Association
Section Sportive Scolaire Nordique
4 Montagnes (SSSN 4M)
http://cssn-villard.e-monsite.com
SAISON 2019-2020

Association
Section Sportive Scolaire Nordique 4 Montagnes (SSSN 4M)

- *Lilian GAILLARD*
Président SSSN 4M (SA Méaudre)

. *Sylvain Gaulier*
Trésorier SSSN 4M (CS Villard)

- *Jean Luc PORRET*
Secrétaire SSSN 4M (US Autrans)

SECTION SCOLAIRE SPORTIVE
NORDIQUE
Villard de Lans - Autrans - Méaudre

Association
Section Sportive Scolaire Nordique 4 Montagnes (SSSN 4M)

Offrir un interlocuteur unique à l'établissement Jean Prévost et aux Familles concernant l'organisation du ski nordique au Collège et au Lycée (en dehors du Pôle)

Association interclubs CS Villard – US Autrans – SA Méaudre qui à pour objet:

- l'organisation et la mise en place des séances sportives, ski nordique en relation avec l'établissement Jean Prévost (Collège et Lycée).
- L'organisation de toutes les activités inhérentes aux fonctionnements de ces classes sportives.
- La gestion administrative et comptable interclubs, de ces classes sportives.

Composition:
- Un représentant « section nordique » de chaque club.
- Les entraîneurs des SSS Nordique Collège et Lycée.

Présentation de l'établissement Collège et Lycée - Jean Prévost

L'équipe de Direction

Mr BECK Jean Christophe: **Proviseur cité scolaire**

Mr PEUILLOT Olivier: **Proviseur Adjoint, chargé du Lycée**

Mme GONIN Laure: **Proviseur Adjoint, chargé du Collège**

L'équipe EPS en relation avec les Classes Nordiques

Mmes BUTHION Anne et BOISSEAU Sophie: **Professeurs EPS responsables coordination SSS Collège**

Mr VOLLERIN Patrick: **Professeur EPS encadre AS musculation Lycéens**

Classes à horaires aménagés

Collège: une Section Sportive Scolaire (SSS)

Aménagement « institutionnel »

Lycée: classes à horaires aménagés

Aménagement « consenti » par l'établissement

Classes à horaires aménagés

Collège: une Section Sportive Scolaire (SSS)

Aménagement « institutionnel » :

- Les sections sportives scolaires (circulaire n° 96-291 du 13 décembre 1996) sont implantées dans les collèges et, en nombre plus restreint, dans les lycées.

- L'inscription dans les sections sportives scolaires relève de chaque établissement. Elle est traitée dans le respect de la carte scolaire.

- Les élèves bénéficient de 3 à 6 heures d'entraînement hebdomadaires, sans que soient, pour autant, négligés les programmes scolaires.

Lycée: classes à horaires aménagés

Aménagement « consenti » par l'établissement:

- Ces aménagements sont réalisés par l'établissement en fonction d'une demande émanant des associations sportives.
- Aménagement réalisé en fonction des possibilités du planning scolaire de l'établissement.
- Les élèves bénéficient de 5 heures d'entraînement hebdomadaire; le lundi après midi de 14h à 17h + nouveauté, un 2ième créneau le jeudi.

Classes à horaires aménagés

Les conditions d'inscription en SSS Collège ou CS Lycée :

- Être adhérent à un club de ski nordique; posséder une licence FFS
- Avoir un niveau scolaire suffisant.
- Adhérer optionnellement à l'Association Sportive (AS) (participation aux épreuves UNSS)

Classes à horaires aménagés

Suivi Médical en SSS Collège :

- Visite médicale auprès d'un médecin du sport est obligatoire (circulaire du 24 avril 2003)

Suivi Médical en CS Lycée :

- Aucun suivi médical particulier n'est organisé. Seul un certificat médical de « non contre indication à la pratique en compétition du ski de fond » est obligatoire. Le même certificat nécessaire à l'obtention de la licence FFS.
Cependant il est conseillé d'établir ce certificat médial auprès d'un médecin du sport.

