

GREEN ACADEMY RUGBY CLUB SOIGNIES



Rentrée académique 2024 - 2025

LE PROJET GA



- ▶ Importance de pouvoir 'allier' études et sport
- ▶ Augmentation globale du nombre de joueurs de qualité reste indispensable pour assurer la pérennité du projet et alimenter le vivier des équipes seniors/vertueuses
- ▶ Infrastructures du club sont de qualité pour accueillir et développer le projet de la GA
- ▶ **Mixte** : Ouvert à toutes et tous
- ▶ Catégories **U14-U16-U18**
- ▶ En provenance de **toute école**
- ▶ Cadre pédagogique et rugby à 7 en concordance avec projet WAO
Infrasports/Adeps
- ▶ La GA rentre en compte dans la « Labellisation » mise en place par la LBFR et l'Adeps
- ▶ Les partenaires/sponsors sont friands du projet



GREEN ACADEMY 2024-2025

	NOM	PRENOM	CATEGORIE
1	Boitquin	Jules	U16
2	Dekeuleneer	Lucien	U14
3	Ducatteeuw	Larry	U16
4	Francois	Hugo	U14
5	Giannaula	Noah	U14
6	Godart	Mael	U14
7	Hanot	Thomas	U14
8	Lambert	Timéo	U14
9	Lebegue	Joana	U14
10	Leclercq	Timéo	U14
11	Michel	Eliott	U14
12	Novalet	Noam	U14
13	Petit	Clovis	U16
14	Petit	Syrl	U14
15	Pigeolet	Noé	U14
16	Ponti	Gabriele	U16
17	Schaukens	Théo	U16
18	Sturbois	Hugo	U14
19	Van Schaik	Manoa	U16

LE GROUPE
DE
JOUEURS...

ANNEE ACADEMIQUE 2024 2025



- ▶ Suivi de l'étude Green Academy assuré par des profs diplômés
- ▶ Priorité est la réussite scolaire
- ▶ Infrastructures au top sur le même site : salle de cours, salle muscu, terrain synthétique, vestiaires et matériel
- ▶ Encadrement sportif de qualité : coachs diplômés (2 seniors)
- ▶ Rugby (technique individuelle, rugby à 7) ET préparation physique (muscu et terrain)
- ▶ Horaires : 16h15 accueil + collation / 16h45-17h45 étude / 18h-19h rugby ou PP
- ▶ Suivi individualisé avec programme adapté
- ▶ Participation aux frais : 5€/personne/jour (2 factures « anticipatives » en octobre 2024 et février 2025) → 20 journées d'ici 12/2024
- ▶ Début des activités : **mardi 17/09/2024**
- ▶ Suivi médical
- ▶ Signature du ROI
- ▶ Responsable coordination GA : Curtis Moucheron

COORDINATION PEDAGOGIQUE

- ▶ A 16h45, tous s'installent (les GSM sont gardés par le professeur).

On commence par une séance de 15 à 20 minutes de coaching scolaire :

- Tests sur les types de mémoire afin de comprendre comment la sienne fonctionne
- Tests sur les types d'intelligence
- Exercices de travail de sa mémoire, de développement de sa concentration
- Méthodologie de planning, de prise de notes structurées, de mind mapping, ...
Motivation

- ▶ Ces séances, sans être des cours particuliers, ont pour but d'aider chaque jeune à trouver et utiliser une méthode de travail personnelle et efficace.
- ▶ La suite de l'étude est consacrée au travail scolaire personnel (devoirs, étude en vue d'évaluation, révisions, ...) Il est évident que si un problème particulier est détecté, un suivi personnel est mis en place (nous pouvons faire appel à des professeurs de branches plus spécifiques pour des rattrapages, séances d'exercices et/ou d'explications supplémentaires si nécessaire).
- ▶ Les encadrantes sont enseignantes dans l'enseignement secondaire supérieur depuis plus de 20 ans et formées au coaching scolaire.
- ▶ L'objectif de ce volet pédagogique est de donner d'une part des outils d'autre part un cadre pour que chacun puisse consacrer le temps nécessaire à sa réussite scolaire : le sport de haut niveau exige aussi une tête bien faite.



