



Le cross
départemental



BULLETIN N°2

SOMMAIRE...

- Le mot de la Présidente
- Les actions du comité
- Les rencontres dans vos circonscriptions
- Un bulletin... une ressource : Des Jeux pour Bouger

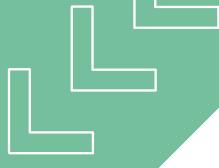


Les rencontres sports innovants



Trail nocturne USEP/UNSS

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE...



CHERS ENSEIGNANTS,
CHERS PARTENAIRES,
CHERS AMIS DE L'USEP,

La période qui s'achève a été particulièrement riche en rencontres sportives et en temps forts pour l'USEP Calvados. Je remercie sincèrement les enseignants usépiens pour leur investissement auprès des élèves, que ce soit sur le temps scolaire ou hors temps scolaire !

Parmi les temps forts de la période, le **cross départemental**, pour sa 34^e édition, a été une journée particulièrement riche d'expériences sportives diverses, d'actions citoyennes et de rencontres avec des sportifs de haut niveau... sous un très beau soleil normand !

Et que dire du **trail nocturne** de la Colline aux Oiseaux, à Caen, où de nombreux élèves usépiens ont découvert le plaisir de courir fièrement lampe frontale allumée ! Une rencontre où l'USEP et l'UNSS unissent leurs forces pour proposer une expérience sportive et conviviale aux élèves : un franc succès, qui témoigne de la qualité du travail collectif et de la dynamique du partenariat entre nos deux fédérations.

Cette seconde période, nous avons lancé "**Une visio, une info**" : une visio flash courte et pratique. La première a porté sur le financement des associations USEP. La prochaine, dédiée à **la labellisation Génération 2030**, aura lieu le **lundi 13 janvier** : notez dès à présent cette date dans vos agendas !

À l'approche des fêtes de fin d'année, je remercie tous les enseignants, bénévoles et partenaires pour leur énergie, leur enthousiasme et leur engagement au quotidien auprès des élèves. Je vous souhaite un temps de repos bien mérité. Nous vous retrouverons en période 3, dans un nouveau bulletin USEP et lors de nos prochains rendez-vous, pour continuer à faire vivre le sport scolaire dans un esprit de partage et de convivialité.

Très belles fêtes de fin d'année à toutes et à tous.

STÉPHANIE BROUCH
Présidente USEP14

LES ACTIONS DU COMITÉ USEP 14



Renouer avec le vivant



Début octobre, la **Ligue de l'enseignement du Calvados** a proposé un événement autour des **enjeux de la transition écologique**. Des élèves ont notamment pu participer à des ateliers USEP autour du SRAV et de la course d'orientation.



Le Trail Nocturne UNSS & USEP

Cette année l'USEP 14 a proposé à ses adhérents de participer au trail nocturne de la Colline aux Oiseaux. **Une trentaine de jeunes coureurs usépiens** se sont lancés aux côtés des collégiens, frontale allumée, sur **un parcours de trois boucles de 1,8 km chacune**. Avant la première course, l'échauffement a été assuré par le Père Noël lui-même dans une **ambiance festive**, et la dernière boucle s'est déroulée **en pleine nuit**, créant un magnifique flux lumineux dans le parc.

Une **expérience unique** qu'élèves et parents non plus n'oublieront pas !



Le rendez-vous est déjà pris pour l'année prochaine ! Pensez-y !

LES ACTIONS DU COMITÉ USEP 14



Le Cross Départemental



Une fois n'est pas coutume, cette **34ème édition du Cross Départemental** s'est déroulée sous un beau soleil d'hiver : de quoi réchauffer les jeunes athlètes présents en nombres dans les tribunes et sur le pourtour de l'hippodrome caennais.

Au programme du matin : **trois pôles (sportif, citoyen, et handisport)**. Les élèves ont pu découvrir ou redécouvrir de nouvelles pratiques sportives comme le saut à la perche, la boccia ou le très prisé parcours des combattants. **L'USEP a organisé également une course collaborative** à laquelle ont participé les enfants. Chaque tour effectué était comptabilisé dans un esprit plus coopératif que compétitif.



Puis bien échauffés, les athlètes de primaire se sont élancés en début d'après-midi sur **le parcours de 1600 mètres** devant un public enthousiaste !

Un grand merci aux enseignants et parents usépiens qui ont encadré les enfants sur **cette journée inoubliable** !



A l'année prochaine !

LES ACTIONS DU COMITÉ USEP 14



Mon Association Booste
Mon Cerveau



L'USEP 14 déploie cette année le projet « **Mon association booste mon cerveau** », une initiative éducative qui vise à sensibiliser les enfants aux trois piliers essentiels de leur développement :



À travers des ateliers ludiques et interactifs les élèves découvrent comment ces trois éléments agissent ensemble pour améliorer leur santé, leur bien-être et leurs capacités d'apprentissage.

