



— LfdD —
LYCÉE FRANÇAIS
DE DÜSSELDORF



aefe
Agence pour
l'enseignement français
à l'étranger

LE SPORT ET L'EPS AU LFDD



GUIDE



Un maillon essentiel vers la réussite

Les élèves ont besoin d'être en bonne santé physique et être capable de maîtriser leurs émotions et leur concentration pour réussir dans leurs apprentissages. L'EPS dans le programme scolaire leur apporte l'aide nécessaire pour atteindre cet objectif.

Un stimulant immunitaire et un bon gardien de la santé

La pratique d'un sport revêt une grande importance dans la vie des enfants qui grandissent. Le sport permet aux enfants de faire l'exercice nécessaire pour rester en forme et lutter contre l'obésité et les maladies qui y sont liées.

Des valeurs essentielles inculquées

Partage, responsabilité, effort, réussite, sont les valeurs mises en avant dans notre lycée et véhiculées pendant les cours d'éducation physique et sportive.

Lien interculturel et élément de notoriété

À travers de nombreuses actions d'envergure (Tour de France 2017, Zürich 2017, Malaga 2018, JEEPS Stockholm, Barcelone, Moscou...etc) et d'autres de proximité qui associent le LfdD, très concrètement à la vie locale (Compétitions Interscholaires, partenariats avec des associations locales, Rugby, TdT, Escalade...) nous accompagnons les élèves dans la découverte de ces enjeux.

Les Professeurs d'EPS
Les PE du Primaire

Le Sport
au LfdD

La Coordinatrice des APS
Les Entraîneurs

L'EPS au
Collège & Lycée

L'EPS au
Primaire et Maternelle

L'Association
Sportive du LfdD

Les Activités
Extra Sportives

Le Sport événementiel au LfdD

L'éducation physique et sportive - L'EPS

L'EPS est un enseignement obligatoire à l'école élémentaire, au collège et au lycée. A tous les niveaux de la scolarité, l'objectif est la réussite de tous les élèves. La pratique d'activités physiques, sportives et artistiques permet à chacun d'améliorer ses capacités motrices, d'actions et de réaction à son environnement physique et humain.

L'EPS aide à l'appropriation d'une culture commune, artistique, physique, et sportive, de façon critique, responsable, lucide et citoyenne. Une formation cohérente, diversifiée et équilibrée est proposée pour les élèves, permettant de garantir un temps suffisant d'apprentissage pour les acquisitions des compétences visées à travers les 5 champs d'apprentissage des programmes.



Primaire

En maternelle, les enfants bénéficient d'un minimum de 30 minutes d'activités sportives par jour.

À l'école élémentaire, les cours de sport ont lieu une fois par semaine, à raison de 1h30, dans la cour de l'école ou dans le gymnase. Les enfants vont à la piscine à partir du CM2.

Secondaire

CLASSE	HORAIRES	ACTIVITÉS
6ème	4h	Acrosport Basket-ball Boxe française Demi-fond Natation Rugby (touch)
5ème	3h	Course d'orientation Danse Vitesse/relais Volley Tennis de table
4ème	3h	Arts du Cirque Badminton Basket Demi-fond Natation de vitesse
3ème	3h	AcroSport Escalade Rugby Tennis de table Vitesse/relais
2nde	2h	Basket Demi-fond, Natation
1ère	2h	Course en durée Tennis de table Volley ball
Terminale	2h	4 menus de 3 activités 1. Acrosport - Basket- Demi-fond 2. Acrosport - Tennis de table - Demi-fond 3. Acrosport - Basket- Natation 4. Acrosport - Tennis de table - Natation



La tenue

La tenue de sport comprenant un maillot Blanc et un short Bleu est obligatoire, un équipement au Logo du LfdD peut être commandé (25€) auprès des professeurs d'EPS.

Elle doit être adaptée à la pratique sportive du moment.

Celle-ci se compose :

- Pour les APS au gymnase : maillot, short ou pantalon de survêtement, chaussures de sport à semelles non traçantes.
- Pour les APS en extérieur : maillot, short ou pantalon de survêtement, chaussures adaptées, vêtement chaud et/ou coupe-vent.
- Pour la pratique de la natation, le port du bonnet est obligatoire. Les filles devront porter un maillot de bain une pièce et les garçons un slip de bain ou un boxer (pas de short long flottant). Le port de lunettes de natation, et de chaussures (type claquettes, tong...) est fortement recommandé.

