

L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE à LA CITE SCOLAIRE DE MIREPOIX



académie
Toulouse



ANNÉE SCOLAIRE 2022 – 2023

Pdf INTERACTIF à partir de la page 2

**Cliquer sur les liens qui vous intéressent puis
sur la ← pour revenir au menu.**



**Nouveau au
LYCÉE**
**Enseignement de
Spécialité (EDS
EPS)**

**Ressources
Installations**

**LIEN ENTRE LES
PROJETS**
**(Académique,
établissement, EPS, AS)**

**Nouveau au
Collège**
**Projet sportif
féminin: Option
Football**

L'EPS,
choix pédagogiques
Programmation
Fil rouge EPS
**Exemples par
structures**

**L'Association
Sportive au
Collège**

LYCÉE
**Section foot
Féminine**

LYCÉE
**L'OPTION
EPS**

**L'Association
Sportive au
Lycée**

Axes Projets:



<u>Axes du projet Académique</u>	Axes du projet d'établissement	Axes du projet pédagogique d'EPS	Axes du projet d'AS	Axes du projet d'option EPS
1 – Garantir l'acquisition des savoirs fondamentaux	Créer une dynamique de travail innovante.	Donner le goût de l'effort, et le plaisir d'apprendre pour progresser. Donner et partager le plaisir de pratiquer .	Permettre la pratique sportive avec une perspective de progrès pour tous.	Permettre à tous de s'ouvrir à la culture physique, sportive et artistique.
2 – Préparer les élèves à leur avenir	Accompagner les apprenants dans la construction de leur parcours.	Permettre à tous de devenir autonome dans leur pratique sportive .	Développer l'apprentissage des responsabilités .	Construire une cohérence éducative dans le parcours de formation de l'élève.
3 – Servir une intelligence collective	Installer un climat scolaire serein et paisible.	Proposer des formes de pratiques favorables au " vivre ensemble" et à la prise en charge des élèves à besoins particuliers . <u>Découvrir les possibilités offertes par l'environnement proche.</u>	Contribuer à la formation de compétences liées à l'arbitrage et aux jeunes officiels.	Favoriser une pratique réflexive pour que l'élève tende à devenir un citoyen physiquement éduqué.



CHOIX PÉDAGOGIQUES

Modalités d'organisation : Programmation	Voir programmation commune. Durée des cours: selon les niveaux, de 1h, 1H30 ou 2H. Toutes les activités proposées au lycée sont programmées au collège et les élèves issus de Mirepoix ont déjà un vécu d'au moins 2 cycles dans chaque APSA quand ils arrivent en classe de 2nde. La programmation des Activités Physiques Sportives Artistiques tient compte de la disponibilité des installations mais aussi de la volonté de proposer des activités à représentation plutôt mixte pour s'assurer d'un investissement optimal de tous. Créneaux AS: des créneaux sont ouverts sur les pauses méridiennes (APSA selon les choix des élèves) et parfois en fin de journée (16h-17h), en soirée pour le lycée (18-19H30 pour les internes), un créneau escalade est ouvert tous les mercredi en parallèle des participations aux sorties UNSS.						
Stratégies d'enseignement	Chaque enseignant dispose d'un ordinateur tablette pour exploiter les usages du numérique, à cela s'ajoute des supports papier pour organiser les observations. La co-évaluation et l'auto-évaluation sont encouragées et organisées. Les élèves de l'Enseignement Adapté sont regroupés avec des classes ordinaires pour décroïsonner les groupes classes. L'approche par compétences est généralisée, le projet EPS, dont un des piliers est organisé autour de la notion de plaisir dans l'effort et dans la pratique, cherche à valoriser les réussites, faciliter la compréhension des consignes (supports pédagogiques variés), encourager l'autonomie et la responsabilisation collective. Les modes d'entrées dans les activités varient selon les profils des classes.						
Classes:	6°	5°	4°	3°	4°/2°/1°	Op. 2de	Op. 1/T
Projets et sorties <u>toutes classes:</u>	Course d'Orientation.	Escalade	Esprit montagne (ski)	Rando. Mont Fourcat	Voyage APPN Aragon (Esp.)	Orientation . Randonnée CROSS	Trail Trek
Dispositifs : AP, EPI, parcours (citoyen, avenir, santé, PEAC) Oral DNB ?	EPI Physique/chimie (athlé)			EPI SVT (demi-fond)		voir projet option EPS voir <u>exemples</u>	

