

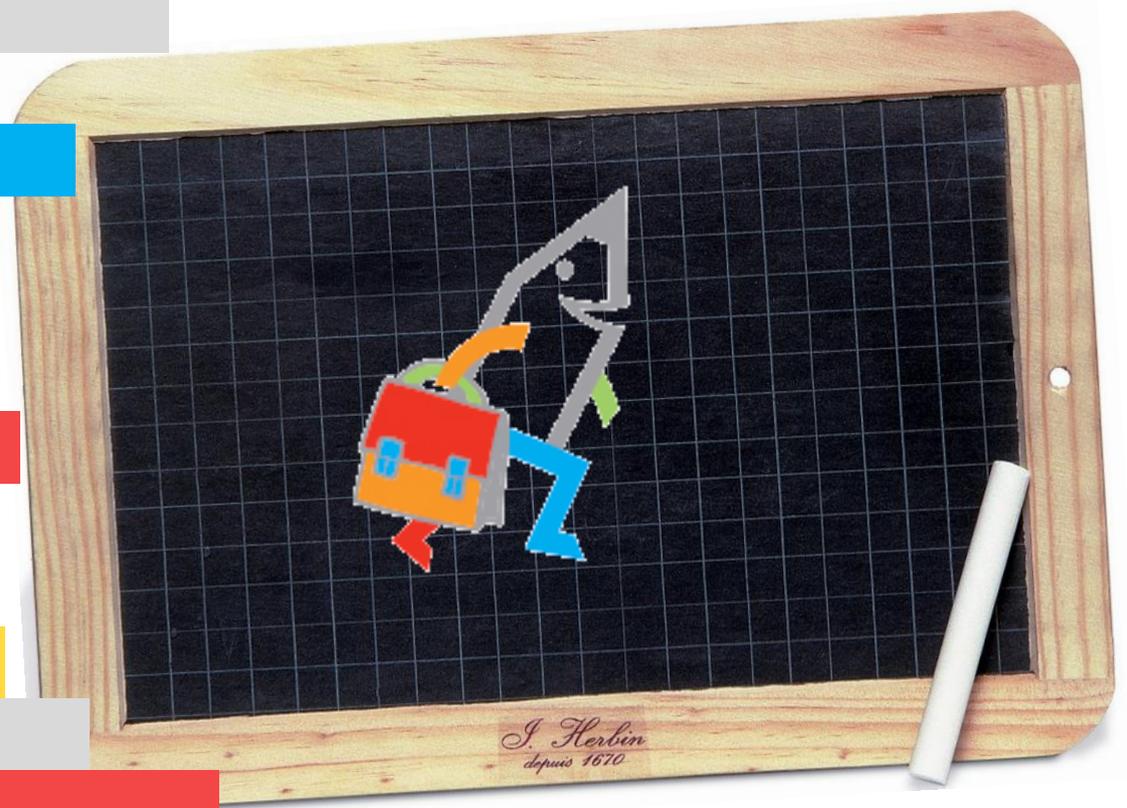
Le sport scolaire de l'École publique

COMITÉ DÉPARTEMENTAL

USEP HAUTES-ALPES

PREVISIONNEL DES RENCONTRES

2020-2021



2 avenue Lesdiguières – 05000 GAP

06 37 09 75 96

@ [lineke.lebras@laligue-alpesdusud.org](mailto:lineke.lebras@laligue-alpesdusud.org)

facebook.com/usep05



FÉDÉRATION  
HAUTES-ALPES  
la ligue de  
l'enseignement  
un avenir par l'éducation populaire  
ADELHA

# CALENDRIER USEP 05 2020-2021

*En accord avec le protocole sanitaire EPS et des transports !*

## **Actions en temps scolaire**

- Les projets à l'année
- Rencontres départementales
- Rencontres en partenariat avec les comités sportifs
- Rencontres à l'initiative des secteurs
- Autres rencontres

## **Actions hors temps scolaire**

- Les écoles de sport
- Les formations

## **Prêt de matériel**

## **Inscriptions**

USEP 05

Au-delà de l'**organisation des rencontres** et de la prise en **charge des transports**, avec une licence USEP, vous avez accès également à :

