



## Structures du PES – POLES INSEP Natation Course Informations et démarche de candidature

### A. ECHEANCIER INSEP/FFN : Modalités administratives et procédure de décision

### B. INFORMATIONS POLES NATATION COURSE à l'INSEP

#### A. ECHEANCIER INSEP/FFN : Modalités administratives et procédure de décision

##### 1) **Une réunion d'information sur le pôle et son fonctionnement sera organisée le 15 avril 2015**

Les candidats, parents, encadrement sportif qui souhaitent découvrir la structure en vue d'une entrée en 2015 ou après doivent se faire connaître auprès du responsable du pôle : [poleffninsep@gmail.com](mailto:poleffninsep@gmail.com)

Retourner la page 1 du dossier de candidature et confirmer votre souhait d'être invité.

##### 2) **Faire connaître votre candidature**

##### **Dès maintenant : Télécharger le dossier de candidature et le mode d'emploi sur le site fédéral**

Département Haut niveau et Médical – le Parcours de l'Excellence Sportive (PES) – Dossier de candidature PES Natation Course

Lien : <http://ffn.extranat.fr/webffn/index.php?idact=dhn>

- **Suivre le mode d'emploi dossier de candidature PES FFN Natation Course**
- **Remplir le dossier et fournir les pièces demandées (le classement des vœux est important)**
- **Procéder aux envois selon le cheminement prescrit**

**Et en parallèle**, réaliser un premier envoi mail de votre dossier au responsable du pôle :

[poleffninsep@gmail.com](mailto:poleffninsep@gmail.com)

- 3) Réception du dossier PES complet (avec les avis) : 20 Avril
- 4) Fin Avril : premier avis de l'encadrement sur la candidature
- 5) Réaliser les examens médicaux règlementaires pour les athlètes non-inscrits sur listes ministérielles et qui seraient retenus (anticiper la prise des rendez-vous pour la première quinzaine de mai) ou être à jour pour les autres. Retour du dossier médical à la FFN impératif avant le 29 mai.
- 6) **Convocation** pour une journée de rencontre et d'évaluation (courant mai)
- 7) Avis consolidé de l'encadrement sur la candidature – proposition au DTN
- 8) Demande de l'Insep pour constituer le dossier d'inscription (courrier aux familles) sur validation du responsable de pôle FFN. (Fin mai)
- 9) **Retour du dossier « Insep » complet** avant la Commission de Validation : date entre le 05 Juin et le 15 Juin
- 10) Commission de Validation : décision officielle d'acceptation/refus (Services et Direction de l'Insep, Direction Technique FFN)
- 11) **Validation** :
  - Information aux candidats

- Confirmation par l'Insep à l'issue de la commission et après finalisation des démarches administratives (procédure informatique pilotée par l'INSEP)
- Validation du Comité d'Ile de France sous réserve du retour de la convention signée CLUB/ATHLETE/CIF

#### 12) Rentrée :

La rentrée s'effectue pour les internes du pôle espoir le dimanche précédent la rentrée scolaire avec une réunion institutionnelle de l'Insep (accueil des familles et présentations des responsables des différents départements qui concernent les mineurs. La rentrée sportive peut débuter ce même jour (à confirmer)

### **B. INFORMATIONS : POLES NATATION COURSE à l'INSEP**

#### **I. Les conditions d'accès et de maintien**

En référence à la convention entre l'INSEP et la FFN, l'Insep accueille prioritairement des pôles France des fédérations sportives et les sportifs médaillables sur les échéances internationales majeures.

Les pôles Espoir CIF-FFN et France à l'Insep s'inscrivent dans cet objectif à travers la dynamique du Parcours d'Excellence Sportive de la Fédération Française de Natation. Les conditions d'entrée et de maintien sont définies dans ce cadre et cette ambition.

