

BILAN PÉDAGOGIQUE - ANNÉE 2022/2023

↪ **Intitulé de l'action** : Association Sportive du Lycée Merleau-Ponty

↪ **Type d'action** : Animation de l'Association Sportive

↪ **Nom des intervenants dans l'action** :

Stéphane BARTHELEMY, Sophie SARTI-PEINTURIER, Eva SERRE, Xavier BEAULIEU, Marc DUVERGER,

↪ **Nombre d'élèves concernés, classes, niveaux** :

Tous les élèves du Lycée.

197 élèves du Lycée sont licenciés à l'Association sportive. 103 filles et 94 garçons, cela correspond à 14,88 % de la population féminine du lycée et 16,7 % de la population masculine. On peut noter une forte présence des élèves de classe de 2nde à un niveau de 76 %.

On dénombre pour l'As du Lycée **43 Jeunes officiels** (validés par l'UNSS) dont 29 filles et 14 garçons.

Nous avons **26 jeunes arbitres** (13/13) dont 4 filles au niveau académique, **13 jeunes coaches** (8/5) dont 3 filles niveau académique et 5 jeunes niveau départemental, **8 jeunes organisateurs** niveau départemental avec notamment l'organisation du 100 %-journée Olympique des collèges.



↪ **Objectifs pédagogiques et/ou éducatifs poursuivis** :

Permettre une pratique sportive et de découverte de nouvelles activités aux élèves du lycée avec une possibilité d'ouverture sur la compétition scolaire en fonction de son niveau. Animation et Formation sont les deux autres axes de travail.

↪ **Modalités – déroulement de l'action** :

L'association sportive fonctionne le mercredi après-midi. Les élèves ont un emploi du temps chargé et des difficultés de se libérer pour le créneau du midi.

Différentes activités sont proposées au sein de l'association sportive :

Natation, Badminton, Futsal, Musculation, Renforcement musculaire, Surf, Handball féminine, Cross, Raid Unss, Athlétisme Estivale, Cross, Beach Hand, Beach Volley, Basket.

Les propositions faites par les élèves peuvent orienter nos pratiques vers d'autres activités.

↳ Aspects positifs :

Bonne implication des élèves et bon état d'esprit permettant de combiner une pratique de loisir et une pratique compétitive. Cette année, ouverture de l'activité basket grâce aux compétences de Mme Serre. Cette activité demandée n'avait pas pu être mise en place auparavant. La présence de M. Beaulieu a permis de dédoubler pour gérer l'activité futsal et la pratique Surf sur les deux périodes de pratique.

Le nombre d'encadrant a permis aussi cette année d'avoir plus de lycéens participant au Raid UNSS des lycées en mars.

↳ Points faibles :

La difficulté de faire fonctionner les activités le midi du fait des emplois du temps regroupés et de l'éloignement des élèves de l'établissement (difficulté transports scolaires).

↳ Reconduction à l'identique :

Oui. L'activité continue de se concentrer sur le créneau du mercredi après-midi.

Une réflexion est mise en place autour de quelques activités, convention avec le lycée Jamain, pour accueillir les élèves scolarisés dans ce dernier et internes au lycée Merleau-Ponty n'ayant pas activité d'AS dans leur établissement.



NOS ACTIVITÉS



Activité badminton : le mercredi de 13h à 15h et jusqu'à 17h 30 et plus en compétition

Encadrement : Stéphane Barthélemy

37 élèves sont inscrits dont 18 filles / 19 garçons. Nous avons participé à 5 compétitions dont les finales départementales à Pons (17)

Elliot Roux a été validé jeune officiel niveau départemental (meilleur score du 17)



Activité surf : Le mercredi de 13h à 17h45 sur deux périodes

Encadrement : Marc Duverger / Xavier Beaulieu / Eva Serre

L'AS surf se déroule les mercredis après-midi sur deux périodes. De septembre à novembre et des vacances de Pâques à la fin de l'année. Départ 13h du lycée et retour aux environs de 17h45.

Les inscriptions se font d'une semaine sur l'autre à partir d'un tableau où les élèves s'inscrivent. Nous avons deux possibilités d'encadrement, soit 8 inscrits avec 1 enseignant encadrant, soit 16 inscrits avec 2 enseignants.

L'effectif est très varié et hétérogène en termes de niveau avec une belle motivation. Quelques séances n'ont pas pu être réalisées notamment à cause des conditions climatiques.

Au travers de l'activité, les élèves ont pu prendre en charge des responsabilités, apprendre à s'entraider et se sécuriser par binôme, décoder le milieu naturel (courants, vents, vagues...).

Activité Musculation : Le mercredi de 15h à 16h30

Encadrement : Eva Serre

14 élèves inscrits. Aucune compétition.

