

Le sport scolaire de l'École publique



## COMITÉ DÉPARTEMENTAL USEP HAUTES ALPES

☰ 2 av Lesdiguières – 05000 Gap

☎ 04 92 56 02 03/ 📞 06 37 09 75 96

@ lgras@laligue05.org

📘 [facebook.com/Usep05](https://www.facebook.com/Usep05)

FÉDÉRATION  
HAUTES-ALPES

la ligue de  
l'enseignement

un avenir par l'éducation populaire

ADELHA

# Sommaire

 Mot du Président

 L'USEP, mode d'emploi

 Des valeurs fondatrices

 L'USEP, c'est quoi ?

 L'organigramme

 La délégation départementale



 La vie associative

 Adhérer, pourquoi ?

 Comment s'affilier ?

 Comment gérer son association ?

 Le réseau Ligue 05

 L'assurance APAC, comment ça marche ?

 Le projet USEP 05

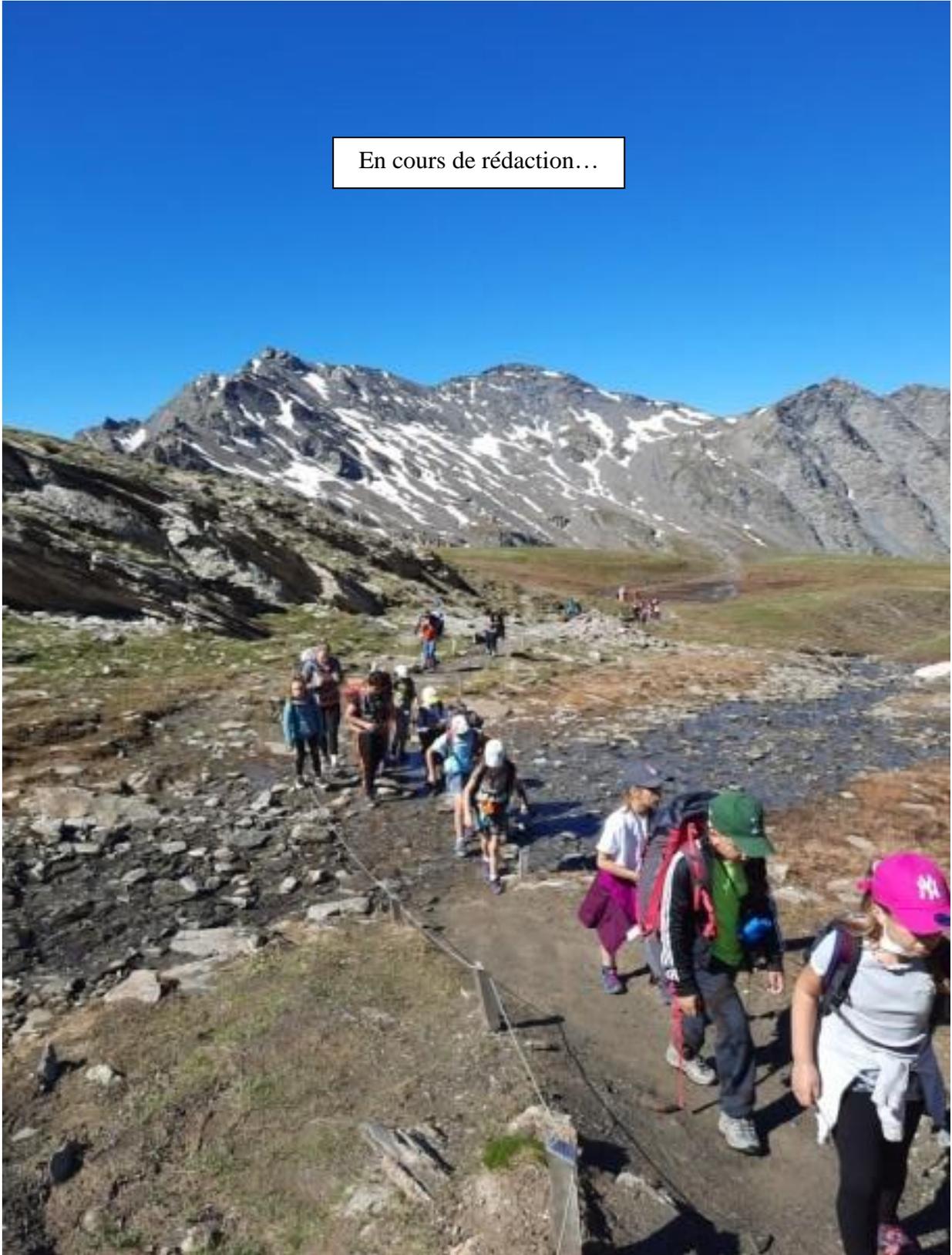
 Nos activités

 Nos actions



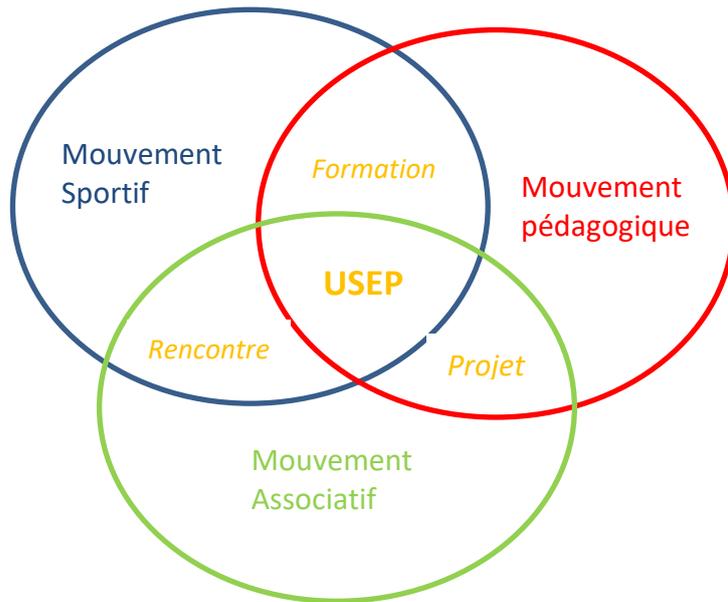
# Mot du Président

En cours de rédaction...

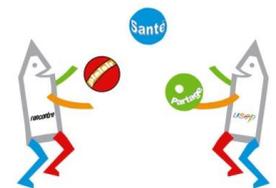


# L'USEP, mode d'emploi

L'Union Sportive de l'Enseignement du Premier degré est la fédération sportive scolaire du premier degré, habilitée par le Conseil d'État et agréée par Jeunesse et Sports. Agissant au sein de la Ligue de l'enseignement, mouvement d'éducation populaire, **L'USEP contribue à la formation d'un.e jeune citoyen.ne sportif.ve par son action associative et sportive.**



«L'USEP et l'UFOLEP sont des fédérations sportives nées de la volonté d'hommes et de femmes, il y a presque un siècle, de faire du sport un acte éducatif et citoyen par le plaisir du jeu».



## Des valeurs fondatrices

Notre histoire est celle de l'éducation populaire, celle qui permet à des acteur.rice.s, pris.es dans leur singularité et leur diversité, de pouvoir progresser en se rencontrant, en vivant un projet librement construit. Conformément à notre mission de service public et au projet national, nous agissons pour mettre en œuvre un projet sportif et associatif s'appuyant sur quatre grands principes fondateurs :



- ✓ **La LAÏCITÉ** qui garantit à chacun l'égal accès à la connaissance et à la vie publique, et tend vers un « mieux vivre ensemble ».
- ✓ **La CITOYENNETÉ** qui développe le sens critique de l'individu par un engagement responsable comme acteur.trice ou auteur.trice du projet associatif.
- ✓ **La SOLIDARITÉ** qui favorise la reconnaissance de l'autre, la justice sociale et l'égalité de tous.
- ✓ **La MIXITÉ** qui permet à chaque individu d'exprimer sa singularité dans un espace commun, en toute équité.