L'inscription dans l'un des deux pôles fait suite à l'étude et le positionnement concerté de la FFN et de l'Insep. L'appartenance d'un sportif à l'une de ces structures est conditionnée par son niveau sportif et technique et l'évolution de ses performances sportives au long des saisons et lors des échéances sportives ainsi que sa motivation durable déclinée au quotidien dans la poursuite de son double projet .

Dans les conditions imposées par les procédures institutionnelles, l'encadrement sportif collabore étroitement avec la Direction Technique Nationale pour définir la liste des sportifs qui sera proposée à l'entrée et au maintien dans le pôle.

L'inscription au pôle est conditionnée par la signature d'une convention qui objective et définit les conditions de mise en œuvre du double projet qui impliquent le sportif et sa famille, le club, le comité régional et la Fédération française de Natation, la structure d'entraînement et l'Insep.

Le régime du sportif est décidé en concertation avec la famille et l'Insep au regard des places disponibles et en adéquation avec la situation du sportif (éloignement, âge ..) en cohérence avec le projet.

#### **II. Organisation technique**

Les deux entraîneurs principaux des pôles France et Espoir de Natation Course sont des cadres d'état qui garantissent le respect des directives ministérielles et fédérales.

Le support d'un établissement public d'état tel que l'Insep permet à tous les sportifs du pôle de rester licencié dans leur club d'origine. L'encadrement technique de la structure collabore avec les services de l'Insep qui s'organisent pour répondre au mieux aux exigences actualisées de la performance de haut niveau. En lien avec les différents acteurs (Insep, Comité Régional Ile de France, FFN), le responsable du pôle qui représente la Direction Technique de la FFN travaille à la mise en place des moyens au service des projets de performance au sein de l'établissement et suit la situation des sportifs.

C'est donc un travail d'équipe qui offre au sportif d'importants moyens au service de sa préparation sportive et de son équilibre de vie.

L'encadrement permanent du pôle FFN :

- **Responsable des pôles FFN à l'Insep** : Odile PETIT
- **Entraîneur Pôle France**: Jean-lionel REY
- **Entraîneur Pôle Espoir**: Eric BRAIZE

En soutien de l'encadrement selon les saisons, exemple 2014-15 :

- **Préparateur physique** : Cyril VIEU
- **Entraîneur** : Robin PLA
- **Kinésithérapeute pôle France** : Arnaud DAUFRESNE
- **Entraîneur stagiaire** : Enguerrand AUCHER

Collaborations régulières au sein de l'Insep :

- **Préparation physique** : Norbert KRANTZ
- **Optimisation du geste** : Armelle VAN EECLO
- **Médecins référents** : Philippe LEVAN, Sébastien LEGARREC
- **Diététique** : Véronique ROUSSEAU

### III. Aménagement du rythme de vie (Voir Annexe 1)

Au sein de l'Insep, la disponibilité des installations s'organise en fonction de la demande et offre de larges plages d'entraînement. L'adaptation aux contraintes de formation quel que soit le niveau de formation (second cycle, études supérieures) est donc possible et implique un aménagement dans le temps au regard de l'exigence du projet sportif.

#### La scolarité (collège /lycée) :

Le département de la scolarité s'intègre plus largement dans le service du DOFER.

Pour les élèves de la Seconde à la Terminale, le pôle de Natation a choisi de suivre le cadre horaire proposé par l'INSEP qui permet un face à face pédagogique régulier avec les professeurs des lycées partenaires (Lycée Berthelot de St Maur, Lycée Berlioz de Vincennes) qui se déplacent sur le site de l'Insep. D'autres modalités peuvent être envisagées sur demande de l'encadrement et après une étude concertée. La classe de 3<sup>ème</sup> fonctionne sur le support du CNED avec un face à face pédagogique sur les matières principales avec des personnes ressources en interne à l'établissement. Des temps de travail personnel (« études obligatoires ») et d'exercices spécifiques pour l'intégration des contenus (« colles ») sont en place.