Sous forme de diaporama interactif, ateliers et d'échanges, les enfants apprennent à :

- Bouger plus au quotidien pour renforcer leur corps et leur concentration ;
- Mieux comprendre ce qu'ils mangent et faire des choix favorables à leur énergie et leur croissance ;
- Identifier l'importance du sommeil dans l'attention, la mémoire et l'humeur.

Ce projet s'intègre dans une **démarche globale d'éducation à la santé** et complète les actions menées par l'USEP pour favoriser le bien-être des élèves, leur autonomie et l'adoption de bonnes habitudes de vie dès le plus jeune âge.

Pour la saison 2025 - 2026, 12 classes de CE2, CM1, CM2 et ULIS ont été intégrées au projet dans le département du Calvados.



AGATHE,
COORDINATRICE USEP



LES ACTIONS DU COMITÉ USEP 14



INCLUSEP

Le 3 décembre, **journée internationale des personnes handicapées**, s'est tenu un colloque sur le thème de **l'inclusion sportive** organisé par l'USEP dans les locaux du Comité National Olympique du Sport Français.

Depuis 2005, et la loi sur l'égalité des chances, il s'agissait de faire **un état des lieux de l'inclusion** dans le champ sportif à l'école primaire.

Véronique Moreira, présidente nationale de l'USEP a rappelé **l'engagement et les actions menées** par l'association.



Dans le Calvados, l'Usep 14 s'évertue à promouvoir l'inclusion lors des rencontres départementales et associatives.

Des **ateliers handisports** sont mis en place pour sensibiliser les élèves au handicap. L'enjeu est maintenant de se focaliser sur la personne et de tenir compte de ses besoins. c'est pourquoi sur le secteur de **Pont-Lévêque** une rencontre sportive est en cours de préparation **en partenariat avec l'IME**.



Les évènements USEP à venir en période 3

- ➡ **21 janvier-Formation enseignants PSC1 et recyclage**
- ➡ **Rencontre Raquettes hors temps scolaire à Blainvill le 28 janvier**
- ➡ **Les P'tits reporters - Championnat de France de Badminton le 6 février**

L'USEP...

SUR CAEN EST

Le sport scolaire de l'Ecole publique



En novembre sur le secteur de Mézidon, ont eu lieu les rencontres **"Sports Co Innovants"** : le 7 pour les cycles 3 et le 21 pour les cycles 2.



L'école de Cesny-aux-Vignes était invitée sur la rencontre du 7 novembre pour découvrir l'USEP.

Le 12 décembre, deux classes de cycle 3 du secteur de Mézidon ont été formées aux rôles sociaux afin de pouvoir prendre eux-mêmes en charge l'organisation des rencontres **"gymnastique"** de la période 3.



A venir en période 3 :
▶ Rencontres
Gymnastique à
Mézidon les 9, 23 et
26 janvier

MARION, AMBASSADRICE



L'USEP...

SUR HÉROUVILLE



Le 14 novembre, les GS de l'école Poppa de Valois à Hérouville ont initié un cycle **"équilibre"** par une rencontre entre les trois classes de l'école. Au programme, entre autre : la découverte des pédalgo, des rolla bolla et de la boule de cirque



A venir en période 3 :
➡️ **Rencontre tennis à l'école Poppa de Valois le 9 janvier**

MARION, AMBASSADRICE



L'USEP...

SUR CAEN NORD



4 rencontres **course d'orientation**,
10 et 17 novembre, 156 élèves du CP au
CM2, écoles de Graye sur mer, Moulins en
Bessin, Fontaine Henry et Ver sur mer.



Formation aux gestes qui sauvent

01 et 15 décembre

40 élèves de CE2 CM1CM2 à Graye sur mer

22 CM2 à Fontaine Henry

22 CM1CM2 à Moulins en Bessin.



Initiation à l'**escalade** à
Blainville sur Orne, à l'école
des sports du mercredi.

A venir en période 3 :
Rencontres sports innovants
rencontres gymnastiques

MARIE, AMBASSADRICE



L'USEP...

SUR BAYEUX

Le sport scolaire de l'Ecole publique



Formation aux gestes qui sauvent

à l'école de La Cambe,
24 novembre,
CE2CM1CM2



Intervenir en cas d'étouffement

Analyser une situation, prendre des informations pour appeler les secours.



Intervenir en cas de saignement



Mettre la victime en position latérale de sécurité

A venir en période 3 :
➡ Rencontrer tennis à l'école Poppa de Valois le 9 janvier

MARIE, AMBASSADRICE



L'USEP...

SUR FALAISE



Jeux de cour "des plus grands vers les plus petits"

A Saint-Pierre-Canivet les cm1-cm2
préparent pour les plus petits de l'école
et pour la SOP 2026 à Falaise

"**Bien Joué**"



"**Carré carré**"



A Thury les cm1 et les cm2
préparent des jeux de cour pour les plus petits
avec les fiches ressources USEP



A venir en période 3

► **La formation élèves organisateurs d'APQ à Thury**
Les rôles sociaux pour les élèves de St Pierre qui organiseront des ateliers APQ pour la SOP

BRUNEHILDE,
AMBASSADRICE



L'USEP...