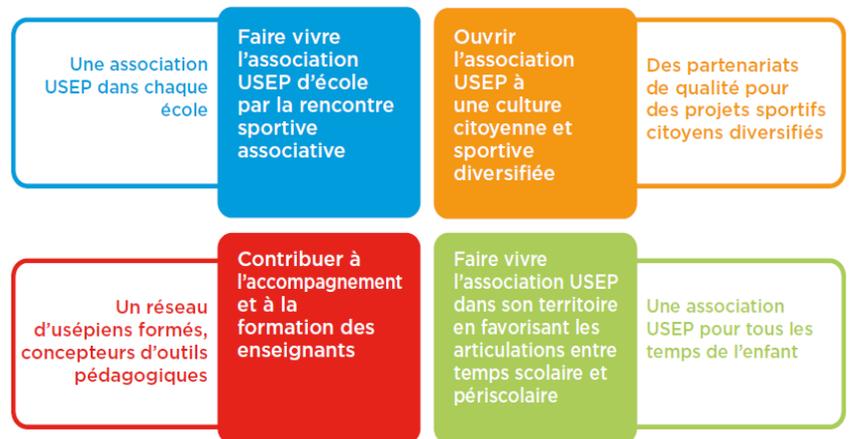


# L'USEP, c'est quoi ?

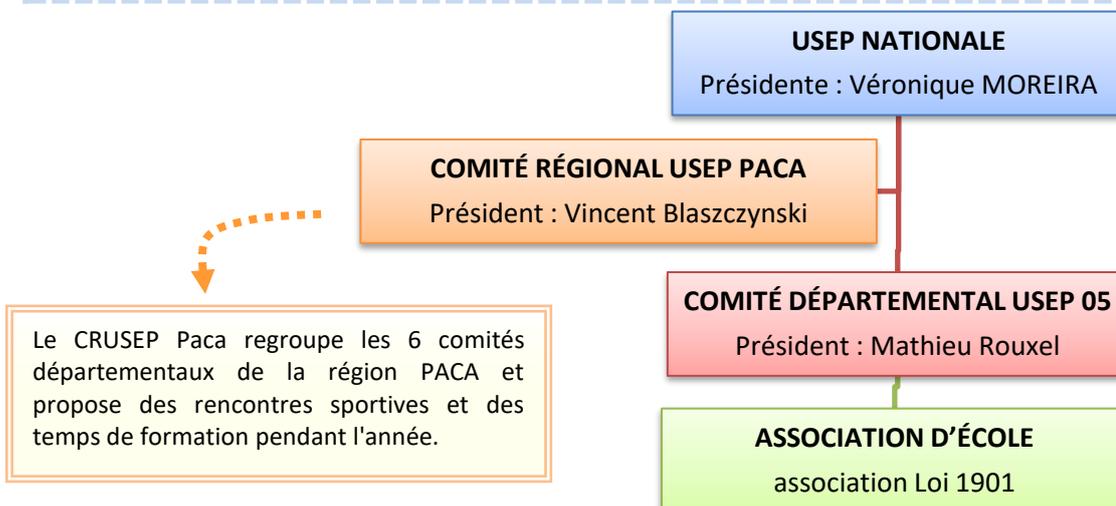
L'USEP, secteur sportif scolaire de la Ligue de l'enseignement, **fédération sportive scolaire**, membre du Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF) contribue, avec ses partenaires, à **la formation sportive et citoyenne de tous les enfants des écoles primaires publiques** pour une société humaniste, laïque et solidaire. En cela, elle se donne pour mission de :

- **générer de l'activité physique, sportive et associative** développant des compétences motrices, sociales et civiques associées à des savoir-faire et des savoir-être,
- **créer un environnement favorable à la pratique physique, sportive et associative** (accessibilité, coût, activités...) facilitant les comportements actifs des jeunes,
- **développer une culture commune de promotion de l'activité physique** favorisant l'engagement des jeunes dans un cadre associatif et dans le respect des valeurs humanistes et fraternelles,
- **considérer la laïcité** tant comme un principe d'organisation qu'un objet d'éducation.

Avec 750 000 enfants et adultes licenciés dans 8 860 associations implantées sur le territoire métropolitain et ultra-marin, l'USEP est la quatrième fédération sportive en France. Son action fédérée par 103 comités départementaux et 13 comités régionaux s'inscrit en continuité de l'EPS et dans le [projet national de développement](#).