Pour autant, l'autonomie des sportifs et leur engagement actif dans le choix de s'inscrire dans une dynamique de haut niveau constitue une condition de réussite nécessaire. Des moyens sont mis à dispositions par l'académie de Créteil mais les niveaux scolaires et les examens sont identiques au niveau national. Les perspectives de poursuite d'étude sont ainsi garanties aux élèves qui s'en donnent les moyens.

### Organisation du suivi scolaire :

- Le cadre référent de chaque athlète répercute les sujets à traiter.
- Des interactions régulières avec les référents du service de la scolarité permettent d'organiser les conditions nécessaires à la réussite de l'athlète.
- Informations et relations : Bulletin trimestriel avec évaluation sportive et scolaire.
- Informations en temps réel pour le suivi des absences non prévues, un comportement inadapté, difficultés rencontrées.
- Les adaptations nécessaires à la réussite scolaire pour faire face aux contraintes sportives se font en partenariat avec l'encadrement sportif et les services de l'I.N.S.E.P. et sont déjà très opérationnelles et efficaces (soutien, rattrapage, accès aux contenus en déplacement.).

### Les créneaux scolaires, sans demande spécifique de la discipline, s'organisent comme suit :

- LUNDI-MARDI-JEUDI : 07H45 / 10H35 et 14H15 / 16H15.
- MERCREDI matin : 07H45 / 10H35
- MERCREDI après-midi : Temps réservé aux devoirs surveillés selon les sections et les besoins, possibilité de souplesse importante pour favoriser l'entraînement.
- VENDREDI : 08H00 / 13H00. Matinée bloquée permettant le déplacement sur le lycée de rattachement (TP, matières spécifiques).
- VENDREDI après-midi : Temps libéré permettant l'entraînement, le retour en famille, en club ou les départs en compétition.
- Deux études surveillées par semaine pour toutes les classes, de 20H30 à 22H00.
- Plus des « colles/temps d'exercices appliqués » 2 fois par semaine pour les Terminales, de 20H30 à 22H00.
- Les cours de Terminales se poursuivent sur une des 2 semaines habituelles de vacances définies par l'Education Nationale à l'exception de celles de Noël.
- Le travail d'orientation est systématique en Terminale et peut s'anticiper, même en Première, avec les services « ressource » en interne.

### La préparation des examens

- L'organisation d'examens blancs et le report d'examen sont pris en charge par l'I.N.S.E.P. qui anticipe avec le responsable du pôle les contraintes dues à la préparation des échéances sportives.
- La note d'EPS correspond à une notation sportive associée aux commentaires du responsable technique de la discipline. L'I.N.S.E.P. organise la notation de l'épreuve d'EPS pour respecter la réglementation l'année du BAC et permettre de bénéficier d'une note maximum.

## **IV. Organisation sportive**

Les choix qui concernent l'organisation technique et la conduite des séances sont définis en début de saison par l'encadrement pour permettre le meilleur développement du projet sportif des nageurs (ses) et la réussite de leurs objectifs. Il peut donc être modifié d'une saison à l'autre.

Un programme prévisionnel de saison fait l'objet d'échanges avec les entraîneurs des clubs qui engageront leurs sportifs sur les épreuves des compétitions ainsi définies. Les adaptations s'opèrent aussi en cours de saison en fonction de la réalité sportive et des modifications éventuelles du calendrier sportif.

La semaine sportive est construite du lundi au samedi matin avec un repos dominical sauf en cas de compétition. Des séances en club sont prévues certains samedis. La relation parents/entraîneurs permet de gérer les adaptations et les retours en famille au cas par cas. Selon les échéances, le calendrier diffère d'un nageur à l'autre (âge, niveau) et selon l'appartenance au pôle France ou Espoir. La fin de saison s'organise

selon les qualifications aux compétitions de référence nationales ou internationales. L'activité se poursuit donc en Juillet, avec possibilité d'un stage à l'extérieur.

