

Projet de l'Association Sportive Henri IV 2025-26

L'Association Sportive du Lycée Henri IV a pour objet d'organiser et de développer la pratique d'activités physiques, sportives ou artistiques, ainsi que l'apprentissage à la vie associative par les élèves adhérents.

Elle confirme ainsi son rôle d'apprentissage, de préparation et de perfectionnement sportif pour le plus grand nombre, afin que chacun puisse s'exprimer au mieux de ses potentialités et cela en continuité avec les cours d'E.P.S.

Les enseignants d'E.P.S assurent la mise en œuvre de ces orientations sous la responsabilité du chef d'établissement, Président de l'Association Sportive.

L'Association Sportive du Lycée Henri IV est affiliée à l'U.N.S.S. (Union Nationale du Sport Scolaire),

Fédération multi-sports au service des établissements scolaires du second degré, dont les fonctions sont à la fois culturelles, éducatives, sociétales et de développement de la santé.

L'Assemblée Générale de l'Association Sportive est convoquée au début de chaque année scolaire (mercredi 08/10/2025 pour l'année en cours). Le bilan sportif et financier de l'année précédente est présenté, ainsi que le projet et les perspectives pour l'année à venir. Le Comité directeur est élu: y sont représentés les élèves, les parents d'élèves, ainsi que les enseignants d'E.P.S., sous la présidence du chef d'établissement.

1- OBJECTIFS PRIORITAIRES DE L'A.S. HENRI IV :

ACCESSIBILITE:

► Attirer un public diversifié et mixte : plusieurs activités sont proposées aux élèves du collège et du lycée : escalade, golf, natation, tennis de table, volley-ball. L'objectif est de permettre au plus grand nombre, filles et garçons, de répondre aux différents désirs d'investissement dans le cadre des activités physiques.

► Permettre une pratique sportive à moindre coût : bien que le lycée Henri IV soit situé dans un quartier socialement favorisé, certains collégiens, mais surtout des lycéens/cpge venant des différents arrondissements de Paris et de la banlieue, ne sont pas issus de familles financièrement aisées : en 2024-25, 73 élèves boursiers au collège, 337 en lycée/cpge.

Le prix de la cotisation est de 35€ pour une activité, et de 15€ par activité supplémentaire, ce qui est très concurrentiel au regard des prix demandés en club. Il est également prévu une licence à tarif réduit (17,50 Euros) pour des élèves s'inscrivant à l'AS à mi-année.

Les bons « REDUC'SPORT » permettent aux familles percevant l'ARS (Allocation de Rentrée Scolaire) ou l'AEEH (allocation d'Education de l'Enfant Handicapé), de ne pas payer le prix de la licence. Il faut résider à Paris, avoir entre 6 et 17 ans, et en faire rapidement la demande.

► Offrir différentes formes de pratiques : si cela est possible et selon les activités (niveau, sexe, nombre d'élèves et catégories d'âge), chacun peut s'engager dans les compétitions unss ou bien pratiquer pour le loisir et son bien-être. Les compétitions individuelles et/ou collectives sont

organisées le mercredi après-midi.

► Informier : rendre l'AS accessible grâce à divers modes de communication :

- inscription en ligne sur le site « HelloAsso »
- participation de tous les enseignants EPS au forum des associations organisé dans le cloître du lycée le premier ou second samedi de septembre
- affichages au gymnase et dans les lieux de passage des élèves du collège et du lycée
- information dans les classes par les professeurs d'EPS
- mise en ligne des informations sur le site du lycée (« Vie du lycée », puis « association sportive »)

RESPONSABILITE :

► Favoriser l'engagement des élèves dans la vie associative, - se former à différents rôles tels que Jeunes officiels (ce sont les jeunes juges et arbitres, formation et validation de niveaux district, département, national), jeunes coachs, jeunes reporters, - participer à la gestion du matériel - se présenter dans les instances administratives.

► Promouvoir une pratique sportive vectrice de santé et de bien-être, soucieuse de l'environnement : informer les élèves des méfaits de la sédentarité, leur donner des outils méthodologiques (échauffement, progressivité de l'effort, récupération...), les sensibiliser aux enjeux écologiques (gourde plutôt que bouteille plastique, ...)