Programmation des APSA (2021-22)



	CA1	CA2	CA3	CA4	CA5
6° 2X2h	Natation	Course d'orientation	Gymnastique	Lutte	
	Athlétisme	Escalade	Expression	Handball;Ultimate	
5° (3h)	Natation	VTT (run and bike)	Acrosport	Basket ball	
	Courses	Tir à l'arc		Badminton	
4° (3h)	Biathlon	Escalade	Gym (collective)	Volley Tennis de T.	
3° (3h)	Demi-fond	Escalade	Cirque	Badminton, Volley	
2de (2h)	Natation		Cirque	Basket	Durée
1ère (2h)	Relais	Escalade		Badminton	Muscu (crossfit)
Menus Tles	Relais	Escalade	Cirque	Badminton/basket	Muscu et durée
2 PRO (2h 30)	Athlé/ natation	Escalade		Sport-co, BF	Muscu (crossfit)
1 PRO (2h 30)	Biathlon Athlé	Escalade		Sport-co, TT	Muscu (crossfit)
menus T PRO	Relais/ sauts,lancers	Escalade		HB, TT	Muscu/ durée
OPTION 2de (3h)	Run and bike	Escalade		Badminton	
OPTION 1/T (3h)	Biathlon		Cirque	Volley ball	



FIL rouge de la cité scolaire de Mirepoix:

SENSIBILISATION ET DÉCOUVERTE DE L'ENVIRONNEMENT PYRÉNÉEN AU TRAVERS DES ACTIVITÉS PHYSIQUES DE PLEINE NATURE

Au regard de la géolocalisation de Mirepoix et des caractéristiques des élèves de la cité scolaire de Mirepoix, le projet EPS s'appuie sur un axe fort de **sensibilisation et découverte à l'environnement montagne et par là aux activités de pleine nature**.

En effet, la ville de Mirepoix est implantée au pied du Plantaurel et proche du massif de Tabé. Elle est aussi traversée par l'Hers, le GR7 et de nombreux parcours de randonnée, de VTT sont réalisables en partant de la cité scolaire. Malgré cette situation propice aux APPN, la majorité des élèves de la cité scolaire ne pratique aucune de ces activités (ou très occasionnellement) et n'est pas amenée à évoluer au sein du milieu montagnard.

C'est pourquoi l'équipe EPS a souhaité mettre en œuvre des projets traversant le parcours de chaque élève au cours de sa scolarité au sein de la cité. Une semaine sportive en Aragon était proposée en fin d'année dans le cadre de la liaison collège-lycée mais n'a pu être proposée depuis la mise en place des mesures sanitaires.

2021/2022:

- Projet " tous ensemble en **sixième**" (CO, VTT, nautique) :Septembre: journée cohésion (CO Bartas), Pâques et fin d'année : sorties vélo / agriculture , Fin d'année : Etang de Thau (patrimoine et nautique)
- Projet escalade course d'orientation run and bike **en fin d'année**.
- Projet « esprit montagne » SKI sur le niveau quatrième; La sortie avec 4 nuitées en Aragon **quatrième/lycée** (canyon, via ferrata ou escalade, canoë, randonnée, CO médiévale) n'aura pas lieu cette année en raison des conditions sanitaires.
- Projet randonnée Fourcat avec les **troisièmes: les 1^{er} et 4 octobre, 2 sorties AMM**
- **Option EPS lycée: SORTIE avec nuitées: premières et terminales au Rulhe les 8 et 28 septembre 2021**

Choix, exemples et fonctionnement en cycle 3

- **Inclusion** de l'Enseignement Adapté dans plusieurs classes avec projet interdisciplinaires (Histoire, arts plastiques...)
- **Savoir nager**: mise en œuvre de temps d'enseignement spécifique sous forme de stage.
- **Compétences évaluées**: tableau par domaines et Champs d'Apprentissages.