Objectifs : RENDRE LES ELEVES AUTONOMES DANS LEUR PRATIQUE FUTURE

-Faire acquérir une pratique sécuritaire (maîtrise des mouvements, connaissance des charges maximales, connaissance des postures sécuritaires)

-Savoir construire un programme d'entraînement avec les concepts clés qui en découlent :

-Equilibre du travail entre muscles agonistes et muscles antagonistes

-Equilibre du travail entre bas du corps, haut du corps, tronc

-Calcul de la charge maximale

-Présentation des différents programmes et méthodes d'entraînement en fonction des objectifs personnels à atteindre

En bilan, les élèves sont très rapidement devenus autonomes dans leur pratique. Le rôle de de pareur est maîtrisé par tous. Le rituel d'échauffement articulaire, tabata et d'échauffement à vide sur chaque machine avant de charger est acquis pour tous. Les élèves à la fin de l'élève sont capables de construire eux même leur programme d'entraînement.

Remarques : Les élèves internes sont demandeurs de plus de séance dans la semaine. Leur niveau d'autonomie et de maîtrise sécuritaire de l'activité à l'issue des 5 premières leçons leur permettraient une pratique autonome.

Activité futsal : Le mercredi de 14h45 à 16h et jusqu'à 17h30 en compétition

Encadrement Xavier Beaulieu et Marc Duverger

Le groupe de futsal s'est entraîné de la rentrée aux vacances de Pâques. L'effectif est dynamique et motivé, la majorité des élèves sont assidus.

Chaque séance comptait entre 8 et 15 élèves. La mixité au début de l'année s'est éteinte avec le manque de

compétition sur l'année. Nous étions les seules dans le 17 à avoir une équipe féminine de Futsal.



Qualifiée pour le championnat d'Académie, nous n'avons pu y prendre part pour raison de bac blanc au sein du lycée.

Sur le pôle compétition, rencontre avec les lycées de La Rochelle et Rochefort à La Rochelle. Il y a eu 3 dates en district, les classements ont été respectivement 3e, 2e et 3e. Cela ne nous a pas permis de faire les finales départementales.

Les perspectives pour l'an prochain sont positives puisqu'une bonne partie de l'équipe était en seconde et concourra dans la même catégorie l'an prochain avec de l'expérience supplémentaire.

Sur le pôle Animation, les dates non retenues par la compétition ont permis de mobiliser plus de jeunes au sein du lycée.

Activité handball féminin: Section Sportive, Lundi et jeudi de 17h à 19 + mercredi de 13h15 à 14h45

Encadrement Marc Duverger + Valentin Fontaine

Pas assez de filles pour mettre en place une équipe établissement de handball encore cette année malgré une demande partielle. Une équipe établissement est une équipe constituée de licenciées qui ne sont pas à la section sportive. Une demande incomplète a été effectuée par des garçons pour une équipe. Cela n'a pas pu aboutir cette année mais dès la rentrée prochaine en s'appuyant sur les élèves en 1ère et Tale, une équipe junior sera mise en place

Pour la section sportive, l'année a pu se dérouler dans son intégralité. 3 périodes rythment l'année. La partie Beach-hand à Fouras sur deux cycles de travail, la partie compétition avec pour les matchs amicaux des rencontres à S Maixent (79) et La Rochelle notamment + les rencontres officielles avec tournoi à St Maixent (79) pour le championnat d'Académie et à Périgueux (24) pour l'Inter-Académique, la partie entraînement tous les lundi/jeudi et renforcement le mercredi.

Vice-Championne d'Académie et médaille de bronze aux championnats Inter-Académique

Plusieurs projets ont abouti : journée de cohésion en septembre, rencontre avec le collège Grimaux et son équipe de benjamines, Sortie à Nantes pour assister à match professionnel et temps d'échange avec les joueuses de Nantes, Participation à la journée lycée 100 % beach en septembre, Travail en relation avec la classe cinéma, Travail autour d'un flyer et d'un clip avec les BTS Com du lycée, Aide à l'organisation du tournoi de handball dans le cadre relation EPS et langue vivante.



Les filles ont participé hors du temps de la section, à plusieurs activités UNSS :

-**Raid des lycées** en APPN où l'équipe féminine conserve son titre de championne comme l'an dernier. Très belle performance dans la continuité et trophée en bois rapporté au lycée.

-Organisation et aide à la journée **100% Beach** des collèges en juin regroupant 1000 collégiens sur la journée. Retour encore très positif cette année de l'ensemble des collègues EPS, de notre Directrice Départementale UNSS et des enfants.

Activité Basket 3/3 et 5/5 : Le mercredi de 16h30 à 18h

Encadrement : Eva SERRE

Un créneau de 1h30 d'entraînement mixte avec plusieurs journées de compétitions certains mercredis après-midi pour les élèves qui le souhaitent.

18 élèves inscrits dont 1 pratiquant de club et 2 anciens joueurs de club. Les 15 autres élèves débutaient dans l'activité.