## L'organigramme



# La délégation départementale

 L'USEP 05 est pilotée par un Comité Directeur composé de 13 membres

Rôle au CD	Prénom NOM
<i>Président</i>	Mathieu Rouxel
<i>Trésorière</i>	Sophie Castel
<i>Membres Elu.e.s</i>	Caroline Devallière
	Jean Devallière
	Stéphanie Foissac
	Olivier Joasson
	Myriam Jund
	Nathalie Labat
	Isabelle Meyer
	Hélène Monteiro
	Claude Pigaglio
	Barbara Strba
Karen Taix	

 La Déléguée Départementale est salariée de la Ligue de l'enseignement. Elle est mise à disposition de l'Usep par un accord cadre Ligue/Usep. Sa mission est de mettre en œuvre le projet politique départemental, de gérer et coordonner les actions usep, de travailler avec les autres services de la Ligue de l'enseignement.

**USEP 05**  
**Lineke Gras**  
Chargée de mission USEP 05  
📞: 06 37 09 75 96  
☎️: 04 92 56 02 03  
[lgras@laligue05.org](mailto:lgras@laligue05.org)

Pour en savoir plus sur l'USEP 05, être aidé.e dans vos démarches, être accompagné.e dans votre projet associatif usep, prenez contact avec la délégation départementale.

## En savoir plus :

- > [L'association USEP, un outil pour votre projet d'école](#)
- > [Projet Sportif Associatif Départemental 05](#)
- > [Dossier d'affiliation USEP 05](#)



# la vie associative

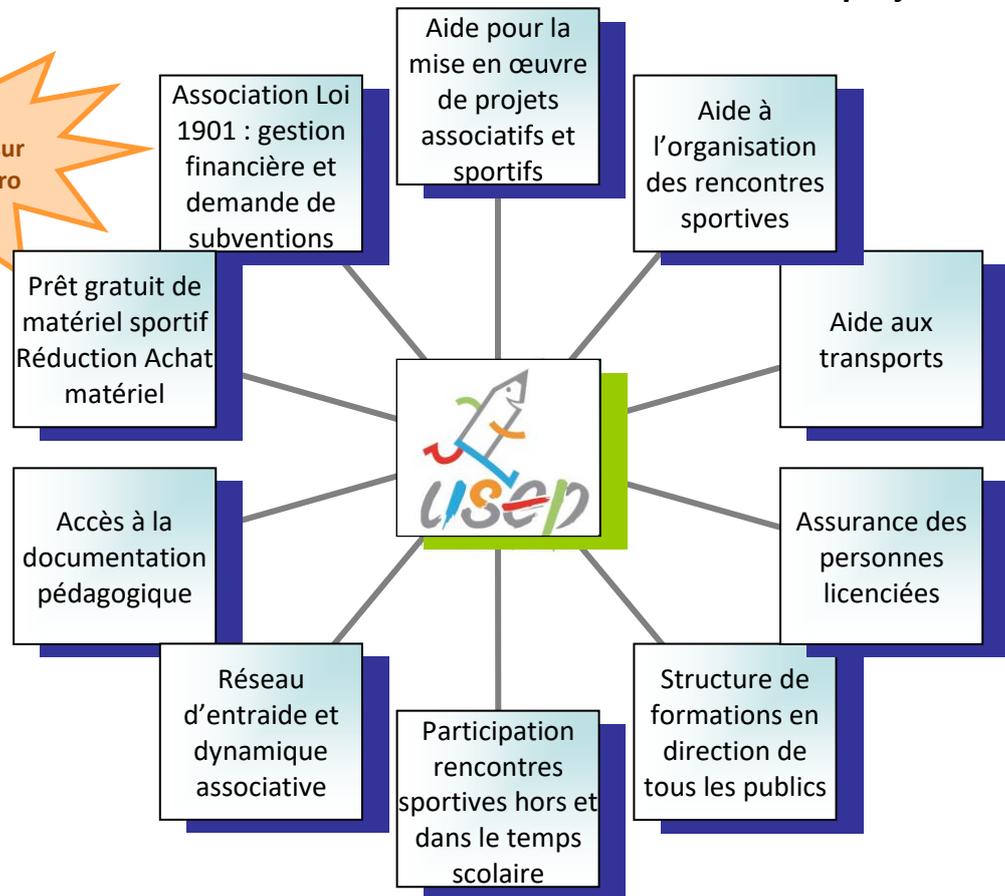
S'associer, c'est essayer de s'organiser à plusieurs pour FAIRE ENSEMBLE. L'USEP offre aux associations d'écoles affiliées un cadre d'action légal permettant de faire vivre des projets associatifs sur les tous les temps éducatifs.