Choix, exemples et fonctionnement en cycle 4

- Entrée par les Champs d'APPRENTISSAGE
- Ouverture vers les APPN
- Entre découverte et approfondissement
- Réinvestissement des acquis dans des pratiques nouvelles.
- Outils numériques.
- Poursuite de l'inclusion EGPA en EPS.



Choix, exemples et fonctionnement en LGT

- Aborder tous les CA et APSA proposées au bac entre la 1^{ère} et la 2^{de}.
- Menus en terminale
- Cirque comme support de la création artistique
- Développer la pratique et lutter contre la sédentarité. (parcours SANTÉ)
- Natation en seconde.



Choix, exemples et fonctionnement en LP

- Fonctionnement en 1H et 1H30 = 2 séances par semaine.
- Proposition d'activités ludiques avec des choix possibles d'APSA par les élèves.



Choix, exemples et fonctionnement en option

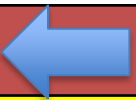
Niveau de classe	APSA support	Thèmes d'étude	Ouverture sur le monde: partenariat	Projets collectifs et productions	Sorties, voyages
2de	Run and bike Escalade Basket Ball	APSA et métiers du sport APSA et Santé (lien avec SVT) APSA et environnement (lien avec sorties)	Visite du PGHM, Rencontre d'intervenants (AMM, tourisme sportif, formateurs STAPS)	Participation à l'organisation du cross du collège. Exposé sur les métiers du sport (AFL op°)	2 à 3 mini séjours en montagne ariégeoise (3 saisons)
1ère	Biathlon Escalade, Basket Ball Ou cirque	APSA et communication (trail) APSA et culture corporelle	Visite de l'UFR STAPS Toulouse	Organisation du Trail de l'établissement ouvert au public (AFL op°)	Projet de séjour long type trek 5 jours en montagne, France ou étranger.
Tale		APSA et intervention pédagogique		Soutenance orale	

INSTALLATIONS SPORTIVES ET ACTIVITÉS PROGRAMMÉES



Gymnase types A, B, C	Salle multi activités (cirque, dojo)	Salle de gymnastique	Salle de musculation et tennis de table		Plateau sportif
					
Badminton, sports collectifs	Cirque, lutte	Gymnastique, acrosport	Musculation, crossfit, tennis de table		Basket 3 terrains
Piste	Stades	Mur d'escalade extérieur	Mur d'escalade intérieur	Stand de tir à l'arc	Terrain multisport
					
athlétisme	Lancers et grands terrain (FB, rugby)	Escalade ↓		Tir à l'arc, biathlon	Hand ball, basket, football

INSTALLATIONS SPORTIVES ET ACTIVITÉS PROGRAMMÉES



**En dehors de l'établissement :
déplacement à pied d'une durée d'environ 10 minutes**

piscine



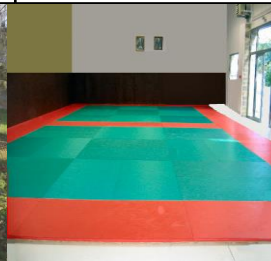
natation

**Berges de
l'hers**



Course d'orientation

**Dojo
municipal**



lutte

Voie verte



Course de durée, run
and bike

GR7 et sentiers



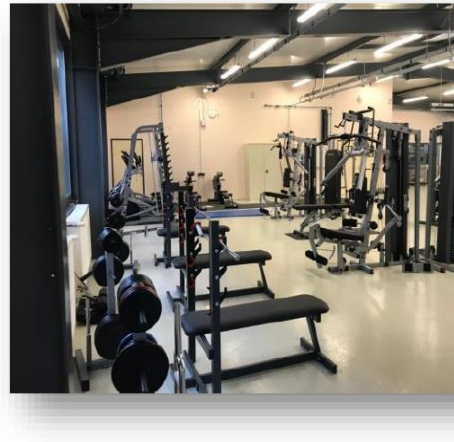
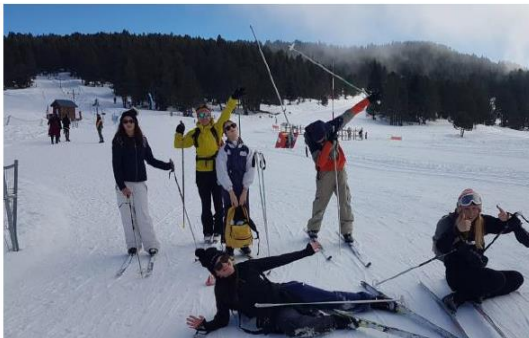
Randonnée pédestre, run and
bike, course à pied...