A titre d'exemple, l'organisation de la saison 2014-15

SAISON 2014-2015		MODELE HEBDOMADAIRE/POLE ESPOIR					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7H45					BUS COLLECTIF		
8H					LYCEES		
8H30					PARTENAIRES		
9H							
9H30							
10H						Natation	
10H35						10H30	
10H45	BASSIN	BASSIN	BASSIN	BASSIN			
11H30							
12H							
12H30							
13H	DEJEUNER	DEJEUNER	DEJEUNER	DEJEUNER	13H		
13H30					DEJEUNER		
14H							
14H30							
15H					14H00		
15H30					Natation		
16H					16H00		
16H30	16H30	16H30		16H30	MUSCU		
17H	BASSIN	PPG		PPG			
17H30		BASSIN		BASSIN			
18H	18H						
18H30	MUSCU						
19H							
19H30	DINER	19H45	DINER	19H45	DINER		
20H		DINER		DINER			
20H30							
21H	ETUDES	ETUDES		ETUDES			
21H30		COLLE		COLLES			
22H00							

LEGENDE	
	Compétitions Nationales
	Compétitions Qualificatives pr le National
	Compétitions préparatoires ou organisé par le CIF
	Compétitions internationales
	Stage à l'extérieur
	Stage à l'Insep
	REPOS
	Jour férie
	Vac Scolaires

	SEPT	SCOL	OCT	NOV	SCOL	DEC	JANV	SCOL	FEV	MARS	AVRIL	SCOL	MAI	SCOL	JUIN	JUILLET
1 L	M		1 S	OFF	L	1 J	OFF	D		1 D	M	FRA	1 V	estivaux	L	1 M
2 M	J		2 D		M	2 V	reprise Stage	L		2 L	J	LIMOGES	2 S	OFF	M	2 J
3 M	V	EPS 14h	3 L		M	3 S	Insep	M		3 M	V	3 D		M	3 V	OPEN
4 J	S	St Michel	4 M		J	4 D		M		4 M	S	4 L		J	4 S	VICHY
5 V	D		5 M		V	5 L		J		5 J	D	5 M		V	5 D	
6 S	L		6 J		S	6 M		V	LISBONNE	6 V	L	6 M		S	6 L	Stage
7 D	M		7 V	EPS 14h	D	7 M		S	Comen	7 S	M	7 J		D	7 M	Insep
8 L	M		8 S	INTER	L	8 J		D	ST Germain	8 D	M	8 V		L	8 M	
9 M	J		9 D	TC	M	9 V		L		9 L	J	9 S	OFF	M	9 J	
10 M	V		10 L		M	10 S		M	BAC BLC	10 M	V	10 D		M	10 V	N2
11 J	S	Pontault/CIF	11 M	INTER TC	J	11 D		M		11 M	S	11 L		J	11 S	ETE
12 V	D	dépt	12 M		V	12 L		J		12 J	D	12 M		V	12 D	Club
13 S	L		13 J		S	13 M		V	OFF	13 V	L	13 M		S	13 L	OFF
14 D	M		14 V	EPS 14h	D	14 M		S		14 S	M	14 J		D	14 M	
15 L	M		15 S		L	15 J		D	OFF	15 D	M	15 V		L	15 M	Stage
16 M	J		16 D		M	16 V		L		16 L	J	16 S	CPE FRA REG	M	16 J	INSEP
17 M	V	EPS 14h	17 L		M	17 S	SFDC	M		17 M	V	17 D		M	17 V	Open
18 J	S		18 M		J	18 D	Corbeil Skm	M		18 M	S	18 L		J	18 S	Etranger
19 V	D		19 J		V	19 L		J		19 V	D	19 M		V	19 D	
20 S	L	Stage	20 M		S	20 M		V		20 V	L	20 M		S	20 L	Stage
21 D	M	TOKYO	21 V	FRANCE	D	21 M		S	MEETING	21 S	M	21 J		D	21 M	EXT
22 L	M	2020	22 L	25m	L	22 J		D	Chalons	22 D	M	22 V		L	22 M	FRA
23 M	J	Files	23 D	Club	M	23 V		L		23 L	J	23 S	FFN GOLDEN	M	23 J	MIN
24 M	V	STAGE EAU LIBRE	24 L	OFF	M	24 S	Tain INTER	M	Stage ext	24 M	V	24 D	TOUR	M	24 V	AGEN
25 J	S		25 M		J	25 D	MIN	M		25 M	S	25 L	TPE	J	25 S	16 ans et +
26 V	D	EPS 14h	26 M		V	26 L		J		26 V	D	26 M		V	26 D	
27 S	OFF		27 J		S	27 M		V		27 L	M	27 S		S	27 L	
28 D	M	TOKYO	28 V	reprise	D	28 M		S		28 M	M	28 J		D	28 M	FOUE
29 L	M	2020	29 S	OFF	L	29 J	départ jeudi			29 D	M	29 V		L	29 M	FRA
30 M	J	Gargan	30 D		M	30 V	FFN GOLDEN			30 L	J	30 S		M	30 J	16 ans et +
31	V		31 M	INSEP	M	31 S	TOUR			31 M	FRA	31 D		M	31 V	

