

L'EPS

Au collège

L'EPS au Collège, c'est quoi ?



Socle commun à toutes les disciplines : 5 Domaines de formation

- D1 : Langage pour penser, communiquer.
- D2 : Méthodes et outils pour apprendre.
- D3 : Formation de la personne et du citoyen.
- D4 : Systèmes naturels et systèmes techniques.
- D5 : Représentation du monde et l'activité humaine.

Attendus de fin de cycle
Compétences travaillées
sur les dimensions
motrices, méthodologiques et sociales,
**en s'appuyant sur des Activités
Physiques Sportives et Artistiques.**



4 Champs d'Apprentissage

- CA1 : Produire une performance optimale.
- CA2 : Se déplacer dans des environnements variés.
- CA3 : S'exprimer devant les autres (artistique et/ou acrobatique).
- CA4 : Maîtriser un affrontement (collectif et/ou interindividuel).

En EPS, 5 Compétences Générales

- CG1 : Développer sa motricité, s'exprimer avec le corps.
- CG2 : Méthodes et outils à s'approprier par la pratique.
- CG3 : Partager des règles, prendre des rôles et des responsabilités.
- CG4 : Entretenir sa santé par l'activité physique.
- CG5 : S'approprier une culture physique et artistique.

L'EPS au Collège, c'est quoi ?



Une finalité :

- Former un **citoyen** lucide, **autonome**, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du **vivre ensemble**.
- Rechercher le **bien-être** et le souci de sa **santé**.
- **Inclusion de Tous** (besoins éducatifs particuliers, handicap)
- L'EPS initie au **plaisir** de la pratique sportive.

L'EPS au collège c'est :

Une discipline d'enseignement **obligatoire**

où les élèves développent leurs propres ressources (Capacités Physiques, Mentales et Sociales)
en donnant le meilleur d'eux-mêmes.

Les activités au collège par champs d'apprentissage



- CA 1 : Natation, Athlétisme...
- CA 2 : Course d'orientation, Escalade...
- CA 3 : Gymnastique, Danse, Acrosport...
- CA 4 : Rugby, Badminton, Tennis de table ...

Les T Shirts de l'EPS

- ▶ Chaque élève va recevoir un T-shirt, pour la pratique de l'EPS.

Il devra être porté à chaque cours d'EPS.

Chaque oubli sera sanctionné par une croix, puis par un mot dans le carnet de correspondance.

Le prénom de l'enfant y sera floqué. En cas de perte, il sera possible d'en racheter un à vos frais (15 €)

- ▶ OBJECTIFS :

- ▶ Sensibiliser à la notion d'hygiène.
- ▶ Fédérer les élèves dans leur section.
- ▶ Créer de la cohésion en représentant l'établissement.
- ▶ Avoir une tenue adaptée à la pratique sportive.
- ▶ Avoir moins d'affaires oubliées dans le gymnase en développant la responsabilité de chacun pour ses affaires.

La distribution est faite par les professeurs EPS.



Dans mon sac EPS, je mets :

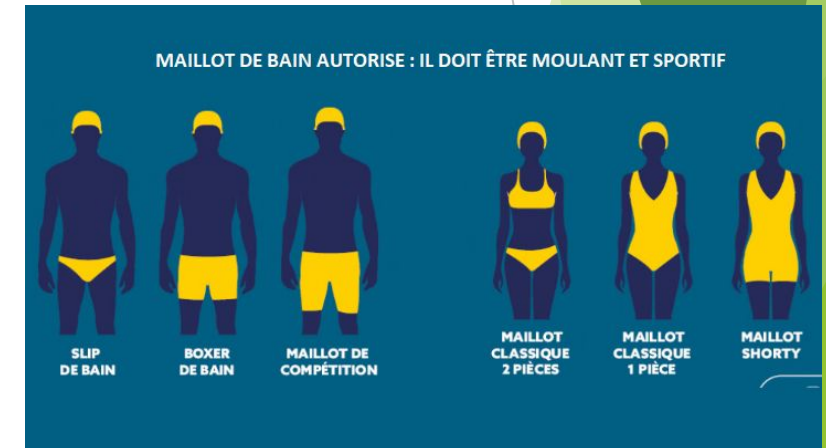
- ☐ T-Shirt de l'EPS
- ☐ Bas de sport
- ☐ Paire de chaussettes
- ☐ Sweat, veste ou k-way
- ☐ Gourde
- ☐ Elastique à cheveux
- ☐ Sac à chaussures (sac plastique)
- ☐ De quoi écrire
- ☐ Serviette (si pluie)