- des **formations** pour les licenciés adultes sur les différentes activités physiques,
- du **prêt de matériel**,
- des **documents pédagogiques** pour vous aider dans vos cycles en classe,
- des **apports transversaux** pour enrichir votre quotidien en classe en lien avec le socle commun de connaissances, compétences et culture (EMC...) et les parcours : citoyen, santé, artistique et culturel
- une **aide humaine** pour monter vos projets
- un **réseau** et des **partenariats**
- une mise en pratique des **valeurs (Citoyenneté, Laïcité, Solidarité... et convivialité !)**



## ACTIONS EN TEMPS SCOLAIRE

*Affiliation de votre association, déclarée en Préfecture, à l'USEP et licences obligatoires pour les élèves et enseignants qui participent aux rencontres.*

*Aide aux transports*



# PROJETS A L'ANNEE



## ***E-Rencontre Sportive Associative USEP***

A l'occasion de la Journée Nationale du Sport Scolaire (23 septembre 2020), l'usep 05 et l'usep PACA lancent leur E-Rencontre.

Pour **toutes les classes de la maternelle au CM2 licenciées à l'USEP**

Le but est de réaliser les **défis** proposés en classe **chaque mois (un sportif, un culturel et un débat)** avec les élèves.

Les défis seront **adaptés à chaque cycle**. Pour les cycles 2 et 3, les trois défis seront à réaliser par mois. Pour les cycles 1, seuls les défis sportifs et culturels seront à effectuer.

Chaque mois les défis porteront sur une activité sportive des 4 champs de compétences attendues en EPS (*réaliser une performance mesurée, adapter ses déplacements en terrain varié, réaliser une performance artistique, s'opposer collectivement ou individuellement*)

Cette E-Rencontre se clôturera lors de la Semaine Olympique et Paralympique, courant février. L'usep paca envisage peut-être une rencontre physique, à confirmer selon les mesures sanitaires.





## Rencontres CDSA/USEP



Partenariat avec le comité Départemental de Sport Adapté (*handicap mental ou psychique*)

Projet de jumelage à l'année pour les enfants et jeunes de l'USEP, des CLIS ou IME

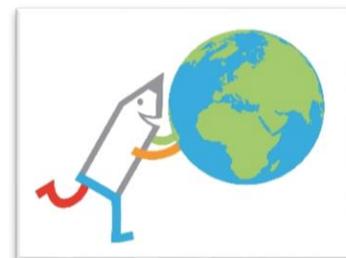


Pour les élèves **affiliés à l'USEP 05 de préférence de cycle 3 et les élèves d'ULIS.**

Objectif : **créer une rencontre et des échanges** (sportifs mais aussi culturels) entre une classe d'usépiens et une structure accueillant des enfants en situation de handicap mental ou psychique.

Nombre de classes **limité** ! *L'objectif étant d'avoir un nombre d'enfants valides/en situation de handicap à peu près similaire*

## Challenge citoyen « 0 déchets »



Challenge sur l'année avec un document de suivi par classe

Distribution d'un sac poubelle de 10 litres sur chaque rencontre pour tous les déchets des enfants et adultes de la classe.

A la fin du pique-nique, sacs **pesés et jugés sur leur volume** (*l'enseignant notera le poids et prendra en photo la poubelle afin de l'inscrire sur le document du suivi*)

Les sacs **ne seront pas comparés d'une classe à l'autre** mais **sur votre classe au fil des sorties de toute l'année.**



Objectif : **trouver des solutions collectivement** en classe pour avoir un sac poubelle de **moins en moins volumineux et de moins en moins lourd** d'une sortie (*USEP ou non*) à l'autre au fil de l'année.

Cette action permet aux enfants de **débattre et réfléchir**. Elle s'inscrit dans le **parcours citoyen de l'élève**.

*Si vous voulez travailler l'EDD dans votre classe, un classeur sur les clés d'une Education au Développement Durable est disponible. Vous y trouverez toutes les ressources nécessaires pour vous accompagner. Une formation est proposée aux enseignants pour son utilisation suivie d'une animation d'un des ateliers pour vos élèves.*

## Congrès des enfants

*ou comment aborder l'Éducation Morale et Civique et le parcours citoyen dans sa classe avec l'USEP !*



Assemblée d'enfants

Double objectif

- **Travailler l'EMC** en permettant aux élèves de C2 ou C3 de réfléchir sur leur pratique ou sur un sujet en lien avec la citoyenneté et ou la vie associative à partir d'une première intervention en classe.
- Puis **vivre une Rencontre Sportive et Associative** dans laquelle ils prennent toute leur part (productions, assemblée d'enfants).

