

Lycée

COUFFIGNAL

Progresser,
S'améliorer



Réussir sa
scolarité

Section

Sportive



Scolaire

Prendre
du plaisir

Vivre
ensemble



1. Objectifs de la section sportive et scolaire

Notre structure est organisée autour d'un projet global de formation.

Il s'agit d'accompagner le lycéen ou la lycéenne dans un double projet ambitieux :

- a) Poursuivre ses études pour réussir dans une orientation choisie
- b) Ambitionner une pratique sportive vers son meilleur niveau

LA RÉUSSITE SCOLAIRE DE TOUS NOS ÉLÈVES EST NOTRE PRIORITÉ.
LE SPORT EST UN MOYEN DE PARVENIR À CETTE FIN.

Deux objectifs se distinguent et se complètent :

- > Permettre à des sportifs motivés, ayant un potentiel de développement,
 - de se perfectionner par un entraînement régulier, avec un encadrement qualifié.
 - de réussir leurs études au lycée plus facilement et plus agréablement
- > S'inscrire dans un projet collectif, compétitif, fédérateur pour représenter le lycée au plus haut niveau dans les compétitions organisées par l'UNSS (Union Nationale du Sport Scolaire) ou dans des rencontres amicales : l'aspect collectif y est essentiel.

Votre enfant pourra également s'y exercer à la prise de responsabilité dans des fonctions de juge-arbitre, d'aide à l'encadrement par la formation aux diplômes fédéraux (initiateur dans la discipline concernée) et d'organisation d'évènements sportifs.

Diététique, anatomie et physiologie de l'effort, hygiène de vie sont abordées pour dynamiser cette scolarité sportive et responsabiliser les élèves.

2. Fonctionnement des sections sportives et scolaires

Responsables des sections :

M ROESCH, Proviseur du lycée, est le responsable de la mise en œuvre des sections sportives.

Il est relayé dans cette fonction par l'enseignant d'EPS référent en Aviron, Mme Pascal, qui assure le suivi administratif (suivi des présences, suivi médical éventuel, coordination du suivi scolaire, saisie d'appréciations sur les bulletins, relation avec la vie scolaire, relation avec les parents) ainsi que l'entraînement des élèves en collaboration avec les entraîneurs de club. Le Professeur référent est en charge du suivi du projet de formation des élèves-sportifs.

La section sportive aviron travaille en partenariat avec le Rowing Club Strasbourg afin de bénéficier des installations, de la logistique et de l'aide à l'encadrement de la structure.

3) Fréquence et charge d'entraînement

Votre enfant bénéficiera sur les créneaux scolaires et AS de :

- 2 à 2h30 d'entraînement le Mercredi et le Vendredi au Rowing Club Strasbourg situé en face du NHC de Strasbourg, à côté du Collège Pasteur ou au Lycée
- si possible, 1h de préparation physique individualisée (renforcement musculaire, coordination générale) au Lycée ou au Rowing Club Strasbourg

La charge d'entraînement par conséquent atteint 5 à 6h.

La présence lors de tous ces entraînements est **obligatoire** puisque les créneaux d'entraînement font partie de l'emploi du temps de l'élève.

Une pratique en club est également plus que souhaitable. Elle est complémentaire au travail en section et permet à l'élève de vivre des moments de compétition indispensables.

Suivi Scolaire :

La mise en place d'un dialogue régulier entre le professeur d'EPS/entraîneur responsable de la section, les professeurs principaux, la vie scolaire et l'élève aide à réguler le rythme d'entraînement en cas de difficulté scolaire, de difficulté organisationnelle ou de nécessité de repos.

Accueil, hébergement des internes et restauration :

Notre lycée dispose d'une demi-pension ouverte chaque jour, du lundi au vendredi pour les demi-pensionnaires. Nous offrons également, dans la limite de nos capacités d'accueil la possibilité d'être interne.

Tarifs pour l'hébergement et la restauration - (Année scolaire 2023-2024)

Internat : 1638,00 Euros
Forfait général Demi pensionnaire 5 jours : 684,00 Euros (1 ^{ère} carte gratuite)
Forfait général Demi pensionnaire 4 jours : 581,76 Euros (1 ^{ère} carte gratuite)
Repas au ticket : 4.75 Euros par 10 tickets minimum soit 47.50 euros (Prix de la carte 6 euros)

*L'internat fonctionne du dimanche soir au samedi matin. Les frais de déplacement aller/retour de l'internat sont à la charge des parents.

4) Charte de la section sportive Aviron au lycée COUFFIGNAL :

Chaque famille et élève qui s'engagent dans le projet de la section sportive est signataire de la Charte, dans laquelle sont rappelés les points de repère à respecter pour mener à bien son projet sportif et scolaire.

