent les interlocuteurs principaux des écoles
- 60 sportifs de 3 disciplines (escrime, basket, tennis de table)
- Logement en chambre double
- Mixité

2. Externat :

- Condition : domicile à maximum 25 km du centre d'entraînement
- Libre choix de l'école
- Pas de suivi scolaire par l'équipe éducative
- Obligation de suivre l'intégralité du programme sportif

Statut « espoir sportif »

- Il est octroyé par le Ministre des Sports sur proposition de la D.T. fédérale
- C'est une possibilité d'allègement, non obligatoire, du programme scolaire
- Il permet :
 - La dispense des cours d'E.P.
 - La possibilité de dispense de 4 périodes d'option (conditions variables selon les écoles).
 - 30 demi jours d'absence pour raison sportive : compétitions, stages, entraînements, récupération
- Il impose :
 - Un suivi scolaire et sportif via le « C.E.L. » (document officiel)
- Remarque :
 - Impossibilité de dispenses pour les cours du « tronc commun »

Programme de formation sportive

- Programme de base :
 - 8 heures par semaine (après 16 h ou en soirée).
 - Intégration dans le programme sportif fédéral : stages, Collectifs Jeunes, pôles régionaux.
- En fonction des disponibilités scolaires :
 - Entraînements supplémentaires en journée.

Des contenus d'entraînement de pointe

- Escrime :
 - Technique et tactique
- Préparation physique : 2 volets développés en fonction du niveau de maturité physique
 - La prévention : renforcement de la proprioception, travail postural, souplesse
 - Le développement : de l'endurance, de la puissance, de la souplesse, de la force
- Préparation mentale : apprentissage et développement de 3 compétences principales
 - Gérer son niveau d'activation
 - Gérer sa concentration
 - Organiser le futur

Le programme fédéral de sélection

- Pour les compétitions internationales de sélection
 - Prérequis : être sélectionné par le C.S.F. (cfr règlement fédéraux)
 - Cadet : 4 compétitions (sur les 5 du P.F.)
 - Junior : 4 compétitions (sur les 6 du P.F.)
- Pour les compétitions sommets
 - Prérequis : être sélectionné par le C.S.F.
 - Cadet : championnat d'Europe, championnat du Monde
 - Junior : championnat d'Europe, championnat du Monde

Un encadrement sportif expérimenté

- 3 entraîneurs diplômés en Education Physique et anciens tireurs de niveau mondial et olympique
- Marc Pichon
 - Planification, préparation physique, préparation mentale
- Oscar Garcia
 - Entraîneur fleuret
- Nelson Loyola
 - Entraîneur épée

Statistiques et résultats du centre de formation

- 29 jeunes escrimeurs ont participé au programme du centre de formation (2005-2012)
 - 15 suivent actuellement ou ont terminé un cursus d'enseignement supérieur ou universitaire
 - 2 ont suivi un enseignement de qualification professionnelle
 - 8 sont actuellement dans l'enseignement secondaire
- 41 sélections pour les championnats d'Europe et championnats du monde ont été décrochées par les jeunes du centre de formation
- 6 jeunes ont atteint le haut niveau international

- 3 ont quitté l'internat en raison de difficultés d'adaptation et ont abandonné l'escrime dans la même année
- 3 ont quitté l'internat en raison de difficultés d'adaptation et ont poursuivi une carrière d'escrimeur, sans conséquences sur le plan scolaire
- 2 ont été momentanément en échec scolaire sérieux durant leur séjour à l'internat

Comment entrer au centre de formation ?

- Des conditions préalables ...
 - Être licencié à la F.F.C.E.B.
 - Être de nationalité belge
 - Être né(e) de 1996 à 1999
 - Être dans le 2^{ème} ou 3^{ème} cycle de l'enseignement secondaire
 - Aimer son sport ...
 - Être motivé (≠ « avoir envie »)
 - Introduire sa candidature :
 - par courriel escrime@skynet.be
 - ou par courrier (J. COLOT / Direction technique escrime / Adeps Jambes)

Comment entrer au centre de formation : suite

- Procédure d'admission :
 - Réussir les tests physiques et techniques : mercredi 27/03/13 à partir de 14h00
 - Examen médical d'aptitude : avril
 - Entretien avec un psychologue du sport : avril
 - Être sélectionné par la direction technique : mai

F.A.Q.

- Comment choisir une école à Namur ?
 - 19 établissements offrent un large choix d'options dans un rayon de 20-25 minutes à pied
 - Conseil : Olivier MARROY (chef éducateur du centre de formation) 0496 / 43 76 85
- Comment prendre R.V. pour l'examen médical et l'entretien psychologique ?
 - Informations fournies lors des tests d'entrée du 27/03
- Quand est-on informé de la décision finale ?
 - À la mi-mai
- Quand a lieu la rentrée pour la saison 2013-2014
 - Stage de reprise : 19-23/08/2013
 - Rentrée officielle : dimanche 1/09/2013

F.A.Q. : suite...

- Comment le projet du sportif est-il évalué ?
 - Évaluation trimestrielle et annuelle par le staff des entraîneurs et éducateurs
 - En fonction de cette évaluation, le D.T. prend une décision sur la poursuite du projet
- Quel est le contrat de départ ?
 - Le jeune rentre dans le projet pour une année renouvelable
 - La F.F.C.E.B. s'engage également pour une année scolaire

- Peut-on quitter le centre de formation en cours d'année ?
 - Oui. Le jeune qui a des difficultés d'adaptation à l'internat peut poursuivre dans la formule externat pour autant que l'éloignement du domicile le permette.
 - Il peut aussi décider d'arrêter totalement le projet
 - C'est le C.A. de la fédération qui fixe les conditions financières du départ

- Quels sont les coûts liés au centre de formation ?
 - Internat
 - Cotisation : 2900€ / année scolaire (payable mensuellement, trimestriellement ou en une fois)
 - Participations compétitions de sélection :
 - Cadets : 75€/compétition
 - Juniors : non fixé actuellement
 - Équipement sportif à charge des tireurs
 - Externat
 - Cotisation : 1000€ / année scolaire (payable mensuellement, trimestriellement ou en une fois)
 - Participations compétitions de sélection :
 - Cadets : 75€/compétition
 - Juniors : non fixé actuellement
 - Équipement sportif à charge des tireurs

Contacts

- Direction technique : Mr Colot
Adeps Jambes 3 Allée du Stade Communal 5100 Jambes
0474 30 88 85
Jcolot_escrime@yahoo.fr
- Adjoint direction technique : Mr Pichon
0476 638 052
- Chef éducateur : Mr Marroy
Adeps Jambes 3 Allée du Stade Communal 5100 Jambes
0496 43 76 85
- Secrétariat F.F.C.E.B. : Mr Delmotte
escrime@skynet.be
3 rue des Clairisses – 7500 Tournai
069/87 52 90
- Direction Adeps Jambes : M. Willems
081/322 350