Projet annuel comprenant plusieurs phases

- En classe ou au sein de son association USEP, organiser **des débats à partir des fiches thématiques** pour formuler une ou des propositions d'actions à mettre en œuvre dans une rencontre sportive associative (*ressources disponibles et intervention possible de l'USEP en classe*)

- **Rencontre Sportive Associative Départementale** (*date et lieu non déterminés encore*)

Comprenant un temps d'activité physique et sportive ainsi que des présentations, débats et votes sur les propositions travaillées en classe.



# RENCONTRES SPORTIVES ASSOCIATIVES DEPARTEMENTALES

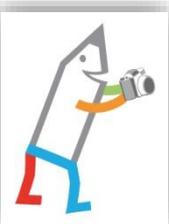
## Rencontres Sportives et Associatives Maternelle

### **Randos contées** *Printemps*



Randonnée proposée autour d'un ouvrage, préalablement lu en classe et relu le jour de la rencontre pour vivre l'histoire racontée à travers différents ateliers.

Sortie à préparer en classe à l'aide des ressources communiquées en amont, partenariat avec les bénévoles de Lire et Faire Lire



### **P'tits Reporters - Cycles 1 et 2**

Opération nationale qui valorise les rôles sociaux des enfants à travers une production d'écrits ou une réalisation artistique en lien avec la Rencontre Sportive Associative USEP.

## Rencontres Sportives et associatives cycle 2



### **Activités d'orientation** *Printemps*

Rencontre orientation avec des ateliers inspirés de la ressource [O'abc](#)  
*Formation possible en amont pour les enseignants*



### **P'tit Tour à vélo** *Printemps*

Activités autour du vélo à proximité de l'école

## Rencontres Sportives et Associatives cycle 3



### **Activités d'orientation** *Printemps*

Rencontre orientation avec des ateliers inspirés de la ressource [O'abc](#)  
Formation possible en amont pour les enseignants



### **P'tit Tour à vélo** *Printemps*

Activités autour du vélo à proximité de l'école



### **Destination Refuges**

Randonnée sur deux jours en montagne avec nuitée en refuge pour les CM1/CM2, de mi-juin à début septembre 2020

# RENCONTRES EN PARTENARIAT AVEC LES COMITES SPORTIFS

Dans le cadre des **conventions** tripartites DSDEN 05/USEP 05 et comités sportifs 05  
(handball, football, tennis, basketball, golf, rugby...)

L'USEP 05 et les comités sportifs pourront vous proposer :

- Des **formations** selon vos besoins !
- Du **prêt de matériel**, des **documents pédagogiques**
- Une **rencontre USEP** pour finaliser votre cycle

Les rencontres possibles (*sous réserve*) :

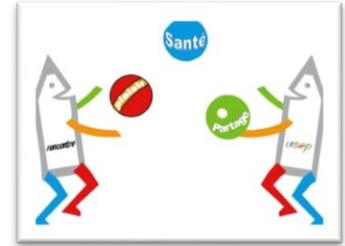
- **Minots Hand Folies juin** à Gap
- **La Coraline (ski de fond) mars** à Crévoux
- **Fête du tennis printemps** à Gap
- **Rencontres rugby à définir**



# RENCONTRES A L'INITIATIVE DES SECTEURS



- Athlétisme
- Danses
- Ski de Fond
- Orientation
- Liaison CM-6<sup>ème</sup>
- Echecs
- ...