## Adhérer, pourquoi ?



L'USEP, c'est un moyen de :

- ✓ Développer l'intelligence sensible et la culture sportive...  
**en proposant des activités diversifiées, ouvertes à tou-te-s : sans sélection, sans élitisme, sans spécialisation.**
- ✓ Développer l'engagement civique et la culture associative...  
**en impliquant les enfants dans la vie associative de l'école : un jeune citoyen responsable, autonome, cultivé, physiquement et socialement éduqué.**
- ✓ Donner une finalité aux apprentissages par la rencontre sportive...**en permettant à tou-te-s de rencontrer les autres et en étant acteur.rice du projet.**



# Comment s'affilier ?

Une association USEP existe ou a déjà existé dans votre école :

**RÉACTIVEZ-LA !**

En envoyant la **composition de votre nouveau bureau** à la Préfecture.

Le comité départemental vous accompagne dans la procédure

Il n'y a pas d'association Loi 1901 dans votre école :

**CRÉER UNE ASSOCIATION USEP**

Le comité départemental vous accompagne dans la procédure et vous offre les frais d'insertion au Journal Officiel (obligatoire et payant) !

## VOTRE ASSOCIATION USEP EST ACTIVE :

**AFFILIEZ-VOUS !**

Votre affiliation sera valable à réception à [affiliation@laligue05.org](mailto:affiliation@laligue05.org)

- des **listes de classe en format .csv** avec nom, prénom, date de naissance et sexe des enfants (extraction des fichiers base élèves)
- de la **liste des adultes** : avec nom, prénom, date et lieu de naissance (ville et département) et sexe, minimum 1 par classe (l'enseignant), et au moins 2 pour l'association
- du **bordereau d'affiliation** daté et signé

Pour une première affiliation ou pour toutes questions, vous pouvez contacter la délégation : [affiliation@laligue05.org](mailto:affiliation@laligue05.org) ou 04 92 56 02 03

### TARIFS 2022-2023

- Affiliation de l'association : 40,15€
- Licence adulte : 16,80€
- Licence élémentaire : 6,44€
- Licence maternelle : 6,04€

La licence est obligatoire pour tous les enfants et adultes (animateurs et dirigeants) de l'association afin de les couvrir lors des activités de l'association usep



**Si, dans une école, aucun.e enseignant.e n'est intéressé.e par les activités USEP, veuillez à :**

- solder rapidement le compte bancaire.
- ne pas dissoudre l'association ! Laissez-la en sommeil, un.e collègue pourra ainsi la réactiver, même après plusieurs années.

# Comment gérer son association ?

Pour faciliter la gestion de votre association, il est important que tous les documents USEP soient regroupés dans un dossier facile d'accès

Le [Guide de l'association](#) vous fournit une aide précieuse.



N'hésitez pas à transmettre à la délégation USEP tous les documents relatifs à votre association :

- ✓ La date de création de l'association,
- ✓ Le récépissé de déclaration de l'association,
- ✓ La date de publication au Journal Officiel,
- ✓ La copie du Journal Officiel,
- ✓ Les statuts de l'association,
- ✓ La liste des membres du bureau,
- ✓ Le compte rendu de l'Assemblée Générale.



## Le réseau ADELHA- Ligue de l'enseignement 05

L'Union Sportive de l'Enseignement du Premier degré est le secteur sportif de la Ligue de l'enseignement, mouvement laïque d'éducation populaire, qui regroupe une diversité de pôles et de compétences. S'affilier à l'USEP, c'est aussi adhérer à la Ligue de l'Enseignement et à son projet de mettre les vacances, la culture, la formation, le sport et l'éducation à la portée de tou-te-s et au service de la Démocratie. *Contact : 04 92 56 02 03*



## L'assurance APAC, comment ça marche ?

**Contrat d'établissement :** L'APAC vous offre la possibilité de souscrire un contrat d'établissement classique.

**1/** Si tous les élèves sont adhérents USEP, le contrat est gratuit.

**2/** dans le cas contraire, seuls les enfants non-affiliés compteront dans le prix du contrat d'établissement.

**R.A.T :** Assurance temporaire pour les personnes n'ayant pas de licence et participant à des actions organisées par l'USEP.