RÈGLEMENT, HYGIENE et SECURITE



- ▶ J'attends l'enseignant dans mon rang (je rentre seulement avec mon professeur).
- ▶ A l'entrée du gymnase, je range mes chaussures : **ce ne sont pas celles utilisées pour la pratique.**
- ▶ Je me change avec une **TENUE DE SPORT appropriée** adaptée à l'activité et à la météo.
- ▶ Le T-shirt de l'EPS doit être porté à chaque cours (oubli sanctionné),
- ▶ avec un Short (mi-cuisse) ou un jogging.
- ▶ Prévoir un rechange **intégral**.
- ▶ Pour la piscine : j'ai un **maillot de bain adapté** à la natation
- ▶ 2 paires de chaussures de sport :
 - ▶ 1 type running pour les activités extérieures
 - ▶ 1 autre à semelles BLANCHES ou CLAIRES pour le gymnase.



ATTENTION : Pas de chaussures = pas de pratique.

RÈGLEMENT, HYGIENE et SECURITE suite



- ▶ J'ai une gourde clairement identifiée.
- ▶ Je sors du vestiaire : cheveux attachés, bijoux retirés, chewing-gum à la poubelle.
- ▶ Les déodorants en spray et parfums sont interdits.
- ▶ Je n'apporte pas mes objets de valeur (risque de perte ou de vol), l'équipe EPS décline toute responsabilité.
- ▶ L'obligation du téléphone éteint s'applique en EPS.
- ▶ J'ai de quoi noter et protéger mes documents.
- ▶ Je prends soin du matériel, et des locaux.
- ▶ Je demande au professeur si je veux quitter le cours (toilettes, autres).
- ▶ A la fin du cours, j'attends derrière la ligne verte jusqu'à la sonnerie.

Inaptitudes

CERTIFICAT IMPRIMABLE SUR CE LIEN :

<https://juvenat.com/wp-content/uploads/2025/06/certificat-medical-2025-2026.pdf>

- ▶ Je viens en cours d'EPS, avec ma tenue, et je me présente à mon professeur qui décidera de ma pratique ou non, ou de son adaptation.
- ▶ Mes parents doivent prévenir l'enseignant **AVANT** le cours.
- ▶ Pour une dispense de plus d'une semaine, un certificat médical est demandé (voir certificat académique page suivante).



Session d'exams 2024

ACADÉMIE DE GRENOBLE

CERTIFICAT MEDICAL D'APTITUDE PARTIELLE
À LA PRATIQUE DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Les circulaires n° 2019-126 du 26-12-19 et n° 171 du 20-06-19 ont validé les modalités de délivrance de ce certificat médical.

Le candidat doit être en mesure de justifier de sa situation médicale par un certificat médical en date de la date de la demande.

Je soussigné, docteur en médecine, certifié avoir examiné ce jour l'élève, né(e) le inscrit à l'examen du
☐ CAPS ☐ Bac Professionnel ☐ Bac Général ☐ Bac Technologique, et avoir constaté que son état de santé entraîne :
1. Pour un candidat inscrit au CAP ou au Bac Pro, la cohérence entre aptitude professionnelle et aptitude à la pratique physique en EPS est respectée.
2. Pour un candidat inscrit au Bac Général ou au Bac Technologique, la cohérence entre aptitude professionnelle et aptitude à la pratique physique en EPS est respectée.
3. Pour un candidat inscrit au Bac Général ou au Bac Technologique, la cohérence entre aptitude professionnelle et aptitude à la pratique physique en EPS est respectée.

UNE APTITUDE PARTIELLE À LA PRATIQUE DE L'E.P.S.
Du au inclus.
Celle aptitude partielle nécessite une adaptation aux possibilités de l'élève.