EDUCATION :

► Permettre aux élèves d'améliorer leur niveau de pratique par un suivi régulier des entraînements

► Permettre l'épanouissement des élèves :

- prendre du plaisir à pratiquer une activité sportive ou artistique
- développer la confiance et l'estime de soi

► Faire du sport scolaire un outil d'égalité des genres: grâce à la mixité et aux formes de regroupement utilisées dans chaque activité

► Renforcer les valeurs de tolérance, d'altruisme, d'entraide.

2-INSCRIPTIONS ET DEPLACEMENTS :

Inscriptions : les informations sur les activités pratiquées à l'AS sont données lors du forum des associations le samedi 13 septembre dans le cloître, sont mises en ligne sur le site du lycée, et affichées au collège et au lycée. Toutes les classes sont informées des modalités d'inscription par leur professeur d'EPS et par l'ENT. Les activités débutent la semaine du 15 septembre 2025.

Les inscriptions se font en ligne sur le site « HelloAsso AS du lycée Henri IV ».

Un T-Shirt de l'A.S. est proposé au prix de 10€ au moment de l'adhésion, ou en vente libre auprès d'un professeur E.P.S.

Remarque : il est possible de souscrire une assurance complémentaire à l'assurance collective.

Déplacements : Pour les entraînements en natation (piscine Jean Taris 5^e), et escalade (INJS en escalade 5^e) : les élèves se rendent sur les installations sportives et en repartent seuls, sans être accompagnés d'un enseignant.

Pour les compétitions LYCEE toutes activités: de la même façon, les lycéens se rendent sur les lieux de compétitions et en repartent seuls sans être accompagnés d'un enseignant.

3- OBJECTIFS PAR ACTIVITE :

► ESCALADE (avec M. CIAJOLO et M. DEVRUE) :

Séances d'entraînement le mercredi de 13h30 à 15h (élèves de 6^e et 5^e), et de 15h à 16h30 (4^e et 3^e) ; les lycéens sont accueillis pendant le 2^{ème} créneau horaire de 15h à 16h30, à l'**Institut National des Jeunes Sourds - INJS, 11 rue Henri Barbusse, 75005 Paris.**

Pour une utilisation optimale des créneaux d'entraînement, il est indispensable que les élèves inscrits se rendent seuls à l'INJS (autorisation parentale obligatoire)

Les exigences de sécurité dans les activités physiques et sportives de pleine nature dans le second degré et plus particulièrement pour l'escalade sont renforcées par la circulaire n° 2017075 du 19/04/2017.

Par ailleurs, dans le cadre des compétitions ou des entraînements sur des lieux de pratique différents (gymnase Milliat-14°, gymnase Ladoumègue 19°, gymnase Glacière 13°, Climb'Up Aubervilliers...) les collégiens seront systématiquement accompagnés par le professeur.

Une convention d'utilisation du matériel et des structures d'escalade est signée entre le lycée et l'UNSS et l'INJS (montant de la cotisation environ 160 euros à la charge de l'AS).

Objectifs de la section :

3 objectifs prioritaires :

- Se perfectionner dans l'activité et participer aux compétitions organisées par l'UNSS.
- Se former à la mission de jeune officiel départemental et régional.
- Grimper pour le plaisir dans le cadre du loisir.

Mais aussi :

- Découvrir l'escalade sur différentes SAE (structure artificielle d'escalade)
- Connaître et respecter le matériel utilisé
- Grimper des voies de plus en plus difficiles en moulinette et/ou en tête, en toute sécurité et développer des compétences et connaissances adaptées
- Assurer le grimpeur avec maîtrise et efficacité

Calendrier 2025-26 en attente

► GOLF (avec M.HUREAU)

Objectifs de la section :

- découverte et démystification d'une activité connotée sur le plan social et qui peut pourtant se pratiquer en toute simplicité ;
- acquisition de compétences techniques, tactiques et réglementaires, qui pourront faire l'objet d'une évaluation (Jeune Officiel UNSS ; carte verte FFG) ;
- acquisition de méthodes axées sur la réflexion, la concentration, la maîtrise de soi ;
- socialisation : respect de l'étiquette (respect des autres et de la nature, respect des règles et des valeurs inhérentes au jeu, notamment le fair-play).