POLE DE SANTE
« SANTE EN VERCORS »

Suivi de l'Adolescent Sportif

Professionnels impliqués:

- 3 Médecins du sport
- 4 kinés
- 1 podologue
- 1 psychologue
- les entraîneurs et les enseignants en EPS.

POLE DE SANTE
« SANTE EN VERCORS »

Objectifs

- Répondre aux exigences légales
- Proposer un suivi cohérent des jeunes sportifs
- Mettre en place un programme de prévention en lien avec les entraîneurs et les enseignants d'EPS

POLE DE SANTE
« SANTE EN VERCORS »

PREVENTION

- **TRAVAIL EN COLLABORATION AVEC LES EDUCATEURS SPORTIFS ET PROFESSEURS D'EPS** (mise en place progressive)**:**
  - Soirées thématiques
  - INTERVENTION LORS DES SÉANCES DE CLASSES SPORTIVES :
    Séances d'étirements, hydratation, adaptation

- **MISE EN PLACE DE CONSULTATIONS PLURIDISCIPLINAIRES**

SSS Nordique
4 Montagnes

L'encadrement

- 6ème: **Cyril Gaillard** (06.88.93.38.07) - gaillard.cyr@gmail.com
- 5ème: **Jean Luc Vallet** (06.62.19.01.64) - luchovercors@yahoo.fr
- 4ème: **Florie Vigneron** (06.24.01.75.01) - florie.vigneron@gmail.com
- 3ème: **Wilfrid Valette (Willy)** (06.87.217.219) - willy.valette@gmail.com
- Lycéens: **Florence Doussière** (06.33.46.95.24) - flodoussiere@orange.fr

SSS Nordique 4 Montagnes

Les Effectifs Collège + lycée EN 2019-20

Vous êtes 108 inscrits en classes sportives Nordique pour cette rentrée 2019-2020:

- 14 en 6ème
- 26 en 5ème
- 28 en 4ème
- 8 en 3ème
- 10 en 2nd
- 11 en 1ère
- 11 en Terminale

Un programme par niveau de classe et par période:

Automne – Hiver - Printemps

Programme Section Sportives Scolaire - saison 2016-17

6ème et 5ème - AUTOMNE (référent: Vincent - Cyril)

Date	N°	lieu	Thème	Grpe	Entr.
[illegible]		[illegible]	cp coordination	G1	
[illegible]		[illegible]	constitution des groupes	G2	
				G3	
[illegible] 15 sep	2	corren	SR classique	G1	
			technique au plat equilibration	G2	
				G3	
[illegible] 22 sep	3	villard	MB	G1	
			col vert et bloc technique	G2	
				G3	
[illegible] 29 sep	4	corren	SR classique	G1	
			sr skate	G2	
				G3	
[illegible] 06 oct	5	[illegible]	cp coordination	G1	
				G2	
				G3	
[illegible] 13 oct	6	corren	SR classique	G1	
			relais et parcour technique	G2	
				G3	
VACANCES Jeudi 20 oct au mardi 01 nov					
[illegible] 03 nov	7	corren	SR classique	G1	
			alternance d'allure	G2	
			gainage stretworks	G3	
				G4	
[illegible] 10 nov	8	bois bar	VTT	G1	
				G2	
				G3	
				G4	
[illegible] 17 nov	9	villard		G1	
				G2	
				G3	
				G4	
[illegible] 24 nov	10	corren		G1	
				G2	
				G3	
				G4	
				G1	
				G2	
				G3	
				G4	
				G1	
				G2	
				G3	
				G4	

[illegible]P	Course à pied
[illegible]MB	Marche bâton
[illegible]R	Ski Roue
[illegible]ki	Ski
[illegible]M	Renforcement Musculaire
[illegible] et COO	Vitesse et Coordination
[illegible]PORT CO	Sport Collectifs
[illegible]S	Divers Sports

Tous les RDV [illegible] dans le collège devant entrée principale

3ème et 4ème - AUTOMNE (référents: Willy - Jean Luc)