Le non-respect de l'un ou l'autre des points de cette charte pourrait, à tout moment, entraîner la reconsidération temporaire ou définitive de l'appartenance à la section sportive.

En tant qu'élève, je m'engage à ...	En tant que joueur, sportif, je m'engage à ...	En tant qu'interne / externe, je m'engage à ...
<p>*Respecter le règlement intérieur de l'établissement (horaires, présence, comportement)</p> <p>*Organiser mon travail personnel dans la semaine</p> <p>*Signaler toute difficulté persistante au professeur référent de la section pour un ajustement éventuel du rythme</p> <p>*Développer des techniques d'étude en relation avec les techniques sportives, en adhérant aux formes d'entraide proposée par les entraîneurs et les enseignants</p>	<p>*Être présent à l'ensemble des entraînements. Toute absence devra être justifiée par un mot des parents ou un certificat médical.</p> <p>*Être à l'heure à l'ensemble des entraînements et prévenir de tout retard.</p> <p>*Signaler rapidement toute difficulté physique ou coup de fatigue pour adaptation du travail</p> <p>*Adhérer à l'AS du lycée : participer <u>obligatoirement</u> aux entraînements programmés pendant le temps scolaire et aux compétitions, sauf s'il y a accord avec le professeur principal (raison études) ou l'infirmier du lycée (raison médicale).</p>	<p>*Avoir une hygiène de vie permettant de concilier études et entraînements (pas de produits dopants ou addictions diverses).</p> <p>*Respecter le règlement et les horaires du restaurant scolaire, de l'internat du lycée.</p> <p>*Connaître les lois concernant les actes de bizutages, distinguer les actes déplacés, et par conséquent ne pas m'y prêter.</p> <p>*Représenter dignement l'établissement à l'intérieur comme à l'extérieur, et à en donner une image positive</p>

Le coût de l'adhésion à l'Association Sportive du Lycée Couffignal, obligatoire pour chaque élève de section, est de 15 euros pour l'année scolaire.

Chaque élève devra s'acquitter d'une cotisation de 150 euros au Rowing Club Strasbourg (RCS) pour couvrir les frais liés à la mise à disposition des installations et à l'utilisation du matériel pour la pratique (bateaux d'aviron, équipement de sécurité et de suivi,...) Par cette cotisation, l'élève sera également licencié au RCS -à moins qu'il ne soit déjà licencié dans un autre club d'aviron- et pourra, dès lors, prendre part à l'ensemble des activités proposées par le club (entraînements hors du temps scolaire s'il le souhaite, stages pendant les vacances, compétitions fédérales...)

5) Conditions d'admission

- ›Etre admis au lycée Couffignal sans avoir de difficulté scolaire particulière
- ›Etre apte médicalement
- ›Présenter un « potentiel » sportif et être prêt à entrer dans le processus de formation proposé par l'encadrement de la section et du lycée.

Pour la section sportive aviron, une $\frac{1}{2}$ journée d'immersion pour découvrir la pratique et le mode de fonctionnement de la section sera, si possible, organisée.

6) Recrutement et admission

Suite au dépôt de votre dossier, à votre participation à la $\frac{1}{2}$ journée d'immersion, une commission réunissant le Proviseur du Lycée et les professeurs d'EPS référent, statuera sur votre candidature et vous recevrez la réponse de l'établissement par courrier.

Sont pris en compte dans la décision et, pour chaque candidat :

- Son niveau scolaire (résultats, appréciations, attitude),
- Son niveau sportif et ses perspectives d'évolution (résultats et appréciations en EPS, test de recrutement),
- Son aptitude physique (certificat médical de non-contre-indication),
- Sa motivation (au travers la lettre de motivation).

7) Qualités souhaitées

Chaque élève est accompagné tout au long de sa formation, pour l'engager à rentrer dans une démarche autonome, réfléchie, lucide et éclairée, tant sur le terrain que dans sa vie au sein de l'établissement, afin de le mener vers une

gestion équilibrée de sa vie sportive et quotidienne.

Pour mener à bien ce projet de formation, nous attirons votre attention sur les qualités attendues pour participer au mieux à ce processus :

Qualités organisationnelles : être capable de faire preuve d'autonomie dans son travail personnel (nous accompagnons les élèves dans cet apprentissage)

Qualités Sociales : être capable de s'insérer dans un projet de formation collectif

Qualités Mentales : la transparence, base de la confiance, est nécessaire pour fonctionner ainsi que l'envie de réussir, de se dépasser tant dans ses études que dans le sport.