Fonctionnement :

La section ayant déjà fonctionné de 2006-07 à 2014-15, puis depuis 2021-22, elle possède donc le matériel nécessaire (clubs, balles, tapis de practice...). La section ne peut accueillir qu'une quinzaine d'élèves maximum, prioritairement des collégiens, mais son existence est conditionnée à un effectif d'au moins 8 inscrits.

- entraînements hebdomadaires en gymnase, au sein du lycée, de 15h30 à 17h.
- environ 12 sorties d'entraînement, principalement au golf du parc du Tremblay (33 av. Jack Gourevitch, 94500 Champigny sur Marne). Les déplacements se font avec Monsieur Hureau (départ vers 13h du lycée et retour vers 17h). Ces trajets peuvent également s'effectuer avec les parents ou, notamment pour le retour, en autonomie (avec autorisation écrite des parents) lorsque cela permet un trajet plus court pour rentrer au domicile. Le transport est à la charge des élèves (pass Navigo).
- d'autres sorties peuvent être organisées par l'UNSS sur différents golfs de la région parisienne pour faire des parcours de 9 trous. Le transport en car est alors assuré par l'UNSS.
- une formation théorique Jeune Officiel est également organisée dans le cadre de la section, puis par l'UNSS pour la formation pratique (date et lieu en attente).
- participation aux compétitions UNSS pour des équipes mixtes constituées de 4 joueurs et d'un Jeune Officiel : Championnat d'académie (au golf de Jardy, date en attente), Championnat inter-académique (date et lieu en attente), Championnat de France établissement et excellence (lycée : date et lieu en attente ; collège : date et lieu en attente).

Financement :

Une convention sera reconduite entre l'AS du lycée Henri IV et le Golf du parc du Tremblay pour une pratique à tarif réduit.

Une convention entre le collège et le Comité De Golf de Paris devrait être reconduite (subvention de 600 €) afin de prendre en charge une grande partie de l'activité.

► MUSCULATION / FITNESS (avec Mme AIT HAMOU)

Entraînement le lundi de 12h30 à 13h30 (Lycée / CPGE)

Objectif :

Découvrir différentes méthodes d'entraînement

S'inscrire dans un projet d'entraînement en fonction d'un mobile personnel (force, volume, affinement, tonification..)

S'entretenir et se dépenser

Développer un habitus santé

Connaître et utiliser en sécurité le matériel de musculation

► NATATION (avec Mme AIT HAMOU) :

Entraînement le mardi (nageurs débutants et loisir) de 17h à 18h.

Plusieurs objectifs sont poursuivis en fonction du public :

Apprendre à nager de manière plus efficace.

- Permettre aux élèves de se perfectionner en natation sportive.
- Les motiver en leur donnant l'occasion de progresser et d'être valorisés lors de la pratique de la natation sportive.
- Exprimer des compétences qui peuvent contribuer à la réussite scolaire et à leur reconnaissance sociale en général.
- Approfondir leurs compétences en natation afin de préparer aux mieux les épreuves natation du bac (natation EPS).
- Découvrir différentes formes de pratique (natation sportive, de durée, sauvetage...)
- Permettre à tous les élèves d'être à l'aise et en sécurité dans l'eau

Financement : Le recours à un Maître-Nageur-Sauveteur, obligatoire pour chaque séance d'entraînement, nécessite un budget de 2000 Euros environ pour l'année scolaire, en frais de défraiement.

► NATATION Nageur confirmé (avec Mme AIT HAMOU) :

Entraînement le jeudi de 17 à 18h à la piscine Jean Taris

Objectifs :

- De loisir : Améliorer progressivement les différentes nages, maîtriser des techniques et globalement rechercher de bonnes sensations.
- Performatifs : se fixer des objectifs et améliorer ses propres performances.
- Utilitaire : S'éprouver chaque semaine dans une activité, apprendre à se connaître et suivre un entraînement adapté.
- Lien avec le club : Faire de l'As un lieu de transition entre la pratique UNSS et la pratique fédérale en permettant aux élèves licenciés dans un club de bénéficier d'un entraînement complémentaire

Initiation au sauvetage : Découvrir et apprendre les gestes efficaces de sauvetage à l'aide d'un mannequin ou d'un camarade.

► TENNIS DE TABLE (avec Mme GALIN) :

L'AS tennis de table s'adresse aux collégiens, lycéens et élèves des CPGE.