EDS

EP.PCS

Lycée de
MIREPOIX

Rentrée 2022



Inscription EDUCONNECT dérogatoire

Renseignements : 0090013r@ac-toulouse.fr

Ou benoit.vannet@ac-toulouse.fr

**L'EDS Education Physique –
Pratiques physiques et Cultures
sportives** au lycée de Mirepoix (09),
c'est aussi :

- Une participation à la vie de **l'association sportive** de l'établissement (créniaux d'entraînement, compétitions, formation jeune officiel ...)
- **La visite de structures sportives**
- Des sorties **Activités Physiques de Pleine Nature**
- Accéder aux **installations sportives complètement rénovées en 2021** : piste d'athlétisme en tartan, plateaux de sports collectifs, mur d'escalade intérieur et extérieur, salle de musculation, salle de gymnastique/ cirque, salle de Tennis de table, espace Tir à l'Arc, voie verte, berges de l'Hers et piscine à proximité, parc VTT ...



L'EDS Education Physique , pratiques et cultures sportives

1) POUR QUI ?

-Lycéens (F/G) de la voie GENERALE

-Pas d'obligation d'avoir suivi un enseignement optionnel EPS en 2^{nde}

-Profil sportif : polyvalent ou spécialiste d'une activité

-Curiosité/ attrait pour les domaines du sport et du corps

-Possibilité d'être INTERNE

2) Secteurs professionnels visés :

PARCOURSUP

-*Tourisme et loisirs sportifs*

-*Entraînement et Coaching*

-*Enseignement*

-*Evènementiel sportif*

-*Gestion et management de structures sportives*

-*Animation*

-*Santé, Bien-être*

-*Conception, vente et distribution de matériel sportif*

CURSUS de FORMATION :

En Classe de 1^{ère} : 4h/semaine

1) PRATIQUE :

Découverte et/ou approfondissement de 3 activités physiques, sportives et artistiques.

2) THEORIE : 3 Thématiques

- Métiers du sport et du corps
- Pratique physique et santé
- Technologie des activités physiques

3) PROJET :

Conception et organisation d'un évènement à caractère sportif et/ou artistique (travail en groupe)



CURSUS de FORMATION :

En Classe de TERMINALE :
6h/semaine

1) PRATIQUE :

Découverte et/ou approfondissement de 3 activités physiques, sportives et artistiques.

2) THEORIE : 2 Thématiques

- Enjeux de la pratique physique dans le monde contemporain
- Technologie des activités physiques

3) PROJET :

Intervention pédagogique : encadrement d'exercices auprès d'un groupe d'élèves de collège (travail en binôme)

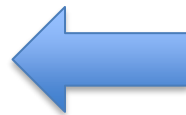
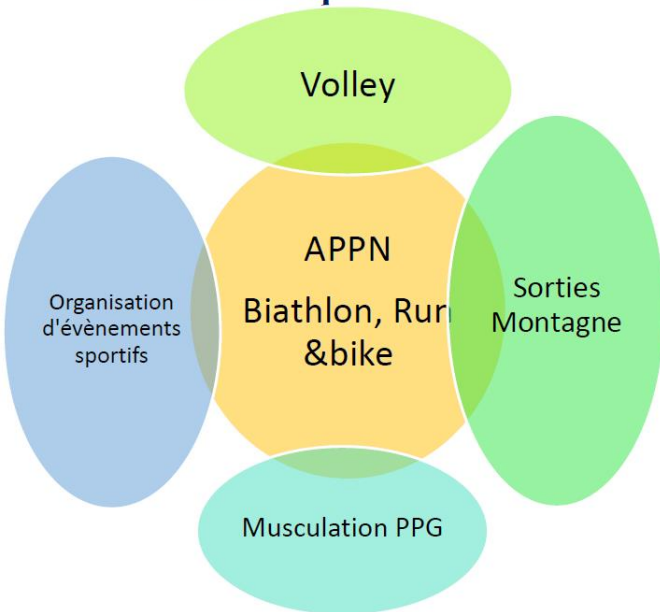