Les accessoires de mode ou les montres sont interdits pendant la durée des cours.



Inaptitude

Tous les élèves sont à priori considérés aptes à la pratique des activités physiques, sportives et artistiques scolaires.

Cependant pour des raisons de santé, bénignes ou plus graves, un élève peut présenter une inaptitude partielle ou totale, momentanée, temporaire ou permanente.

Le cours d'EPS est un enseignement obligatoire, quelque soit son inaptitude l'élève est tenu de participer au cours d'EPS. Les compétences à acquérir ne nécessitant pas une implication physique, sur les connaissances, les méthodes et les savoirs liés à la pratique sportive (arbitrer, observer, chronométrer, organiser, juger...) seront abordées prioritairement.

En cas d'exemption ponctuelle ou de courte durée (moins de 2 semaines)

Les parents informeront l'enseignant d'EPS d'une indisposition physique ponctuelle en produisant un certificat médical ou une lettre précisant la nature de l'exemption.

En fonction des informations l'enseignant pourra, s'il le juge nécessaire, proposer une adaptation de l'enseignement. L'élève s'investira dans le cours d'EPS sur d'autres compétences (arbitrer, juger, observer, coacher...) sur lesquelles il pourra être évalué et noté.

Pour la natation compte tenu des contraintes imposées par l'activité (transport, interdiction d'accès aux bassins...) tout élève exempté (courte ou longue durée) de pratique ou ayant oublié sa tenue de bain, restera impérativement au Lycée sous la responsabilité de la vie scolaire. Un travail dédié sera imposé à ces élèves durant les 2 heures de cours.

En cas d'exemption de longue durée (plus de 2 semaines)

Un **certificat médical** rédigé par un médecin indiquant la **nature** et la **durée** de l'arrêt, devra obligatoirement être présenté au professeur d'EPS, dès lors sa présence en cours n'est plus requise.

En cas d'exemption totale

L'élève doit présenter à son professeur d'EPS un Certificat Médical rédigé par un médecin sur le modèle de l'académie de Strasbourg (ce CM est obligatoire pour le baccalauréat).

Pour toute inaptitude d'une durée supérieure à 3 mois, une contre-visite pourra être nécessaire.





Le Baccalauréat

Avec la réforme du Baccalauréat, s'ajoutent aux 3 épreuves d'EPS qui se déroulent au cours de l'année de terminale et sont évaluées en Contrôle en Cours de Formation (CCF), les notes du contrôle continu en cours d'année.

L'EPS est inclus dans les 40% du contrôle continu pour un coefficient de 5 en 2022 et coefficient 6 en 2023 (Classe de Première 3 et Terminale 3).

A partir de 2023, les notes de Première et Terminale acquises en cours d'année seront inclus dans les 10% du contrôle continu (pas de contrôle terminal en EPS).

Trois CCF sont proposées au cours de l'année à l'issue d'une session de formation : fin novembre, fin février, mi-mai.

Les dates et les protocoles sont validées courant septembre par l'IPR de Strasbourg et seront communiquées aux élèves et visibles sur le site internet du LfdD.

Une convocation individuelle sera adressée à chaque élève une semaine avant chaque CCF.

L'EPS au baccalauréat est coefficient.2, la note obtenue correspond à la moyenne des 3 épreuves.

Les notes de chaque épreuve sont envoyées à la commission d'harmonisation de l'académie de Strasbourg, qui après harmonisation, arrête définitivement au mois de juin la note finale de chaque élève (moyenne arrondie au point entier le plus proche).

Cas particuliers - Haut Niveau

Si vous êtes ou avez été au cours de votre scolarité au Lycée :

- inscrit sur les listes de Haut Niveau (Senior, Elite, Jeune, ou partenaire d'entraînement) du Ministère de la Jeunesse et des Sports français ;
- stagiaire dans un centre de formation de club professionnel agréé ;
- reconnu par l'UNSS comme jeune officiel national ;
- sur le podium d'un championnat de France UNSS.

Vous pouvez bénéficier de modalités adaptées pour l'épreuve ponctuelle d'EPS. Vous serez automatiquement dispensé de pratique et votre statut validé à hauteur de 16 points (20pts), un entretien (noté sur 4 pts) complètera ce dispositif.