Entraînements :

- Le mercredi de 13h30 à 15h00 pour les 6èmes et 5èmes.

- Le mercredi de 15h00 à 16h30 pour les 4èmes, 3èmes , lycéens et CPGE
- Le mercredi de 12h30 à 17h lors des compétitions sur la base du volontariat

Objectifs de la section :

- Développer le plaisir d'une pratique de loisir
- Se perfectionner dans l'activité tennis de table
- Participer à des rencontres UNSS
- Former à la citoyenneté : socialisation, compréhension du règlement en match, formation à l'arbitrage et préparation à l'examen de Jeunes Officiels UNSS.

Fonctionnement :

Un entraînement par semaine le mercredi après-midi sur deux créneaux en fonction de la catégorie d'âge. Lors des compétitions qui auront lieu les mercredi après-midi, et n'ayant qu'un seul professeur assurant l'activité, des entraînements pourront être annulés.

► VOLLEY-BALL (avec Mme AUFFRAY et M. GRELU) :

→ Entraînements lycéens / CPGE : de 12h30 à 13h30, gymnase du 1er étage :

- Lundi et jeudi : M.Grelu
- Mardi et vendredi: Mme Auffray

Objectifs poursuivis :

Offrir aux élèves un créneau de pratique ludique, avec la possibilité d'acquérir ou de perfectionner des connaissances et des compétences dans les domaines suivants :

- Réglementaire.
- Technique.
- Tactique.
- Étant donné qu'il n'y aura pas d'inscription d'équipes du lycée en compétition et comme la durée des séances est courte, il y a possibilité pour ceux qui le souhaitent de centrer la pratique sur le jeu.

→ Entraînements collégiens : gymnase du 1er étage:

- Mercredi de 13h30 à 14h30: Mme Auffray 6e-5e
- Mercredi de 14h30 à 15h30: M.Grelu 4e-3e

→ Rencontres UNSS et/ou amicales: sur la base du volontariat, le mercredi de 12h30/13h à 16h/17h selon le lieu de compétition, pour les 4e-3e et en fin d'année pour les 6e-5e. Les élèves sont accompagnés par l'enseignant pour l'aller et le retour, ils doivent se munir d'un titre de transport.

Objectifs poursuivis :

- Acquérir et perfectionner des bases techniques permettant la construction d'actions collectives au volley-ball.
- Développer l'esprit d'équipe.

- Maîtriser les règles essentielles de l'activité et se former en tant qu'arbitre (jeunes officiels)
- Participer aux rencontres UNSS, développer le goût de la compétition dans le respect des adversaires, vivre « sereinement » les victoires et les défaites.

4- ACTIVITES EN CENTRE D'ENTRAINEMENT DE DISTRICT UNSS :

Depuis la création en 1993/94 des districts UNSS à Paris, le projet du district permet une ouverture des AS lycée sur des centres d'entraînement du district, voire d'autres districts, à condition qu'une convention soit passée entre les Présidents des Associations Sportives concernées, et que l'activité ne soit pas proposée au lycée Henri IV. Ces centres d'entraînement sont encadrés par des enseignants d'EPS.

Les déplacements des élèves pour se rendre à ces entraînements et en revenir, se font en autonomie. Pour les compétitions se déroulant dans d'autres lieux que les centres habituels, les élèves suivent les instructions du professeur responsable du centre.

5- VOYAGE DE L'A.S.

Nous pensons que le voyage est une expérience humaine riche, un moment de partage où chaque jeune est amené à quitter ses habitudes matérielles et affectives, avec plus ou moins d'aisance, à découvrir un nouveau milieu, une nouvelle région, de nouvelles activités, et où il apprend à vivre avec les autres. Il s'inscrit parfaitement dans les objectifs de responsabilisation et d'éducation que nous poursuivons à l'AS, et clôture l'année en beauté.

Depuis quelques années, nous proposons aux plus jeunes : les 6èmes (et éventuellement les 5èmes) un voyage de fin d'année, axé sur les activités de pleine nature.

Cette année, nous reviendrons à Lathus, dans la Vienne, du 8 au 12 juin 2026, pour y pratiquer: VTT, escalade sur falaise, acrobranche, spéléologie, kayak, équitation.