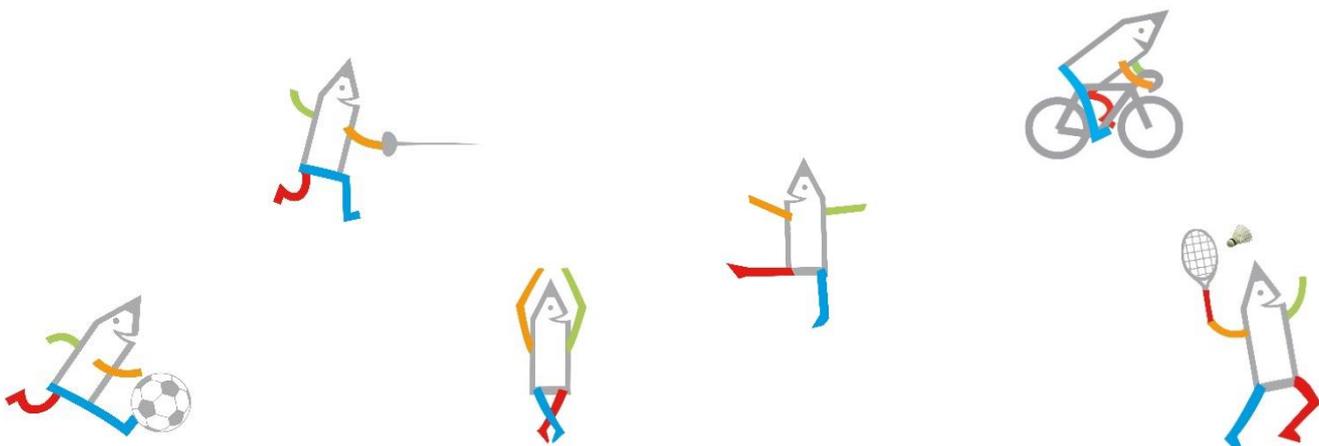
Vous êtes au moins **deux enseignants** proches géographiquement à faire un cycle *EPS* (athlétisme par exemple) ?

Vous souhaitez **donner du sens** à votre cycle en le **clôturant par une rencontre** ?

Cette rencontre n'est **pas au calendrier de l'USEP 05** ?

L'USEP 05 vous propose un **format de rencontre adapté**, du **matériel**, une **aide sur l'organisation** en amont et le jour J, les **ressources pédagogiques** pour vous aider en classe (formation possible et documentation pédagogique) et une aide au **transport** (*sous conditions*).

→ *Pour que la rencontre puisse se réaliser, il est nécessaire que cette journée concerne au minimum deux classes, qu'un temps de préparation soit envisagé (réunion, ou au minimum échange mail ou téléphonique avec tous les participants et la déléguée USEP) et qu'un bilan soit transmis à la déléguée usep.*



# AUTRES RENCONTRES

## Opérations nationales

### Voile scolaire - Cycle 3

#### Le Vendée globe USEP



#### OBJECTIFS

- Promouvoir la pratique de la voile à l'école dans le cadre associatif de l'USEP
- Développer l'utilisation d'outils numériques
- Découvrir, s'initier et se perfectionner à une pratique sportive ludique, attrayante et citoyenne
- Lier l'apprentissage des techniques de navigation à la découverte du milieu aquatique
- Mener un projet sportif et associatif en lien avec l'éducation à l'environnement et au développement durable

#### PRÉSENTATION DE L'OPÉRATION

- **Licenciés USEP du cycle 3**
- Participation, de **façon virtuelle, à une grande course au large** : Le Vendée Globe, qui aura lieu du dimanche 8 novembre 2020 au 8 mars 2021 selon la durée de la traversée.
- Utilisation de la pratique sportive comme support d'apprentissage des enjeux éducatifs de l'école
- Confrontation virtuelle avec d'autres bateaux de classes et associations USEP
- Partenariat possible pour solliciter une aide matérielle et/ou un appui technique

#### DÉROULEMENT

Dans l'espace-jeu proposé, les élèves ont la possibilité de participer, de façon virtuelle, à une grande course au large dans le même espace-temps que celle qui se déroule réellement.

**Chaque classe participante aura son bateau**, qu'il faudra amener au gré des vents, le plus vite possible autour du monde. Très facile d'utilisation, le système de contrôle des bateaux mis en place par Virtual Regatta sera complété par des options qui seront gracieusement offertes aux participants pour permettre à tous de régler efficacement leur navire.



- **Inscription à partir du 12 octobre 2020**
- Validation des inscrits par les Comités pendant la semaine 45
- Course du 8 novembre 2020 au 8 mars 2021

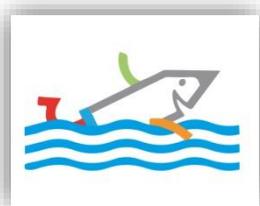
**En savoir plus :** [VENDEE GLOBE USEP](#)

## ACTIONS HORS TEMPS SCOLAIRE

*Affiliation de votre association, déclarée en Préfecture, à l'USEP  
et licences obligatoires pour tous les participants.*



# ÉCOLES DE SPORT



## Ecole de natation USEP

Cours de natation les mardis, jeudis ou vendredis de 17h à 18h  
à la piscine de la République proposés par le GAUSEP  
(Groupement des Associations USEP de la ville de Gap)