**Accident :** bien adresser à l'APAC la déclaration de sinistre dans les 5 jours. Il vaut mieux transmettre un dossier incomplet plutôt que hors délai.

**Fiche diagnostic :** Pour être couvert lors des activités auxquelles votre association participe et bénéficier d'une attestation d'assurance (locaux), il est essentiel de renvoyer la [fiche diagnostic](#).

Pour + d'informations :

**Contact :**  
04 92 56 02 03

# le projet USEP 05

## Nos activités

**Interface entre le monde scolaire et le monde sportif**, l'USEP 05 agit en accord avec les objectifs éducatif, associatif, pédagogique et sportif du projet fédéral. Son action se décline ainsi à travers trois champs complémentaires :



### Temps scolaire

- Aider les enseignant.e.s à prolonger les contenus d'enseignement et à mener un **projet associatif et sportif avec leur classe**
- Accompagner les enseignant.e.s dans l'organisation de **rencontres sportives et associatives** qui finalisent les acquisitions en Éducation Physique et Sportive
- Proposer des **temps de formation** à destination des directeur.rice.s, des enseignant.e.s, des animateur.rice.s ou des élèves

### Partenariat

- Mettre à disposition du **matériel sportif**, sécurisé et adapté
- Organiser des **rencontres sportives en collaboration avec des structures partenaires** : comités départementaux, clubs, associations locales ou départementales

### Hors temps scolaire

- Donner les moyens et les outils pour développer une véritable **vie associative autour de l'école**
- Organiser des **rencontres sportives qui prolongent l'enseignement de l'EPS**. Ces rencontres sont adaptées à tous les niveaux de classe et chaque association d'école peut y participer
- Proposer des **formations en direction des animateur.rice.s usep** pour la mise en oeuvre d'un projet usep

# Nos actions

L' USEP 05 organise et coordonne des actions en temps scolaire et hors temps scolaire en essayant de répondre aux besoins et aux demandes des associations d'écoles.

## ACTIONS EN TEMPS SCOLAIRE

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

**L'usep 05 prend en charge le transport\***

*\* Si l'école n'a pas d'autres moyens de déplacement possible (à pied, vélo, bus de ville...), dans la limite des subventions perçues, à condition de regroupement dans les cars et d'envoi du devis en amont à l'usep.*



Les inscriptions aux rencontres se font à cette adresse :

<https://zaclycloud.laligue05.org/index.php/apps/forms/YzN2D7Qfemax3RXg>

## RENCONTRES DEPARTEMENTALES

**USEP 05**

L'**USEP 05**, ce sont des **rencontres** et la **prise en charge de vos transports** mais avec une licence USEP, vous avez accès **également** à

- des **formations** pour les licenciés adultes sur différentes thématiques
- 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...)
- une **aide humaine** pour monter vos projets
- un **réseau** et des **partenariats**
- une mise en pratique des **valeurs (Citoyenneté, Laïcité, Solidarité... et convivialité !)**

Les rencontres finalisent toujours un cycle d'apprentissage !

Cette année, la randonnée (pédestre et à vélo) et l'orientation seront les thématiques principales des rencontres départementales.

L'accent sera mis également sur le rugby en cette période de coupe du monde 2023.

## Challenge « 0 déchets » Projet à l'année



Tout au long de l'année, l'USEP 05 propose un challenge  
« 0 déchets »

Sur chaque rencontre, l'USEP 05 distribuera un sac poubelle (de 10 litres) par classe. Tous les enfants et adultes de la classe devront mettre l'ensemble de leurs déchets dedans. A la fin du pique-nique, les sacs de toutes les classes présentes seront pesés et jugés sur leur volume. Les sacs ne seront pas comparés d'une classe à l'autre mais pour la classe d'une rencontre à l'autre, l'objectif étant de trouver des solutions collectivement en classe pour avoir un sac poubelle de moins en moins volumineux et lourd d'une sortie (rencontre usep ou autre sortie) 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, il existe un outil : **les clés USEP d'une Éducation au Développement Durable**. Vous y trouverez toutes les ressources nécessaires pour vous accompagner.