	Date	N°	lieu	Thème	Grpe	Entr.
Reprise	[illegible] 02 sep		Villard			
Moyenne	[illegible] 06 sep	1	Corren	SR Cl 1h30 DT-technique équilibr pas alternatif (départ Vierge pour échauf)	G1	Cyril
				SR Cl 1h30 DT-technique équilibr pas alternatif (départ Vierge pour échauf)	G2	Vincent
				SR Sk 1h30 DT-technique 1Tps (départ piste SR)	G3	Lilian
				SR Sk 1h10 DT-technique gymcana sk [illegible] (départ piste SR)	G4	Jean Luc
	[illegible] 03 sep	2	Villard	EPS - 45' CP [illegible] montées fortes)+ PPG	G1	Cyril
				EPS - 40' CP (marche dans montées fortes)+ PPG	G2	Vincent
				EPS - 40' CP [illegible] montées fortes)+ PPG	G3	Jean Luc
Volume	[illegible] 13 sep	3	Corren	SR Sk 1h30 DT-technique 1tps / Vitesse 8x10x répét 10"	G1	Cyril
				SR Sk 1h30 DT-technique 1tps / Vitesse 8x10x répét 10"	G2	Vincent
				SR Cl 1h30 DT-technique équilibr pas alternatif (départ Vierge pour échauf) / vitesse	G3	Willy
				SR Cl 1h20 DT-technique équilibr pas alternatif (départ Vierge pour échauf) / vitesse	G4	Jean Luc
	[illegible] 16 sep	4	Villard	EPS - 55' MB circuit Gymcana en forêt+ PPG	G1	Cyril
				EPS - 50' MB circuit Gymcana en forêt + PPG	G2	Vincent
				EPS - 45' MB circuit Gymcana en forêt + PPG	G3	Willy
	Sam 17 sep	5		18h départ VTT Refuge Carette ou Roybon		
				nuit à la cabane de Carrette		
				samedi - 10h retour au Collège		
Recup	[illegible] 20 sep	6	Montée Côte 2000	Raid équipes de 4		Vincent
				(CP collège - Ludiparc / SR Cl ludiparc - Côte 2000 les glovettes / CO Côte 2000 - Collège)		Willy
						Jean Luc
						Cyril
	[illegible] 23 sep	7	Villard	EPS - 20' CP + 30' circuit vitesse en étoile + PPG	G1	Vincent
				EPS - 20' CP + 30' circuit vitesse en étoile + PPG	G2	Willy
				EPS - 20' CP + 30' circuit vitesse en étoile + PPG	G3	Cyril
Moyenne	[illegible] 27 sep	8	Villard	VTT - distance	G1 + G2	Vincent
				Collège-Bouilly-Cordelière-Crx Servagnet-Les Brigands-Collège		Lilian
				VTT - distance et gymcana	G3 + G4	Jean Luc
				Collège-Bouilly-Cordelière-La Côte-Collège		Cyril
	[illegible] 30 sep	9	Villard	EPS - 15' CP Echauff + 4x3' CP sur boucle de 200m (prépa cooper) haut piste de luge + PPG	G1	Vincent
				EPS - 15' CP Echauff + 4x3' CP sur boucle de 200m (prépa cooper) haut piste de luge + PPG	G2	Jean Luc
				EPS - 15' CP Echauff + 4x3' CP sur boucle de 200m (prépa cooper) haut piste de luge + PPG	G3	Cyril
Volume	Mardi 04 oc	10	Corren	SR Cl 1h30 DT-technique + travail de Poussée (départ Vierge pour échauf)	G1	Cyril
				SR Cl 1h30 DT-technique + travail de Poussée (départ Vierge pour échauf)	G2	Jean Luc
				SR Sk 1h30 DT-technique Pas de Montée et pas tournant (départ piste SR)	G3	Cyril
				SR Sk 1h10 DT-technique Pas de Montée et pas tournant (départ piste SR)	G4	Vincent
	[illegible] 07 oct	11	les Geymond	EPS - Evaluation (25' echauff-12'cooper-20' retour calme)	G1	Willy
				EPS - Evaluation (25' echauff-12'cooper-20' retour calme)	G2	Cyril
				EPS - Evaluation (25' echauff-12'cooper-20' retour calme)	G3	Vincent
Intense	Mardi 11 oct	12	Corren	SR Sk 1h30 DT-technique Pas de Montée / Vitesse sur circuit Gymcana	G1	Willy
				SR Sk 1h30 DT-technique Pas de Montée / Vitesse sur circuit Gymcana	G2	Jean Luc
				SR Cl 1h30 DT-technique Poussée (départ Vierge pour échauf) / Vitesse circuit Gymcana	G3	Cyril
				SR Cl 1h20 DT-technique Poussée (départ Vierge pour échauf) / Vitesse circuit Gymcana	G4	Vincent
	[illegible] 14 oct	13	Villard	MB circuit Gymcana en forêt - EPS - Evaluation circuit PPG	G1	Willy
				MB circuit Gymcana en forêt - EPS - Evaluation circuit PPG	G2	Cyril
				MB circuit Gymcana en forêt - EPS - Evaluation circuit PPG	G3	Vincent
Recup	Mardi 18 oc	14	Villard	SR Class test ski roue (échauf départ Collège - Les Blachons)	G1	Willy
				SR Class test ski roue (échauf départ Collège les Blachons)	G2	Jean Luc
				SR Class test ski roue (échauf départ les Geymond)	G3	Cyril
				SR Class test ski roue (échauf départ les Geymond)	G4	Vincent
VACANCES Jeudi 20 oct au mardi 01 nov						
Moy	[illegible] 04 nov	15	Corren	Tous les grpes ensemble		Jean Luc
				Marche Bâton		Cyril
				AR pieds du Cornafion		Vincent
						Willy
	[illegible]		Stade	SR Cl Montée col (départ Collège - les Blachons)	G1	Jean Luc
				SR Cl Montée col (départ carrefour Ville Vieille)	G2	Cyril