4) EPREUVES ORALES et ECRITES



Option EPS 2022

Lycée Général et Technologique
de Mirepoix



Option EPS 2022

A raison de 3 heures hebdomadaires en **seconde**, l'Option EPS du lycée de **Mirepoix** vise plusieurs objectifs décrits dans le tableau ci-contre et en conformité avec les programmes de la discipline du **Bulletin officiel spécial n°1 du 22 janvier 2019**

Elle est organisée ainsi:

2h de pratique, orientées vers les Activités Physiques de Pleine Nature (biathlon, run and bike) et le Volley.

1h de travail en groupe autour de thèmes et de projets.

Organisation d'évènements sportifs.

Des sorties pédagogiques en lien avec la montagne et les activités de pleine nature.

Septembre 2022 :

Cet enseignement est ouvert à **aux élèves de seconde de la voie générale.**

Candidatures à déposer en avril 2022

30 PLACES

Dossier en ligne sur l'ENT du lycée de Mirepoix dans la rubrique EPS

Engagement au sein de l'association sportive (pratique et organisation)

2H de pratique et 1H de travail en groupe sur des projets.



AVERTISSEMENT : En raison de l'ouverture en septembre 2022 d'un EDS EPS, le programme actuel présenté ci-dessous va être transformé. Nous ne savons pas à l'heure actuelle si les élèves de l'option auront la possibilité de poursuivre cet enseignement en 1^{ère} et terminale. Nous l'espérons fortement !

	2nde	1 ^{ère}	Terminale
APSA Support	-Musculatation/ PPG -Volley-Ball -Biathlon	- Musculatation/ PPG -Volley-ball -Run and bike	-Volley-ball -Run and bike -Biathlon
Thèmes d'étude	-APSA et métiers du sport -APSA et santé	-APSA et Communication -APSA et environnement	Au choix de l'élève
Projet d'étude	- travail autour des métiers de la filière sportive. - aide à l'organisation du cross de l'établissement	-En classe entière : - Prise en charge de l'organisation du Cross de la cité scolaire - Création et organisation d'un Trail	- Dossier d'étude qui prend appui sur au moins une science et/ou technologie -Soutenance orale
Sorties pédagogiques axées sur les APPN	-Randonnée en montagne sur 2 jours (nuit en refuge) en octobre - Voyage en Aragon (escalade, canyoning, via ferrata, kayak ...)	-Randonnée en montagne sur 2 jours (nuit en refuge) en octobre - 2 jours en fin d'année au Lac de Montbel (run and bike, kayak, paddle, catamaran)	-Randonnée hivernale en raquettes sur 2 jours
Association sportive	Chaque élève de l'option s'engage à se licencier et venir représenter l'établissement lors des rencontres UNSS en sports collectifs et/ou APPN. (VTT, escalade, run and bike, raid raquettes, raid multi-activités). L'élève pourra également s'investir dans d'autres rôles : jeune officiel, jeune reporter, jeune coach ...		



Association Sportive 2021-2022

Lundi 12h45 -13h45

Athlétisme 6è - 5è

Football féminin

Lundi 16h -17h

Tir à l'Arc 6è.5è

Mardi 12h45 -13h45

Badminton

Tennis de Table 4è 3è

Mardi 16h -17h

Multi-activités 6è 5è

Mercredi 13h -15h



Escalade (VTT)

Sports collectifs

ou SORTIES

COMPETITONS

Jeudi 12h45 -13h45

Gymnastique

Football 6è.5è

Basket 4è.3è

Vendredi 12h45 -13h

Football 4è.3è

Handball 6è.5è

Vendredi 16h – 17h

Futsal 6è.5è

Association Sportive 2021-2022

Lundi 12h45 -13h45

Escalade

Badminton

Lundi 18h -19h30

Musculation

Mardi 12h45 -13h45

Basket

Mercredi 13h -15h

Escalade (VTT)