1. Indiquer ce que l'élève PEUT FAIRE dans le cadre d'une pratique physique :
- FONCTIONS : ☐ marche / ☐ courir / ☐ sauter / ☐ lancer / ☐ lever / ☐ porter
Précisions :
- TYPES D'EFFORTS : ☐ intense et bref / ☐ prolongé (durée limitée à :)
Arrêt ponctuel de l'activité dès signe : ☐ d'essoufflement / ☐ de fatigue / ☐ de douleur
Précisions :
- CONTEXTES PARTICULIERS : ☐ milieu aquatique / ☐ altitude / ☐ en hauteur / ☐ autre
Précisions :
- AUTRES AMÉNAGEMENTS(S) SOUHAITABLE(S)
☐ Adaptation suivant conditions climatiques (pollution, froid sec, ...)
☐ Activités physiques permettant un allègement du corps : ☐ natation ☐ vélo ☐ autre(s)
☐ Activités physiques ne sollicitant pas certaines articulations (selon l'élève) :
Adaptations pour la gestion : ☐ du temps / ☐ de l'espace / ☐ des interactions sociales, ☐ des consignes
Adaptations pour troubles de : ☐ l'équilibre, ☐ la coordination, ☐ la concentration, ☐ autre(s)
Précisions :

Remarques pouvant aider l'enseignant d'E.P.S. à la mise en place d'activités adaptées :

2. Indiquer ce que l'élève PEUT FAIRE en l'absence de pratique physique possible :
☐ aider pour l'arbitrage / ☐ juger / ☐ observer / ☐ aider pour organiser / ☐ autre(s)

Nombre de cases cochées en chiffre : ☐ et en lettres :

UNE INAPTITUDE TOTALE TEMPORAIRE À LA PRATIQUE PHYSIQUE
Du au inclus.
En cas de non production d'un nouveau certificat, à l'issue de cette période, l'élève sera considéré apte à la reprise de la pratique de l'E.P.S.
Les médecins de santé scolaire sont destinataires des certificats médicaux délivrés lorsqu'une inaptitude est prononcée pour une durée supérieure à trois mois consécutifs ou cumulés.

Fait à le Cachet et signature médecin prescripteur

Tout agent, surcharge, ou autre agent qui a l'absence du tampon et de la signature identifiant clairement le médecin prescripteur rendra ce certificat irrecevable.
Le certificat médical est à transmettre dans les 48h qui suivent sa prescription, à l'établissement pour le candidat scolaire, à la DEC pour le candidat non scolaire.

Pré-réserve à l'administration

Rendu ou reçu le de la part de (Nom, prénom, lieu avec l'élève)
Le récipiendaire doit vérifier la conformité du certificat et le refuser s'il est incomplet ou irrecevable.

Médecin de l'éducation nationale si inaptitudes cumulées supérieures à 3 mois	Professeur d'E.P.S.	Chef d'établissement
Nom :	Nom :	Nom :
Date :	Date :	Date :
Visa :	Visa :	Visa :

Modèle de certificat médical pour candidat scolaire ou non scolaire, en vigueur
validé le 11-10-18 et à l'entrée du 13-09-19

Académie de Grenoble - Mai 4 jour le 30 septembre 2023

Procédure pour la gestion des VESTIAIRES



- ▶ Pas de chaussures dans les vestiaires.
- ▶ Pas de changement de tenue dans les toilettes ou dans les douches.
- ▶ Si l'enseignant(e) doit intervenir, il frappe avant de rentrer sauf urgence.
- ▶ Téléphone éteint et dans le sac.



L'Association Sportive - loi 1901- prolonge l'enseignement obligatoire de l'EPS.

Elle est affiliée à l'UGSEL (*Union Générale Sportive de l'Enseignement Libre*)

Qu'est ce que l'AS ?

- ▶ Activité volontaire.
- ▶ Ouverte à tous quel que soit le niveau (collège + lycée).
Possibilité de participer à des compétitions scolaires.
- ▶ Le règlement de l'établissement s'applique.

Adhésion

- Remplir le formulaire en cliquant sur le lien ci dessous (dès le 10/09/2025):

<https://www.helloasso.com/associations/juvenat-association-sportive/adhesions/adhesion-as-2025-2026-2>

Les tarifs de l'AS

- **Inscription : 15 €** pour l'année (*pour une ou plusieurs activités*).
Espèce ou Chèque à l'ordre de **JAS** (*Juvénat Association Sportive*).

