



JULES LESVEN

Section Sportive de Kérichen
Pôle Départemental de Rugby

Saison 2024/2025

PRÉSENTATION

Section Sportive de Kérichen Pôle Départemental 29

La section sportive de Kérichen est une structure permettant de concilier les études et une pratique renforcée du rugby au cours des années lycée.

Elle fait également office de Pôle Départemental et s'inscrit donc dans une démarche de perfectionnement visant à former des joueurs et des joueuses de niveau Fédéral.

Les élèves inscrit.es bénéficient d'un emploi du temps aménagé comprenant 9h de pratique hebdomadaire spécialisées rugby qui sont réparties en 3 créneaux de pratique terrain et 2 créneaux de renforcement musculaire. A cela s'ajoute 1h chaque semaine consacrée au suivi personnel.

En parallèle, les jeunes lycéens continuent à s'entraîner et à jouer avec leur club le WE, ce qui leur permet de partager et faire bénéficier à leur club de leur savoir-faire et savoir-être. Les joueurs du bassin brestois ont la possibilité de s'entraîner avec leur club la semaine. L'apprentissage du travail en autonomie et de la vie de groupe font donc partie du bagage ambitionné au cours du cursus Pôle.

Présentation d'une semaine type :

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<i>COURS</i>	8h – 9h Renforcement Physique	<i>COURS</i>	8h – 9h Renforcement Physique	COURS
	<i>COURS</i>		COURS	
<i>COURS</i>	<i>COURS</i>	14h -17h Entraînement Terrain	<i>COURS</i>	<i>COURS</i>
18h – 20h Entraînement Terrain	18h – 20h Entraînement Terrain		17h – 18h Suivi et Cohésion	

Contenu des Séances

Sur le Terrain :

- > Lundi Soir (avec le CED) : Ateliers et Jeu autour d'un thème technique par mois
- > Mardi soir : Préparation physique intégrée autour des capacités de vitesse, de lutte, de cardio et de renforcement) et/ou travail des compétences individuelles basiques (passes courtes, passes longues, duel offensif, duel défensif)
- > Mercredi Après-midi : Situations de jeu & Jeu dirigé sur les compétences collectives (placements, circulations, communication, stratégie, etc....)
- + Temps d'autonomie accompagnée sur le jeu au poste.

En salle :

Créneaux de renforcement et prévention physique les mardi et jeudi matin
Temps de suivi scolaire et vie de groupe le jeudi soir

Dotations

Elève de Seconde	Elève de Première	Elève de Terminale
1 Sac à dos	1 Coupe Vent	1 Veste à capuche
1 Short	1 T Shirt	1 Bas de survêtement
1 Paire de chaussettes	1 Paire de chaussettes	
1 T Shirt		



Section Sportive de Kérichen
Pôle Départemental de Rugby

Saison 2024/2025

Questions diverses

- *Je n'habite pas dans le Finistère, est-il possible pour moi d'entrer au Pôle ?*

Oui, des places d'internat aux Lycées La Pérouse-Kérichen et Jules Lesven sont spécialement mises à disposition des sections sportives. Il en va de même pour les jeunes Finistériens n'habitant pas sur Brest.

- *Je suis déjà en classe de 2nde, puis-je candidater pour le Pôle ?*

Pour les filles, l'entrée au Pôle est possible jusqu'en en Terminale. Cela est dû au plus faible nombre de licenciées féminines par rapport aux garçons.

Pour les garçons, l'entrée au Pôle peut se faire en fonction du profil du candidat et en fonction du nombre de place disponibles sur la génération

- *Est-ce que je pourrai m'entraîner avec mon club pendant la semaine ?*

Oui, pour les licenciés du secteur Brestois qui le peuvent, la participation aux entraînements club est fortement conseillée.

Les filles ont également la possibilité de s'entraîner avec les féminines du pays de Brest.

- *Je souhaite faire une formation professionnelle, est-il possible d'entrer à la section sportive ?*

Oui, avec certaines particularités. Le lycée La Pérouse-Kérichen ne proposant pas de filière professionnelle, il faudra donc s'orienter selon la formation souhaitée vers le Lycée Lesven ou le Lycée Vauban (également sur la cité scolaire).

Malheureusement le lycée Vauban n'étant pas conventionné, l'aménagement du planning n'est donc pas possible (notamment pour les 2 créneaux du matin). Il est par contre tout à fait envisageable de faire partie du Pôle, en participant aux entraînements le soir et en bénéficiant du suivi sportif et scolaire.

Des portes ouvertes sont organisées pour la cité scolaire le samedi 17 février 2024 ; le pôle rugby y sera présent pour plus d'informations et découvrir l'établissement.



JULES LESVEN

Section Sportive de Kérichen
Pôle Départemental de Rugby

Saison 2024/2025

Démarche de sélection

La 1^{ère} étape est de nous faire parvenir votre dossier de candidature.
Une journée de tests (Rugby, Physique et Entretien individuel) sera organisée un mercredi courant avril 2024 à Brest, la date vous sera communiquée ultérieurement.

La sélection sportive se basera sur l'étude de la motivation des candidats et sur les tests de sélection (physiques & rugby)

La sélection scolaire se basera quant à elle sur les résultats et les appréciations de l'année scolaire 2023-2024.

Les 3 étapes :



Formulation des vœux en ligne (mai 2024)

Inscriptions des vœux sur Affelnet-Lycée via l'administration de votre collège

Récupération du dossier d'inscription auprès du Lycée



JULES LESVEN

Section Sportive de Kérichen
Pôle Départemental de Rugby

Saison 2024/2025

Formations proposées



Au Lycée La Pérouse-Kérichen : Bac Général

<https://lycee-la-perouse-kerichen-brest.ac-rennes.fr/spip.php?rubrique32>



Au Lycée Lesven : Bac Général et Bacs Professionnels

<https://www.lycee-jules-lesven.org/formations-593-0-0-0.html>



Au Lycée Vauban (non conventionné) : Bacs Professionnels

<https://www.lycee-vauban-brest.ac-rennes.fr/>

Conditions d'entrée

- 🏉 Être licencié(e) FFR
- 🏉 Satisfaire aux exigences scolaire, sportive et en termes de motivation lors de la sélection

Documents à transmettre

- ✓ Fiche de renseignements
- ✓ Bulletins scolaires du 1^{er} et 2^{ème} trimestre de l'année scolaire 2023-2024
- ✓ Lettre de motivation du ou de la candidate & Recommandation du club
- ✓ Autorisation parentale pour la journée de tests