L'organisation des cours

Les deux classes de terminale sont « mélangées » pour former deux groupes d'EPS.

Les élèves seront répartis en fonction de leur choix d'activités. Ils suivent leur formation au sein du même groupe et avec le même enseignant toute l'année.

Les candidats doivent réaliser une prestation de 3 épreuves dans trois familles différentes.

Ils choisiront en ligne via Pronote dès le début d'année, un des « menus » proposés :

1. Acrosport - Basket- Demi-fond
2. Acrosport - Tennis de table – Demi-fond
3. Acrosport - Basket – Natation
4. Acrosport - Tennis de table – Natation

Le déroulement de chaque épreuve, les modalités d'organisation et les critères de notation seront communiqués aux élèves et mis en ligne pour information sur le site internet du Lycée.

Les sessions d'évaluation

- Les candidats sont convoqués individuellement à chacune des 3 sessions d'examen. Chaque épreuve est précédée d'une période de formation d'environ 7 à 8 semaines.
- Ces séquences d'évaluation peuvent avoir lieu pendant ou en dehors du cours habituel d'EPS, pour une durée de 3 heures environ afin de permettre l'évaluation de tous les candidats dans les meilleures conditions possibles.
- Toute absence non justifiée à l'une des 3 épreuves entraînera la note de 0 (zéro) pour l'épreuve correspondante.
- Une évaluation différée sera mise en place après chacune des trois sessions d'évaluation, pour les candidats inaptes (blessure ou problème de santé) ainsi que pour les absents en cas de force majeure (après accord du chef d'établissement) la troisième session pouvant servir de rattrapage des deux précédentes.



La notation

Les épreuves sont évaluées et notées par un jury de **2 enseignants**, dont le responsable de l'activité.

A l'issue des 3 épreuves, 3 notes sur 20 sont envoyées à la commission d'harmonisation académique, qui se réunit début juin. Les notes peuvent être modifiées par la commission.

La note finale au bac est la moyenne des 3 notes, après harmonisation, arrondie au point entier le plus proche.

Option EPS

L'option EPS facultative reste possible dans la nouvelle version du Baccalauréat, mais est beaucoup moins avantageuse, puisque le coefficient de l'épreuve vient se rajouter au coefficient 100 du Bac.

Auparavant les points au-dessus de la moyenne était pris en compte et s'ajoutaient (sans coef. A la moyenne) ; par ailleurs les points en dessous de la moyenne seront dorénavant retranchés !

Lieu et date des épreuves

Les épreuves sont organisées en général à Francfort (mais parfois Munich ou ailleurs...), dans un centre d'examen pour la zone, aux alentours de la mi-mai, sur une seule journée d'évaluation.

Les candidats inscrits devront s'y rendre par leurs propres moyens munis de leur convocation et de leur pièce d'identité.

Les épreuves

Les candidats peuvent présenter une activité au choix parmi les listes nationales et académiques (Strasbourg) des épreuves d'option soit :

- Natation de distance (épreuve de 800m crawl)
- Judo
- Tennis (en simple)
- Step

Déroulement des épreuves

Pour chacune des épreuves, le déroulement est le suivant :

- une période d'échauffement libre qui peut selon les épreuves être évaluée et notée ;
- une prestation physique organisée selon le protocole de chaque épreuve ;
- un entretien avec le jury de 15' maximum qui porte sur la réflexion du candidat sur sa pratique et ses connaissances dans les domaines scientifique, technique et réglementaire.

Le niveau d'exigence

L'évaluation et la notation de ces épreuves se fait en référence au **niveau 5** des programmes nationaux. C'est-à-dire que le niveau attendu est par conséquent plus élevé que celui exigé en cours d'EPS (N4) et s'adresse à des candidats qui ont une **pratique régulière** depuis plusieurs années de l'activité, avec un niveau de **compétition sportive de niveau régional** au minimum (3/4 entraînements hebdomadaires).

La notation

La pratique est notée sur **16 points**

L'entretien est noté sur **4 points**





La Semaine du Sport
Chaque année une « Semaine du Sport » est organisée au sein du LfdD afin de promouvoir la pratique sportive et offrir une découverte de nouvelles activités à l'ensemble des élèves, qu'ils soient au primaire, collège ou lycée.