4è – 3è Groupes SR vendredi

	G1	G2	G3	Blessés
1	Justin B	Loïc B	[illegible]	Naïs [illegible]
2	Louison M	[illegible]	[illegible]	
3	Elio P	[illegible]	Agathe D	
4	Corentin C	Tony L	Marie C	
5	Louis C	Loïc B	[illegible]	
6	Luc P	[illegible]	[illegible]	
7	Kilian O	Maurice V	Camille L	
8	Victor C	[illegible]	Zoé Bu	
9	Milan P	Pierrick G	Zoé Be	
10	Mathis GM	Alexis C	Nouméa G	
11	Simon T		Justine G	
12	Justin S		Célia G	
13	Méo DR		Louna V	
14	Edgard R		Romane C	
15				
16				
17				

4è – 3è Groupes SR Mardi

	G1	G2	G3	G4
1	Justin B	Simon T	Lucie M	Marie C
2	Louison M	Edgard R	Margaux G	Camille L
3	Elio P	Loïc B	Agathe D	Zoé Bu
4	Corentin C	Jhon R	Louna DR	Zoé Be
5	Louis C	Alexis C	Louna D	Nouméa G
6	Luc P	Loïc R	Naïs S	Justine G
7	Kilian O	Maurice V	Tony L	Célia G
8	Victor C	Mathis T	Pierrick G	Louna V
9	Milan P		Mathieu S	Romane C
10	Mathis GM			Gaspard L
11	[illegible]			
12	Méo DR			
13				
14				
15				
16				
17				

6è–5è Groupes Automne

	Grpe Footing		
	G1	G2	G3
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

6è–5è Groupes Automne

	Grpe SR		
	G1	G2	G3
1			
2			

Dates

Lieux

Groupes

Type séance

Listing Groupes

Entraîneurs

Lieux RDV et heures

Un programme par niveau de classe et par période:

Automne – Hiver - Printemps

Classe de 6ème :
- Tous les jeudis 9h-12h

Classe de 5ème :
- Tous les jeudis 14h-17h

Classe de 4ème + 3ème :
- Tous les mardis 14h-17h
- Tous les vendredis 14h-17h de sept à avril

Classe de 2nd à Term :
- Tous les lundis 14h-17h
- Tous les jeudis 2ième séance 10h-12h

Pour tous:
- Coupure de 4 semaines aux vacances de Pâques
- Fin des séances le 5 ou 12 juin

Section Sportive les grandes lignes

Lieux de RDV

Au départ de Villard: à l'intérieur de l'établissement devant l'entrée principale.