Le télécharger : <https://usep.org/index.php/2019/10/03/les-cles-usep-dune-education-au-developpement-durable/>



## Rencontres maternelle C1



### **Rando contée (printemps 2023)**

Randonnée autour d'un ouvrage, commencé en classe et relu et terminé le jour de la rencontre afin de vivre l'histoire racontée à travers différents ateliers.

Ces sorties en temps scolaire seront à préparer en classe à l'appui de ressources communiquées en amont. En partenariat avec Lire et Faire Lire



## **Les p'tits reporters –toute l'année - opération nationale**

[https://usep.org/wp-content/uploads/2022/02/cdc\\_ptitsreporters\\_V2021.pdf](https://usep.org/wp-content/uploads/2022/02/cdc_ptitsreporters_V2021.pdf)

### **Objectifs**

- Rendre compte de ce que l'on fait, de ce que l'on vit dans sa préparation et sa rencontre USEP
- Développer la pratique des activités physiques

### **Présentation de l'action**

- Réalisation d'un reportage sur une rencontre USEP
- s'appuie sur des rencontres USEP accessibles et valorisantes pour tous (équitables, épanouissantes et inclusives).
- est ouverte aux enfants licenciés USEP, [auteurs de leur rencontre](#).





## Rencontres C2

### **Rando orientation**

Rencontre autour de l'orientation et de la randonnée pour les élèves de cycle 2.  
Au printemps 2023

## Rencontres C3

### Destination Refuges USEP

Ouvert aux CM1-CM2

Randonnée en montagne sur deux jours avec nuitée en refuge de mi-juin 2023 à mi-septembre 2023.



### P'tit Tour à Vélo (mai-juin 2023) opération nationale

Randonnée cycliste et ateliers autour du vélo ouvert aux cycles 2 et 3.

Dispositif du Savoir Rouler A Vélo : accompagnement au passage des blocs 1 et 2 et validation pour les C3 du bloc 3 sur la journée P'tit Tour.

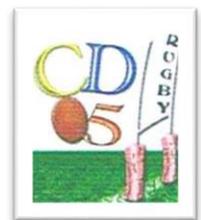
[Cahier des charges PTIT TOUR 2022.pdf](#)



### Rugby – coupe du monde 2023 – Projet à l'année

Dans le cadre de la coupe du monde 2023, l'usep en partenariat avec le comité de rugby 05, organisent un évènement autour du rugby.

Cette opération est ouverte à 10 classes de cycle 3 prioritairement (CE2 s'il reste des places)



Une formation sera proposée aux enseignants le **jeudi 13 octobre à 17h00 à Gap** (report le 20/10 si besoin). Un pays participant à la coupe du monde sera tiré au sort pour chaque classe

Un intervenant du comité de rugby interviendra en classe sur certaines séances de votre cycle EPS rugby et du matériel vous sera mis à disposition (5 classes en P2 avec une séance rappel en P4 et 5 classes en P4).

Avec vos élèves, vous travaillerez toute l'année sur le pays désigné pour que les élèves puissent s'approprier la culture de ce pays et les élèves proposeront un atelier culturel pour faire découvrir ce pays aux autres classes le jour de la rencontre.

La **rencontre sera prévue le 11 mai 2023** (report si besoin le 16 mai)



## Rencontre CDSA-USEP



L'USEP05 et le CDSA05 s'associent pour proposer aux enfants et jeunes de l'USEP, des ULIS ou IME une rencontre autour du vivre ensemble.

Cette opération est ouverte aux élèves **affiliés à l'usep 05 de préférence de cycle 3 et les élèves d'ULIS**. Cette rencontre (thème non défini encore) peut être l'occasion de mettre en place des échanges (correspondances, projets montés par les enseignants des 2 côtés, sorties...) sur l'année entre une classe d'usépiens et une structure accueillant des enfants en situation de handicap mental ou psychique.



Une **intervention en classe** en début d'année pourra être proposée (par les responsables de l'usep et/ou du sport adapté) aux usépiens afin de les sensibiliser à la problématique du handicap. Elle se fera sur demande de l'enseignant, date est à définir selon vos disponibilités  
Le transport pour cette rencontre sera pris en charge par l'usep.

Le nombre de classes est limité, l'objectif étant d'avoir un nombre d'enfants valides/en situation de handicap à peu près similaire.