- **T-shirt : 10 €** (*obligatoire pour les équipes*)

- **Casquette : 12 €** (*non obligatoire*)



- Pour certains déplacements, une participation financière peut être demandée.

Plusieurs activités s'offrent aux élèves !

- ▶ **Badminton** le mardi et vendredi de 12h à 13h, et le mercredi de 12h30 à 14h.
- ▶ **Skate** le mercredi de 12h30 à 14h
- ▶ **Triathlon** : Nager, Courir, Grimper : le mercredi de 12h30 à 14h30
- ▶ **Tennis de Table / Pratique Libre LYCEE** le jeudi de 12h à 13h
- ▶ **Foot Féminin** le mercredi de 12h30 à 14h30
- ▶ **CROSS**
- ▶ **SKI ALPIN**



Quelques temps forts de l'AS :

MUSÉE OLYMPIQUE

et/ou

SORTIE LAC...

CROSS

Chaque élève inscrit à l'AS est encouragé à participer au CROSS UGSEL

(classement individuel et par équipes)



Sortie au musée olympique de Lausanne ou autre sortie lac..., avec tous les adhérents de l'AS



SKI ALPIN

Sortie ski alpin pour skieurs confirmés.

COMPÉTITION ou LOISIRS



Résultats AS

- ▶ Nos élèves sont licenciés UGSEL.
- ▶ Ils peuvent participer à différentes compétitions.
(suivant les activités).
- ▶ Certains ont l'honneur de représenter le Juvénat dans des championnats **Nationaux** : BADMINTON, NATATION, CROSS, SKI ALPIN...



Communication AS

- ▶ Informations :
 - ▶ 2 Tableaux (gymnase + self)
 - ▶ Parfois par mail sur Ecole Directe
- ▶ Retour convocations et communication avec l'enseignant(e):
 - ▶ 2 Boîtes aux lettres (gymnase + self)

ATTENTION : C'est à l'élève de prendre les informations.

(cf valeurs autonomie, responsabilité)

Petites questions...



► Pour le Repas du mercredi midi ?

Pique nique **OU** ticket repas à acheter LA VEILLE au secrétariat.

Les élèves ne sont pas sous la responsabilité de l'établissement quand ils le quittent pour des raisons diverses. Une surveillance est assurée au self de 12h à 12h30.

► Doit-on participer à tous les entraînements ?

NON, il est possible d'être absent exceptionnellement ou de finir un peu plus tôt si vous avez un rendez vous, un cours de musique ou une autre activité... Dans tous les cas : vous devez fournir un mot écrit au professeur EPS responsable

► Doit-on participer toute l'année?

NON, vous pouvez choisir une activité au trimestre.

► Peut-on changer d'activité en cours d'année?

OUI, mais avec l'accord des professeurs EPS concernés.

► Et si je pratique un Sport en Club ?

Je le mentionne à mon professeur EPS qui pourra me contacter pour compléter une équipe, sans participer forcément aux entraînements de l'AS.

En plus de l'AS
et de l'EPS

Soutien natation

- Pour tous les non nageurs de 12h à 13h



CROSS

Jeudi 9 octobre (report le 16 octobre si mauvais temps)

- Participation OBLIGATOIRE de tous les élèves (possibilité d'aménagement de la Pratique)
- Challenge inter-Classe
- **Aide volontaire des Parents** pour la distribution des médailles et du goûter, ainsi que pour une aide médicale (infirmerie)



Parcours santé - EVARS C'est vous préparer :

1. à prendre soin de vous-mêmes et des autres,
2. à devenir des citoyens responsables en matière de santé individuelle et collective.

De la 6ème à la troisième, vous allez :

- ▶ Acquérir des connaissances sur le corps humain et son fonctionnement en lien aussi avec les IEST et SVT → **Se connaître, vivre et grandir avec son corps.**
- ▶ Apprendre des règles garantissant le respect de votre hygiène de vie et de votre sécurité (alimentation, sommeil, activités physiques).
- ▶ Apprendre à gérer les relations interpersonnelles en groupe de travail → partager des objectifs et des tâches dans le respect de tous (gestion de ses émotions, échanges et coopération respectueux → **Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir.**
- ▶ Apprendre les bienfaits de la pratique physique et sportive sur sa santé physique, mentale et sociale → **Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable.**

Merci à tous et belle année sportive au Juvénat !