Si entraînement à Méaudre, récup et dépose possible à Méaudre. RDV 15' plus tard devant la piscine.

Si entraînement sur Autrans, récup et dépose possible à Méaudre et Autrans. RDV 15' plus tard à Méaudre (Piscine) et 20' plus tard à Autrans (devant foyer).

Section Sportive les grandes lignes

La « salle 109 » – pour le stockage du matériel

- Un lieu réservé aux élèves des Sections Sportives pour stocker leur matériel les jours d'entraînement.

- Un surveillant vient ouvrir la salle le matin pour déposer le matériel, et 30' avant l'entraînement pour récupérer le matériel.

Nouveauté cette année: lieu pour se changer

Section Sportive les grandes lignes

Les Absences

Comme à l'intérieur de l'établissement, les jeunes inscrits en SSS seront notés « absents » s'ils ne sont pas présents lors d'une séance.

Pour des raisons de responsabilités « l'entraîneur référent » signale à la vie scolaire via un SMS toute absence d'un élève même justifiée par les parents.

Les parents devront fournir un justificatif d'absence auprès de l'établissement comme pour n'importe quel autre cours.

ATTENTION: Au bout de 2 absences non justifiées ou entraîneur non averti, une sanction sera donnée: pas d'entraînement mais, étude en salle de permanence.