## **V. INSEP : INSTITUT NATIONAL DE L'EXPERTISE ET DE LA PERFORMANCE SPORTIVE**

Les 27 pôles des fédérations dont les 4 pôles de la Fédération Française de Natation (Pôle France Natation Synchronisée, Pôle France Plongeon, Pôle France Natation Course, Pôle Espoir Natation Course) sont accueillis au sein de l'Insep qui comporte de nombreux départements au service de la performance et de la formation de l'encadrement sportif français. Les missions de l'Insep se déclinent dans le projet d'établissement.

Projet d'établissement : <http://www.insep.fr/fr/notre-organisation/projet-%C3%A9tablissement>

Missions : <http://www.insep.fr/fr/actualites/nos-missions>

L'insep en chiffres : <http://www.insep.fr/fr/actualites/chiffres-cl%C3%A9s-2015>

Les services de l'Insep ...

Organigramme : <http://www.insep.fr/fr/actualites/statuts-instances-et-organigramme-structurel>

Direction de la performance sportive :

<http://www.insep.fr/fr/actualites/pr%C3%A9sentation-de-la-dps-direction-de-la-performance-sportive>

Les Responsables :

- du Suivi des Pôles France, des Sportifs de Haut Niveau et de l'aide méthodologique à la performance [DPSHPN] : Jean-Claude VOLLMER – Adjoint : Dominique DELON
- Département de l'Orientation, de la Formation, de l'Accès à l'Emploi et de la Reconversion des sportifs de haut niveau [DOFER]: Véronique LESEUR  
<http://www.insep.fr/fr/actualites/le-dofer-en-chiffres>
- Département MEDICAL: Alain FREY  
<http://www.insep.fr/fr/notre-organisation/pr%C3%A9vention-suivi-et-soins-m%C3%A9dicaux>

Les responsables au contact direct des sportifs

- Responsable Internat mineurs: Anne TEMPLET  
<http://www.insep.fr/fr/actualites/internat-des-mineurs>
- Responsable Internat majeurs: Sylvie AUTHIER  
<http://www.insep.fr/fr/actualites/internat-des-majeurs-et-des-stagiaires>
- Responsable Scolarité: Pierre THOMAS

## **VI. Conditions financières**

### **1. Aspects Sportifs: les stages et compétitions**

La logistique des compétitions qui sont gérées par le pôle font l'objet d'une facturation par sportif à la charge des clubs (déplacement, hébergement).

Le versement d'une provision à hauteur de 50% des sommes est demandé. Les stages sont également à la charge du club pour les sportifs du pôle Espoir. Pour le pôle France, les frais des stages sont pris en charge par la FFN.

Selon le calendrier établi,

- en pôle espoir, la somme globale varie de 2500 euros à 5000 euros (stages et compétitions)
- en pôle France, la somme globale varie de 2500 euros à 4000 euros (compétitions)

## 2. Statut sportif et services de l'INSEP:

En ce qui concerne le coût effectif de l'I.N.S.E.P., il s'agit d'un forfait **stable sur l'année civile**, comprenant le « cœur de métier » et l'« hébergement restauration ».