COORDINATION SPORTIVE



- ▶ **Coordination sportive :**
- **Mardi : Matthéo Van Holsbeke**
- **Jeudi : Curtis Moucheron**

Mardi = Travail spécifique sur le terrain

- Travail individualisé suivant les besoins
- Vidéo
- Feedback
- Test
- Travail au poste
- Jeu au pied

Jeudi = Travail adapté salle (Age, postes,...)

- Souplesse - Etirements
- Renforcement musculaire
- Renforcement au poste
- Travail sur la vitesse
- Ré-activité
- Prévention des blessures

OBJECTIFS DE LA CELLULE SPORTIVE



- Suivi du joueur (intensité, volume, temps de récupération, poids, taille...)
- Donner un bagage technique et physique
- Performance des joueurs dans leur catégorie
- Donner des retours aux entraîneurs
- Des fiches individuelles seront établies selon les performances des joueurs (points positifs – points à améliorer,...)
- Sensibiliser les joueurs : prendre soin de son corps (nutrition, repos, soins,...)

CALENDRIER 2024



		Septembre				Octobre				Novembre				Décembre			
		Etudes		Rugby/Pp		Etudes		Rugby/Pp		Etudes		Rugby/Pp		Etudes		Rugby/Pp	
1	Dimanche					Mardi				Vendredi					Dimanche		
2	Lundi					Mercredi				Samedi					Lundi		
3	Mardi					Jeudi				Dimanche					Mardi		
4	Mercredi					Vendredi				Lundi					Mercredi		
5	Jeudi					Samedi				Mardi					Jeudi		
6	Vendredi					Dimanche				Mercredi					Vendredi		
7	Samedi					Lundi				Jeudi					Samedi		
8	Dimanche					Mardi				Vendredi					Dimanche		
9	Lundi					Mercredi				Samedi					Lundi		
10	Mardi					Jeudi				Dimanche					Mardi		
11	Mercredi					Vendredi				Lundi					Mercredi		
12	Jeudi					Samedi				Mardi					Jeudi		
13	Vendredi					Dimanche				Mercredi					Vendredi		
14	Samedi					Lundi				Jeudi					Samedi		
15	Dimanche					Mardi				Vendredi					Dimanche		
16	Lundi					Mercredi				Samedi					Lundi		
17	Mardi	Debut de la GREEN				Jeudi				Dimanche					Mardi		
18	Mercredi					Vendredi				Lundi					Mercredi		
19	Jeudi					Samedi				Mardi					Jeudi		
20	Vendredi					Dimanche				Mercredi					Vendredi		
21	Samedi					Lundi				Jeudi					Samedi		
22	Dimanche					Mardi				Vendredi					Dimanche		
23	Lundi					Mercredi				Samedi					Lundi		
24	Mardi					Jeudi				Dimanche					Mardi		
25	Mercredi					Vendredi				Lundi					Mercredi		
26	Jeudi					Samedi				Mardi					Jeudi		
27	Vendredi					Dimanche				Mercredi					Vendredi		
28	Samedi					Lundi				Jeudi					Samedi		
29	Dimanche					Mardi				Vendredi					Dimanche		
30	Lundi					Mercredi				Samedi					Lundi		
31						Jeudi				Mardi					Mardi		
		Septembre		Etude	4	Octobre		Etude	6	Novembre		Etude	8	Décembre		Etude	2
				Rugby	2			Rugby	3			Rugby	4			Rugby	1
				Pp	2			Pp	3			Pp	4			Pp	1

Facture 1 En octobre
20 séances = 100€

Période d'examen

Vacances

Total	Etude	20
	Rugby	10
	Pp	10
	Mardi	10
	Jeudi	10

LES INTERVENANTS...



➤ COORDINATEUR GREEN ACADEMY

- ✓ Curtis MOUCHERON 0483/01.52.23 curtis.moucheron@gmail.com

➤ COORDINATION SPORTIVE

- ✓ Curtis MOUCHERON 0483/01.52.23 curtis.moucheron@gmail.com
- ✓ Matthéo VAN HOLSBEKE 0496/53.63.82 mattheovh10@gmail.com

➤ COORDINATION PEDAGOGIQUE

- ✓ Véronique MANCHE 0495/14.77.56 vero-manche@hotmail.com
- ✓ Valérie FEREAU 0478/90.85.93 valerie.fereau@yahoo.fr

➤ DIRECTION SPORTIVE RCS

- ✓ Yves CALOMME 0496/10.25.13 directeursportif@rugbysoignies.be