## Rencontre régionale

L'USEP sud paca réorganise la E-rencontre et propose aux associations d'organiser une Rencontre Sportive et Associative régionale de proximité entre deux associations ou deux secteurs de départements limitrophes. Ces journées s'organiseront en deux rencontres Aller et Retour entre les structures.



## **Rencontres de secteur**



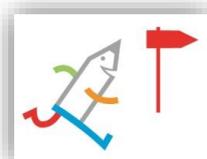
Ces rencontres de secteur laissent la possibilité à chaque secteur de **définir selon les envies et besoins et les cycles d'EPS de chaque enseignant les rencontres souhaitées**.

Le comité usep peut vous apporter une **aide** sur l'organisation en amont, le matériel, le format de rencontre, les ressources pédagogiques pour vous aider en classe (formation possible et documentation pédagogique) et le transport.

Une aide humaine bénévole pourra être envisager selon les ressources locales (pas de présence de la déléguée usep sur la rencontre)

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

Exemple de thèmes de rencontres possibles : athlétisme, danse, ski de fond, sports innovants...





## Autres rencontres USEP



### Rencontres en partenariat avec les fédérations sportives (ou autres structures)

Des conventions tripartites DDSDEN 05/USEP 05 et comités sportifs 05 ont été signées : handball, football, tennis, basketball, golf, rugby...

L'usep et les comités sportifs pourront vous proposer :

- Des formations selon vos besoins !
- Des interventions en classe sur vos cycles d'EPS
- Du prêt de matériel, des documents pédagogiques
- Une rencontre pour finaliser votre cycle

### Rencontre TRI'athlon

Rencontre autour du thème du recyclage et du développement durable, organisé en partenariat avec la comcom du Sisteronnais Buech en juin

Exemple de rencontres : Minots Hand Folies, Fête du Tennis, TRI'athlon...

### Opérations nationales

Toutes les opérations : <https://zacycloud.laligue05.org/index.php/s/ygdqnmNrtnggLa>

- La maternelle entre en jeu
- À l'USEP, l'Athlé ça se VIE
- Mond@I - USEP
- Laïcité

## ACTIONS HORS TEMPS SCOLAIRE

*Licence USEP obligatoire*

## Les écoles de sport usep

Maintien de l'école de natation à confirmer !  
Recherche de bénévoles

### Ecole de natation usep



Par le GAUSEP (Groupement des Associations USEP de la ville de Gap) propose des **cours de natation** les **lundis, jeudis ou vendredis de 17h à 18h** à la piscine de la République. Ces séances de natation, encadrées par des Maitres-Nageurs-Sauveteurs sont ouvertes aux usépiens de la GS au CM2.

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

### Ecole de ski de fond usep



L'usep en partenariat avec le Ski Club Gap-Bayard proposent aux usépiens des **mercredis matins de ski de fond** sur le plateau de Bayard en janvier et février.



## ACTIONS DE FORMATION

*Licences usep obligatoires pour tou.te.s les participant.e.s*

### ACTIONS DÉPARTEMENTALES



#### Formations sur les Activités Physiques et Sportives

Selon vos besoins, des formations usep (sur du temps bénévole) peuvent vous être proposées autour de différentes activités (danse, orientation, athlétisme, ski...)



#### Formations en lien avec les fédérations sportives

Dans le cadre des conventions signées avec les différents comités sportifs, l'usep et le comité sportif peuvent organiser une formation. Ces formations ne seront pas sur des temps d'animations pédagogiques mais sur volontariat des enseignants et animateurs usep (handball, tennis, football, rugby..).



#### Formation continue des enseignants EPS et Citoyenneté

Education au Développement Durable...



### ACTIONS RÉGIONALES ET NATIONALES

#### Formation Initiale de Formateurs (nationale)

Mars 2023 Formation à destination des animateur.rice.s usep qui souhaitent s'investir dans la commission départementale et/ou régionale en vue d'encadrer des actions de formation.



#### Stage régional d'animateurs

Ancelle du 23 au 26 octobre 2022 (sous réserve)

Les thématiques proposées : formation des élus et épreuves enchainées /Savoir Rouler A Vélo

Le comité départemental USEP Hautes Alpes fait aussi vivre son action par l'intermédiaire des réseaux sociaux !

 **Suivez la délégation départementale !**

Page Facebook : [facebook.com/Usep05](https://facebook.com/Usep05)