Pour l'année 2015, (donc jusqu'au 31 Décembre 2015), la pension mensuelle est de 1082 Euros en internat.

- 1) Les athlètes sur liste de Haut Niveau « Jeune », Senior ou Elite » qui s'entraînent dans un Pôle « France » au sein d'un établissement public d'Etat (cas de l'I.N.S.E.P.) bénéficient d'une prise en charge forfaitaire fédérale. Les montants et l'échéancier de versement fait l'objet d'une signature de convention en début de saison.

L'échéancier organise un paiement régulier tous les deux mois.

La prise en charge Fédérale est la suivante :

- 80% du forfait cœur de métier
- 80% de l'hébergement restauration
- 80% de la restauration des ½ pensionnaire dans la limite de 250 euros/mois

En fin de saison, une facture récapitulative est émise par le service comptable de la Fédération Française de Natation. Cette facture prenant en compte la hausse des tarifs au 1<sup>er</sup> Janvier fera état des sommes restant dues.

Sur la base des tarifs au 1<sup>er</sup> Janvier 2015, ci-dessous le récapitulatif par mois en Pôle FRANCE

Forfait en euros*	COUT REEL*	PRISE EN CHARGE	COUT pour le SPORTIF
Cœur de métier	453	80%	90,60
Restauration Internat	629	80%	125,80
<b>TOTAL INTERNAT</b>	<b>1082</b>	<b>80%</b>	<b>216,4</b>
Cœur de métier	446	80%	89,2
Restauration ½ pension	160	80%	32
<b>TOTAL ½ pension</b>	<b>606</b>	<b>80%</b>	<b>121,2</b>
<b>TOTAL Externat</b>	<b>446</b>	<b>80%</b>	<b>89,2</b>

\* révision des tarifs I.N.S.E.P au 1<sup>er</sup> janvier 2016.

\* A l'exception des scolaires, les coûts de formation (inscription, cours particulier, CNED..) ne sont pas pris en compte dans ce forfait.

Les aides, attribuées aux athlètes de Haut Niveau par le Ministère de Tutelle sont gérées par la Fédération et assujetties au retour signé de la Charte des Athlètes de Haut Niveau disponible sur le site fédéral.

- Aide forfaitaire d'aide à la préparation sportive (« Senior » & « Elite » en activité)
- Aide au coût de pension pour les sportifs en structure d'état (« Jeune », « Senior », « Elite »)

Tous les documents relatifs à leur situation personnelle sont à **renseigner par l'athlète et à adresser au siège fédéral**, Département du haut niveau, Bureau de la Vie de l'Athlète (B.V.A.).

- 2) Pour les sportifs de nationalité française en pôle Espoir et licencié depuis 1 an au minimum dans un club d'Ile de France, le comité régional d'Ile de France accorde au titre de sa politique sportive de performance, une aide forfaitaire de 50 % du montant total. Les cas particuliers nécessiteront une étude spécifique.

Forfait en euros	COUT REEL *	PRISE EN CHARGE	COUT pour le SPORTIF
Cœur de métier	453	50%	226,5
Restauration Internat	629	50%	314,5
<b>TOTAL INTERNAT</b>	<b>1082</b>	<b>50%</b>	<b>541</b>
Cœur de métier	446	50%	223
Restauration ½ pension	160	50%	80
<b>TOTAL ½ pension</b>	<b>606</b>	<b>50%</b>	<b>303</b>
<b>TOTAL Externat</b>	<b>446</b>	<b>50%</b>	<b>223</b>

\* révision des tarifs I.N.S.E.P au 1<sup>er</sup> janvier 2016.

La facturation est effectuée par le Comité d'Ile de France et fait l'objet d'une convention avec versement d'une provision dès la rentrée.