Section Sportive les grandes lignes

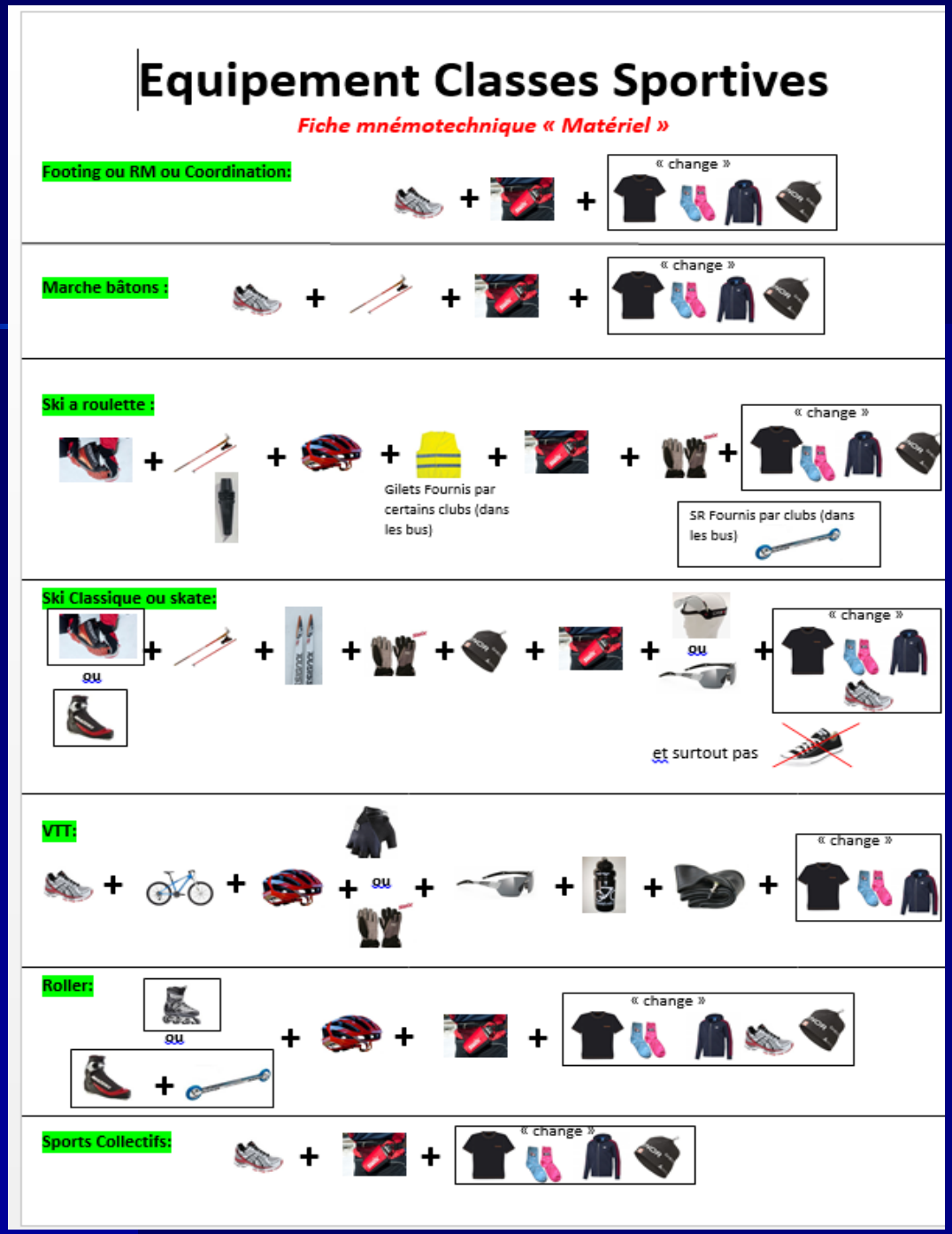
Objectifs de ces classes

- Permettre au plus grand nombre de progresser techniquement et physiquement en ski nordique.
- Amener les plus jeunes à avoir une activité physique régulière qui leur garantira une meilleure santé.

- Offrir la possibilité à certain d'intégrer la ST (étape intermédiaire pour accéder au haut niveau).

- Peut offrir un équilibre psychologique à l'élève en difficulté scolaire.
- Permettre au plus grand nombre de pratiquer une discipline ancrée dans nos montagne.

Comment s'équiper pour les entraînements



Présentation de l'AS et de l'UNSS

- *Anne BUTHION - Sophie BOISSEAU – Patrick VOLLERIN*

Professeur EPS Collège Jean Prévost

Présentation de l'AS et de l'UNSS

1. **L'AS** au Collège Jean Prévost

En quoi cela consiste?

Que faut il faire pour adhérer à l'AS ?

Qui encadre l'AS ?

ASSOCIATION SPORTIVE COLLEGE ET LYCEE

ACTIVITES PROPOSEES AUX LICENCIES CHAQUE SEMAINE

Année Scolaire 2016 - 2017 1er trimestre

	ACTIVITE	LIEU	Licenciés	PROFESSEUR
LUNDI 12H-13H	BASKET-BALL	Petit Gymnase	Collège	Mme LE GUILLOU
MERCREDI 13H-15H ou 13H-17H	BASKET-BALL entraînement TOURNOI de district	Complexe sportif	Collège et Lycée	Mme FOURMON
MERCREDI 13H-15H30 ou 12H-18H	ESCALADE Rencontres district	Complexe sportif	Collège et Lycée	Mme BOISSEAU
MERCREDI 13H-15H	½ FOND	Complexe sportif	Collège et Lycée	Mr VOLLERIN
MERCREDI 12H30-17H	TENNIS	Complexe sportif	Compétitions seulement	Mme RAUSCHER
JEUDI 12H-13H	MUSCULATION	Salle musculation	Lycée	Mr VOLLERIN
JEUDI 12H-13H	FUTSAL	Petit Gymnase	Collège et Lycée	Mme RAUSCHER
VENDREDI 12H-13H	Sports de raquettes	Petit Gymnase	Collège et Lycée	Mme BUTHION