Badminton

Sports collectifs

ou SORTIES

Jeudi 12h45 -13h45

Fitness filles

Volley-ball

Jeudi 18h -19h30

Escalade

Badminton

(Volley-ball) si 2è prof

Vendredi 12h45 -13h45

Relaxation



2 SÉANCES
D'ENTRAÎNEMENT TOUT
EN ÉTANT LICENCIÉE
DANS TON CLUB



DOSSIER SPORTIF :
M. David BERET - CTD/DAP
06-24-15-59-52
david.beret@ariegefoot.fff.fr

DOSSIER SCOLAIRE :
Secrétariat du Lycée
05-61-68-14-80
0090013r@ac-toulouse.fr



SAISON 2022/2023

SECTION SPORTIVE SCOLAIRE
FÉMININE

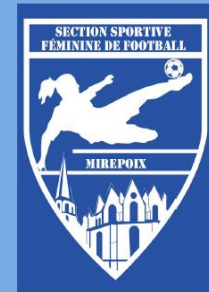
LYCÉE (2nd à Terminale)

Joueuses nées en 2005-2006-2007

Option Football



CITÉ
SCOLAIRE DE
MIREPOIX





Journée d'intégration 2021 Rebecq à Foix

LES OBJECTIFS POURSUIVIS

Le sport est reconnu comme un moyen d'enrichissement physique, moral, culturel et intellectuel. Source de plaisir et d'accomplissement personnel, il contribue à la formation d'un citoyen cultivé, lucide, autonome, et socialement éduqué.

Les sections sportives scolaires (S.S.S) offrent aux élèves volontaires la possibilité de bénéficier d'entraînements plus soutenus dans une discipline sportive proposée par l'établissement, tout en suivant une scolarité normale. Elles permettent aux élèves d'atteindre un bon niveau de pratique sans pour autant avoir pour objet la formation de sportifs de haut niveau.



SECTION SPORTIVE FÉMININE

1-

Cette section s'adresse aux filles des classes de la 2nde à la Terminale.

2-

3 heures d'entraînement hebdomadaires encadrées par des éducateurs diplômés mis à disposition par le District de l'Ariège de Football.

3-

La commission technique du District organise des détections :

Samedi 26 Mars 2022

de 10h à 12h : visite installations + entretien individuel au lycée de Mirepoix

de 14h30 à 17h : tests + match sur le complexe sportif de Mirepoix



À PROPOS DE NOUS

- 1000 élèves dont 572 au lycée,
- 8 Enseignants d'Éducation Physique et Sportive,
- La cité scolaire propose aux élèves licenciées de l'Association Sportive de prendre part aux compétitions UNSS.



COLLÈGE DE MIREPOIX

PROJET SPORTIF FÉMININ OPTION FOOTBALL 2022/2023



JOUEUSES NÉES EN 2008-2009 (4èmes/3èmes)

CONTACTS

DOSSIER SCOLAIRE :

Secrétariat du Collège de Mirepoix

05 61 68 14 80

0090013r@ac-toulouse.fr

DOSSIER SPORTIF :

M. David BÉRET - CTD/DAP

06 24 15 59 52

david.beret@ariegfoot.fff.fr





Le projet sportif féminin départemental a pour but de permettre aux jeunes sportives de concilier la pratique du Football et la réussite scolaire

L'encadrement :

- des éducateurs diplômés,
- le professeur d'EPS référent pédagogique du projet féminin.

Les séances :

- 2 séances par semaine,
- mardi et jeudi,
- complexe sportif de Mirepoix.

Les Conditions :

- être licenciée en club à la rentrée de septembre 2022,
- avoir un niveau scolaire convenable,
- avoir un bon comportement général,
- être consciente qu'adhérer au projet sportif c'est véhiculer une image positive par son attitude.

Chacune doit être à la recherche de :

- la réussite scolaire,
- la réussite sportive,
- l'épanouissement personnel au service du groupe.

Imprimé par l'association District de l'Ariège de Football
SIRET : 31918017000049
Ne pas jeter sur la voie publique