Séances de natation encadrées par des Maîtres-Nageurs  
Sauveteurs

Usépiens du CP au CM2

Créneau du jeudi ouvert également au GS

Plus d'informations : [usep05natation@gmail.com](mailto:usep05natation@gmail.com)

**Suspendue provisoirement. La natation reprendra peut-être selon l'évolution des contraintes sanitaires.**



## Ecole de ski de fond USEP

Pratique du ski classique ou skating

Mercredis matins janvier et février de 10h00 à 12h00 au Centre  
d'oxygénation de Bayard (sous réserve)

Location des skis possible sur place à charge des parents au tarif scolaire.

Ouvert aux licenciés à l'USEP 05 **CM1 et CM2** (et **CE2** pratiquant dans le cadre de l'école)

Plus de renseignements : [usep05natation@gmail.com](mailto:usep05natation@gmail.com)



# FORMATIONS

## Formation Initiale de Formateurs



Formation à destination des **animateur.rice.s** usep qui souhaitent se former à l'encadrement d'actions de formation USEP

Du 15 au 20 novembre 2020 au Centre Bouëssé - La Garenne de Mûrs-Erigné (49) en priorité

Du 15 au 20 novembre 2020 à Mondonville (31)

[document d'annonce fixant le cadre de cette formation](#)

[la fiche d'inscription à renvoyer avant le 15 Octobre 2020](#)

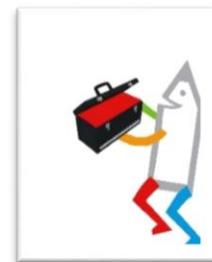


## Stage régional d'animateurs USEP

Ouvert à **tous les adultes ayant une licence USEP** : enseignants, CPC, ETAPS, parents, bénévoles...

Fin aout à Ancelle (3 jours)

**Objectifs** : connaître l'USEP, vivre des Activités Physiques Sportives et Artistiques pour développer la Rencontre Sportive Associative USEP, identifier et reconnaître la place de l'enfant dans la rencontre, développer la vie associative



## Formations sur une APSA

Formation de 3 heures possible sur une activité (ex orientation, danse...)

**Objectif** : outiller les enseignant.e.s inscrit.e.s pour les projets organisés en temps scolaire pouvant aboutir sur une rencontre.

Ces formations peuvent être en lien avec les comités sportifs ou autres partenaires. **N'hésitez pas à faire remonter vos besoins !**



## Formations bénévole associatif

Le comité USEP peut vous accompagner par des formations adaptées à votre projet associatif ou sur la gestion de votre association (comptabilité, cadre Loi 1901...) par l'intermédiaire des formations proposées par Adelha. *Plus d'infos* : [ICI](#)

FÉDÉRATION  
HAUTES-ALPES

la ligue de  
l'enseignement

un avenir par l'éducation populaire

ADELHA

# PRET DE MATERIEL



L'USEP 05 met à disposition des classes licenciées du **matériel sportif**

Ballons de Kin-Ball, cages de football, kit de pétanque, matériel d'athlétisme, kit d'escrime, ballons, parachutes...

*N'hésitez pas à contacter la déléguée USEP*



L'USEP peut aussi vous proposer des ressources pédagogiques qui vous seront utiles en classe et des temps d'animation/de formation pour les découvrir.

*En savoir plus : [Ressources-pedagogiques](#)*



# INSCRIPTIONS

**Contactez la déléguée  
USEP 05**

*Lineke Le Bras*

[lineke.lebras@laligue-  
alpesdusud.org](mailto:lineke.lebras@laligue-alpesdusud.org)

*06 37 09 75 96*

*2 av Lesdiguières*

*05000 Gap*

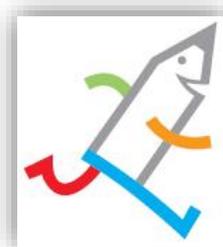


Pour vous inscrire aux **Rencontres Sportives Associatives USEP 05**, vous devez **être à jour de votre affiliation** !