Objectifs : PERMETTRE A TOUS D'ACQUÉRIR DES BASES TECHNIQUES ET TACTIQUES SUFFISANTE POUR PRATIQUER EN COMPÉTITION SANS RISQUE DE BLESSURE NI POUR EUX NI POUR LES ADVERSAIRES

- Amener tous les élèves à maîtriser la technique du dribble, de la passe, du shoot et du double pas
- Apprendre aux élèves les espaces clés de jeu à 5 et les principes qui découlent de leur exploitation
- Etre capable de jouer un duel
- Maîtriser la position défensive et appliquer une défense homme à homme
- Connaitre les règles, les appliquer et des faire appliquer

Prolongement sur la fin d'année, travail spécifiquement de lecture du défenseur pour amener les élèves sur une pratique sous forme de 3c3 qu'ils peuvent avoir en dehors du lycée en autonomie sur les city park et avec une accessibilité pour importante que sur le 5c5 à des tournois loisirs.

Bilan : La marge de progression d'une grande majorité des élèves était importante ce qui leur a permis d'effectuer un vrai pas en avant dans leur pratique. Ceci a motivé tous les élèves et l'assiduité de tous sur l'ensemble de l'année est à souligner. Certains d'entre eux avaient des appréhension face à la pratique en compétition et ont tout de même participer aux dernières après midi compétitives. L'attitude positive et la bienveillance de tous ont permis de créer une belle cohésion au sein du groupe.

Activité Renforcement musculaire / Cross training : Le mercredi de 12h à 13h

Encadrement : Sophie SARTI

Activité de loisirs sans but compétitif, elle est proposée une heure toutes les semaines de 12 heures à 13 heures le mercredi. Elle permet aux élèves d'améliorer leur condition physique grâce à des ateliers mêlant travail cardio-respiratoire, coordination et renforcement musculaire. Cette activité se veut complémentaire à la pratique d'une autre activité physique.

Cette activité, quand elle est pratiquée régulièrement, permet aux élèves d'améliorer de façon significative leur condition physique. Elle permet aussi aux élèves d'apprendre à pratiquer en autonomie, sans risquer de se blesser.

Cette activité compte une dizaine d'élèves inscrits.

Activité Natation : Le mercredi de 13h30 à 14h30

Encadrement : Sophie SARTI

Cette activité est proposée à la piscine de Rochefort. Elle a lieu tous les mercredis de 13 heures 30 à 14 heures 30 et s'adresse à des élèves dont les objectifs sont très différents :

- Amélioration de la performance (en lien avec l'activité sauvetage proposée par l'équipe EPS dans le cadre des cours obligatoires),
- Détente,
- Apprentissage de la natation pour les non-nageurs,
- Apprentissage de nouvelles nages,
- Complément d'entraînement dans le cadre de la préparation du BNSSA.

Elle est proposée de manière non compétitive et permet un suivi personnalisé de chacun des élèves participant à l'activité.

Dans le cadre de cette activité, les élèves du lycée partagent les installations avec des collèges de Rochefort ainsi que le lycée Jamain.

Cette activité a regroupé une douzaine d'élèves chaque mercredi. Cette année, la piscine a été fermée durant 6 semaines entre les vacances de Noël et celles de février (décision municipale pour réaliser des économies d'énergie).

Athlétisme Estivale : Activité périodique

Encadrement : Xavier Beaulieu

Un championnat Académique en extérieur avec 5 participants.

Des élèves très motivés avec des records personnels pour certains sur leurs disciplines. Le niveau est cependant très élevé et les élèves ne peuvent prétendre pour le moment au championnat de France.



Activité athlétisme hivernal : Activité périodique



Encadrement : Xavier Beaulieu et Marc Duverger

Le cross départemental s'est déroulé sous une météo typique cross. C'est la première année où nous avons autant de participants au sein du lycée. Les classements individuels et collectifs ne nous ont pas permis de nous qualifier pour la suite de la compétition.

Activité Raid Multi-activités : Activité périodique

Encadrement : Sophie Sarti, Eva Serre, Xavier Beaulieu

Ce raid a lieu à Boyardville dans le centre départemental. C'est un rassemblement d'élèves de l'ensemble des lycées de Charente-Maritime. Sous forme d'équipes de 4 élèves, ils participent à des activités sportives variées. 2 formules sont proposées : Le Perf'hourra (pour les élèves en très bonne condition physique) et Le Pass Partout. Cette année, ce rassemblement s'est déroulé les jeudi 30 et vendredi 31 Mars. 5 équipes du lycée étaient engagées :

- 2 équipes mixtes.
- 2 équipes féminines.
- 1 équipe mixte Perf'hourra.



2 élèves ont été sollicitées en tant que jeunes officielles.

Une des équipes mixtes se classe 2^{ème} et une des équipes filles se classe 1^{ère}.