Journée du Sport scolaire : Le mercredi 14 Septembre de 13 h à 15 h 30
avec Basket Ball , Escalade , VTT, Futsal

Présentation de l'AS et de l'UNSS

2. L'UNSS pour les skieurs Nordique des SSS

Les différentes compétitions (Chpts Accad – Chpts France – ISF)

Une charte Section Sportive Scolaire Nordique

Cette charte des Sections Sportives Scolaires éditée par les clubs organisateurs en date du 18 septembre 2013, définit le niveau requis par niveaux de classes pour prétendre postuler ou rester en SSS, ainsi qu'un règlement et une procédure disciplinaire applicable à chaque jeune inscrit dans cette Section.

Une charte Section Sportive Scolaire Nordique

Conditions d'inscription ou de maintient en SSS par niveaux de classes

Une commission constituée des représentants du collège et des entraîneurs de l'ensemble des clubs se réunie (fin juin) pour statuer sur l'intégration ou le maintient d'un jeune en SSS. Les critères retenus sont :

- Le niveau scolaire suffisant.
- Comportement approprié.
- Niveau approprié (cf critère par classes ci-après).

La commission se réserve la possibilité d'intégrer un élève qui aurait commencé récemment le ski, mais qui présente un profil très motivé et d'un très bon niveau physique en endurance.

Une charte Section Sportive Scolaire Nordique

Organisation disciplinaire propre aux SSS Nordique

Tout manquement au respect des règles ci-dessous sera sanctionné d'un « avertissement ».

Ces avertissements pourront être donnés si :

- S'il y a une attitude désintéressée pour l'activité « le Tire au flanc ».
- Si attitude désinvolte vis-à-vis du matériel (ex : laisser systématiquement portes des bus ouvertes, ne pas ranger le matériel ou le fart collectif là où il a été pris.)
- S'il y a manque de respect pour le matériel (dégradation)
- S'il y a moquerie systématique d'un(e) camarade ou mise à l'écart.
- S'il y a bagarre avec un(e) camarade.
- S'il y a manque de respect pour l'entraîneur (ex : répondre à entraîneur – ne pas écouter les consignes …).

Une charte Section Sportive Scolaire Nordique

Organisation disciplinaire propre aux SSS Nordique

Sanctions :

- 1er « Avertissement » (oral de l'entraîneur – communiqué aux parents)
- 2ème « Avertissement » (sera donné après concertation entre entraîneurs) = 1 suspension des entraînements SSS de 2 semaines
- 3ème « Avertissement » entraînera l'exclusion des entraînements SSS pendant 1 trimestre (sera donné après concertation entre entraîneurs - Convocation des parents)
- 4ème « Avertissement » entraînera l'exclusion définitive des SSS (sera donné après concertation entre entraîneurs – Convocation des parents et des présidents de clubs)

Le Financement des SSS et des CSLycée quel coût?

Le Financement des SSS et des CSLycée quel coût?

1. **Comment est construit le budget des SSS**

   - On additionne tous les frais de fonctionnement :

Transport :
les Minibus des clubs

+

L'encadrement:
les 5 entraîneurs de clubs
+ remplaçants

+

Le fart :
tubes et poussettes

   - On divise le tout par le nombre d'enfants inscrits en SSS :

Le Financement des SSS quel coût?

2. Le coût de la Section Sportive au Collège

Encadrement entraîneurs : ~34 000€

Encadrement UNSS : ~ 1350€

Encadrement Chpts Académie
Encadrement Chpts de France

Frais de Minibus : ~ 9 000€

Fart d'accroche : ~ 800€

Forfait ski Isère offert par CCMV : 0€

Total : ~ 45 000€

Total par enfant: 600€

Le Financement des SSS et des CSLycée quel coût?

3. **Combien vont payer les parents**

Cette année le coût est de : 600€ par enfant au Collège et Lycée 2 séances

Cette année le coût est estimé à : 400€ par enfant au Lycée avec 1 seule séance

Questions diverses?

http://cssn-villard.e-monsite.com