Chaque année, lors de la dernière semaine de cours, une « semaine du sport » est organisée au sein du LfdD afin de promouvoir la pratique sportive et offrir une découverte de nouvelles activités à l'ensemble des élèves, qu'ils soient au Primaire, collège ou Lycée.

Le thème de l'année 2022 sera placé autour de la diversité des pratiques sportives en Europe.

La semaine Olympique et Paralympique (SOP)

Nous sommes un établissement labélisé « Génération 2024 » contribuant ainsi à travers le cahier des charges à promouvoir et développer l'Esprit Olympique en soutien à l'organisation des Jeux Olympiques de Paris.

C'est ainsi que chaque année le COJO propose une semaine et une journée à thème à tous les établissements et clubs associés.

Nous avons participé aux 3 dernières éditions (cf lien) au cours des quelles nous avons pu établir des liens et des échanges avec des athlètes olympiques (T. Rigau, D. Pajonk, F. Lamiraut ...) ou issus de notre école (F. Goelcke, T. Von Muller....) et organiser différentes actions avec nos classes (cécis-escalade, cécis-natation, spectacles de danse ou d'Arts du cirque ...) ainsi qu'un parcours culturel et flashmob parfaitement exécuté dans la Altstadt de Düsseldorf.





L'association sportive complète la formation en EPS

Elle s'adresse aux élèves volontaires et motivés.

Elle s'organise sur le temps scolaire, mais peut aussi parfois débordé du temps scolaire.

Les élèves peuvent (après accord des familles) être amenés à être dispensés de certains cours pour pouvoir y participer.

Le rugby

Un atelier rugby ouvert à la fois aux primaire CE1, CE2, CM1, CM2 et 6°/5° fonctionnera tout au long de l'année au stade de la Polizei le mercredi après-midi de 15h30 jusqu'à 17h30, en partenariat avec le club des Dragons de Düsseldorf.

La période hivernale de la mi-décembre à Février se déroule en « indoor » au Gymnase de l'école.

Une adhésion de 70€ comprenant l'assurance pour l'année sera demandée.

Un équipement adapté (maillots, chaussure, casque) est fortement recommandé.

Les élèves pourront éventuellement participer à des compétitions amicales ou officielles.

Autres Activités en AS

En fonction, de la programmation annuelle et des projets spécifiques à l'EPS, les professeurs d'EPS pourront proposer d'autres activités en adhésion libre (cotisation 70€).

Ils en informeront les élèves (CM2 et Collège privilégiés) au cours du mois de septembre.

Les activités individuelles seront favorisées (Escalade, Pétanque, Tennis de table...)

Compétitions Sportives Interscholaires

Les élèves motivés et possédant le niveau requis seront sollicités tout au long de l'année pour participer à des compétitions interscolaires d'abord sur le plan local (quartier ou ville de Düsseldorf) afin de représenter le LfdD.

La participation aux compétitions est gratuite et le transport est pris en charge par l'école. L'accord des familles est un préalable pour participer à ces compétitions qui se déroulent sur le temps scolaire, et de fait contraignent les participants à rater certains cours.

Une sélection à titre individuel ou au sein d'une équipe si elle offre des droits, engage les élèves à adopter un bon comportement au cours des compétitions.

Une dizaine de compétitions sportives seront proposées tout au long de l'année : Tennis, Athlétisme, Football, Badminton, Natation, Tennis de table, Basket

Manifestations Sportives

En fonction des invitations émanant soit d'institutions allemandes soit du réseau AEFE et de la ZECO, nous pouvons être amenés, si les projets sont en adéquation avec nos objectifs, à engager des équipes ou des joueurs à y participer.

C'est ainsi que nous avons pu participer aux trois dernières éditions des Jeux européens de l'EPS (Stockholm 2015, Barcelone 2017, Moscou 2019) à la RIZ de Zurich en 2018 ou à la coupe du monde de rugby à Londres (2015).

Le LfdD est fier d'organiser en 2022 les 7ème Jeux Européens de l'EPS.

Nous accueillerons 8 villes de toute l'Europe (Bratislava, Francfort, Kiev, Prague, Varsovie, Vilnius, Tbilissi, Zürich).