Pour vous **affilier**, merci de faire parvenir par mail à [affiliations-05@laligue-alpesdusud.org](mailto:affiliations-05@laligue-alpesdusud.org)

- les **listes d'élèves en .csv UNIQUEMENT (pas de .pdf)** avec nom, prénom, date de naissance, sexe et niveau de classe pour chaque enfant (*un export direct du fichier base élèves est le plus simple sans le transformer en .pdf*)
- la **liste des enseignants et autres adultes** à affilier avec nom, prénom et date de naissance (minimum 1 par classe et 2 adultes par association)

# Document d'inscription 2020-2021 à l'USEP 05



A renvoyer par mail à [lineke.lebras@laligue-alpesdusud.org](mailto:lineke.lebras@laligue-alpesdusud.org)

Je souhaite m'affilier à l'USEP 05 pour 2020-2021 !

*Pour cela je complète les renseignements ci-dessous pour ma classe*

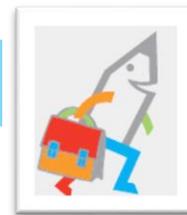
Nom	
Prénom	
École	
Classe (niveau)	
Effectif	
Mail (si possible académique ou personnel)*	
Portable**	
Partage de classe avec un autre enseignant.e	
Si oui, qui, et comment ?	

\*Utilisé uniquement pour communiquer les informations de l'USEP 05

\*\*Pour les informations de dernières minutes pour les rencontres, météo par exemple

# Les rencontres auxquelles j'aimerais participer

*Cocher les rencontres choisies !*



## Projets à l'année

- E Rencontre
- Challenge « 0 déchets »
- Congrès des enfants

## Rencontres départementales

### Cycle 1 :

- Randos contées
- P'tits Reporters
- Autre : **préciser**



### Cycle 2 :

- Activités d'orientation
- P'tit Tour à vélo
- Autre : **préciser**

### Cycle 3 :

- Activités d'orientation
- P'tit Tour à vélo
- Destination Refuges
- Autre **préciser**

## Rencontres en partenariat

- Minots Hand Folies
- La Coraline
- Fête du tennis
- Rencontres rugby
- Autres **préciser**

## Rencontres à l'initiative des secteurs

- Ex : athlétisme, danse, ski... **préciser**

Avec quelle autre classe ? **préciser**

## Autres rencontres

- Voile scolaire : Vendée Globe

## Actions Hors Temps Scolaire

Je m'engage à diffuser l'information :

- Ecole de natation USEP
- Ecole de ski de fond USEP

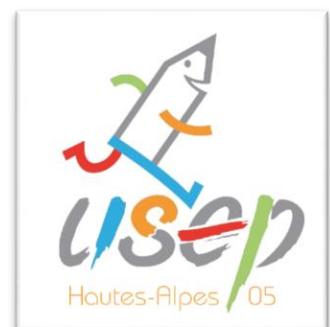
## Formations

Je souhaite participer :

- Formation Initiale de Formateurs
- Stage d'animateurs à Ancelle
- Formation sur une APSA, préciser la ou lesquelles :
- Autres besoins en formation :

## Matériel

- Je souhaite emprunter du matériel, je contacte la déléguée !



## Pour valider mon inscription, je m'engage à :

- ✈ M'affilier à l'USEP 05 via l'association USEP de l'école soit :
  - en fournissant par mail la **liste de mes élèves** (*nom, prénom, date de naissance, sexe*) en format **.csv** (*extraction du fichier base élèves*) – *pas de .pdf !*
  - le nom, prénom, date de naissance, et sexe des **adultes** à affilier (*minimum l'enseignant de la classe et au minimum deux pour l'association de l'école*)  
[www.affilique.org](http://www.affilique.org)
- ✈ Définir un **référent par association** USEP qui fera passer les informations envoyées par l'USEP aux collègues.  
  
Son nom : \_\_\_\_\_ Son mail : \_\_\_\_\_
- ✈ **Préparer les rencontres en amont** dans ma classe et **échanger avec l'USEP 05 et les autres classes participantes** sur le format et le contenu de la rencontre (réunion ou au minimum échanges de mails)
- ✈ **Prévenir en amont** de la rencontre si je **ne peux pas participer**
- ✈ **Confirmer ma participation à une rencontre**
- ✈ Faire passer les informations sur les **écoles de sport** (*écoles du gapençais et alentours*) et **actions hors temps scolaires** aux parents de mes élèves

Je note ci-dessous tout ce que je veux communiquer à l'USEP 05 (*jour de décharge, contraintes, autres remarques...*)

**Suivez la délégation départementale sur les réseaux sociaux :**

Page Facebook : [facebook.com/usep05](https://facebook.com/usep05)