ENTRER en section sportive,

Ce n'est pas entrer en pôle Espoir ou en centre de haut niveau, car la charge d'entraînement est moins importante.

Mais, c'est faire un choix ambitieux tout en acceptant des contraintes importantes.

8) Quelles perspectives après la section sportive ?

La poursuite d'études, après la seconde, est classique en fonction de vos choix d'orientation, en classe de Première et Terminale, avec, de préférence, une continuité en section sportive jusqu'en terminale.

A l'issue d'une expérience réussie au sein de la Section Sportive, vous pourrez en tirer bénéfice **dans le milieu professionnel ou dans vos perspectives d'études**, en ayant des arguments pour démontrer :

- Une capacité à s'insérer dans un projet collectif,
- Une capacité à concilier des contraintes importantes (études et entraînements) et à vous organiser dans votre travail scolaire,
- Une capacité à gérer le stress et des échéances importantes (tests physiques, compétitions...)

En vous donnant les moyens d'atteindre le plus haut niveau possible à la sortie du lycée, votre cursus en section sportive vous aura préparé, si vous le souhaitez :

- à l'arbitrage,
- à l'encadrement et
- à l'organisation d'évènements, **dans le milieu sportif.**

Comment rentrer au lycée Couffignal pour l'année scolaire 2024/2025

SI Le Lycée COUFFIGNAL :

- 1) EST SUR UN SECTEUR ÉLARGI : mettre le lycée Couffignal en premier vœu et votre lycée de secteur en 2^e vœu*
- 2) N'EST PAS UN LYCÉE DE SECTEUR ÉLARGI : demander le lycée en premier vœu impérativement et votre lycée de secteur en 2^e vœu.
Il faut de plus faire une demande de dérogation : adressez-vous au collège de votre enfant qui vous donnera les modalités.*

EN SECONDE

Les élèves suivent l'ensemble des enseignements communs au même titre que les autres classes de seconde:

Mathématiques: 4h

Français: 4h

Histoire-géographie: 3h

Sciences physiques: 3h

Sciences de la vie et de la terre: 1h30

Sciences économiques et sociales : 1h30

Sciences numériques et technologie : 1h30

2 langues vivantes: 5h30

Education physique et sportive: 2h

Enseignement moral et civique : 18h annuelles

Accompagnement personnalisé, accompagnement au choix de l'orientation, heures de vie de classe

Possibilité, pour les élèves qui le souhaitent, de rajouter une option à caractère technologique :

Choix 1- **CIT** : création et innovations technologiques : 1h30

OU Choix 2- **SI** : sciences de l'ingénieur : 1h30

EN PREMIÈRE

Les élèves postulent :

- soit pour une première générale avec au choix, 3 spécialités parmi
 - o Histoire-Géo, Géopolitique et sciences politiques
 - o Langues, littératures et cultures étrangères : Allemand
 - o Mathématiques
 - o Numérique et Sciences informatiques
 - o Physique-Chimie
 - o Sciences de la Vie et de la Terre
 - o Sciences de l'Ingénieur
 - o Sciences Économiques et Sociales
 - o Langues, littératures et cultures étrangères en Anglais
- soit pour une première STI2D

EN TERMINALE

Les élèves poursuivent le cursus entamé en première.

VOEUX D'ORIENTATION pour l'année 2024/2025

O Candidature pour l'entrée en classe de 2nde :

LV1 : LV2 :

Je souhaite suivre l'option suivante : *razer la mention inutile*

1/ SI ou CIT ou

2/ Je ne souhaite pas suivre d'option

O Candidature pour l'entrée en classe de 1ère ou Terminale :

LV1 : LV2 :

Niveau souhaité : 1ère / Terminale et Filière souhaitée : *razer la mention inutile*

1) Générale avec pour spécialités : a).....

b).....c) (1ères uniquement).....ou

2) STI2D.

Postulez-vous pour un autre établissement scolaire ? OUI / NON

Lequel ?

Couffignol sera-t-il votre premier vœu ? OUI / NON

Votre candidature est-elle conditionnée par une admission à l'internat ?

OUI / NON

Avis du professeur principal (obligatoire) :

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Avis du professeur d'EPS (conseillé) :

.....
.....
.....
.....
.....

Avis de l'entraîneur (facultatif) :

.....
.....
.....

Retour des dossiers à l'attention de Mme PASCAL
Lycée Couffignol Strasbourg, 190 avenue de Colmar 67100 STRASBOURG
Ou par mail à l'adresse suivante : Geraldine.Pascal@ac-strasbourg.fr