SUR CAEN 1, 2, 3



Zoom sur les élèves de l'EEPU Jean Goueslard de Fleury sur Orne qui, après avoir validé le **SRAV** en période 1, sont allés à vélo au cross départemental mercredi 26 novembre



CYRILLE, AMBASSADRICE



L'USEP...

SUR LISIEUX NORD



Rencontre **contes athlétiques** pour les élèves du cycle 1 de la PS à la GS à Pont-L'Evêque le 14 novembre

Rencontre **sports innovants** pour les élèves du cycle 2 à Pont-L'Evêque le 21 novembre.
Découverte et pratique de la sarbacane, du KinBall, de l'Ultimate, ...



Rencontre **P'tit bal** pour les élèves du cycle 2 à Pont-L'Evêque le 10 décembre.
Découverte, présentation et création de danses traditionnelles



A venir en période 3

- Rencontre raquettes cycle 3 - 9 janvier
- Rencontre équilibre cycle 2 - 23 janvier
- Rencontre athlétisme cycle 2 - 15 février

MÉDÉRIC, AMBASSADEUR



L'USEP...

SUR LISIEUX SUD



Rencontre **Kin Ball** pour les élèves du cycle 3 à
Lisieux le 04 novembre.
Ecole Jules Verne
Ecole Jean Moulin



A venir en période 3 :

- ➡ Rencontrer jeux collectif cycle 1 - 16 janvier
- ➡ Rencontrer kin ball cycle 3

MÉDÉRIC, AMBASSADEUR





SUR VIRE

DES TEMPS FORTS POUR LES ELEVES...

CYCLE 1:

A l'initiative des enseignantes de cycle 1, 2 écoles se sont retrouvés pour une rencontre "danse" dans les locaux de la MJC le mardi 9 décembre. Les enfants ont appris 5 danses en commun et devaient inventer 1 danse créative à présenter aux autres classes. Un moment très apprécié par tout le monde.



CYCLE 3:

Lundi 24 novembre et mardi 25 novembre, les enfants ont eu une intervention basket avec un nouveau partenariat entre l'USEP Vire Normandie et l'USM Basket. 300 élèves (soit 8 écoles) ont pratiqué cette discipline dans le gymnase Val de Vire.



ET POUR LES ENSEIGNANTS

Recyclage PSC (Premiers secours citoyen) pour 16 enseignants sur la circonscription

- A venir en période 3 :**
- ▶ Rencontre GYM pour les cycles 2 et les cycles 3.
- ▶ Intervention auprès d'une classe de CM2 sur les rôles sociaux afin d'encadrer une activité pour le cycle 1.
- ▶ Une rencontre sport collectif concernant les écoles "Le Tourneur" et "Aunay sur Odon"



GUILLAUME, AMBASSADEUR





SUR CAEN OUEST



Au cours de cette période, deux rencontres **Badminton** ont été organisées, toujours au gymnase de Fontaine Etoupefour.

La première rencontre a eu lieu le 5 novembre 2025 avec 2 classes. La seconde rencontre a eu lieu le 09 décembre 2025 également pour 2 classes.



A venir en période 3:
➡ La première rencontre avec les 3 nouvelles écoles usepiennes, Tilly sur Seulles, Lingèvres et Fontenay le Pessnel: lutte et jeux d'oppositions.

GUILLAUME, AMBASSADEUR



UN BULLETIN... UNE RESSOURCE...



DES JEUX POUR BOUGER ... UN DISPOSITIF POUR FAIRE VIVRE LES APQ DANS VOS COURS D'ÉCOLE



DES FICHES ÉLÈVES CLASSÉES PAR THÈMES



UN LIVRET
D'ACCOMPAGNEMENT
POUR LES
ENSEIGNANTS



Grande marelle

REBONDIR, S'ÉQUILIBRER

Prépare ton matériel

Fabrique des palets :

- Découpe dans du carton épais :
 - un carré de 30 cm de côté
 - un cercle de 30 cm de diamètre.Ce sera plus facile pour tracer ta marelle.
- des croix.
- une marelle tracée et numérotée.
- 2 palets.

Règle du jeu

Rebondis de case en case du SOLEIL à la LUNE en respectant l'ordre des cases.

- Dépose le palet sur la case 1.
- Effectue le parcours jusqu'à la case "LUNE" en posant les pieds en fonction de la forme de la case.
- Retourne sur le côté à la case SOLEIL, puis déplace le palet sur la case 2 et effectue à nouveau le parcours de la marelle.

À deux, à trois... en coopératif

A tour de rôle, chacun effectue un parcours à partir de la case de son coéquipier.

À deux, chacun son palet

Un part du SOLEIL, l'autre à la LUNE. Qui arrivera le premier à l'autre extrémité ? Le premier qui a effectué son parcours a gagné !

Belève les défis !

Invente d'autres défis à partir de ce jeu :

- Velodéfis plats :
 - Une marelle plus petite.
 - Une marelle plus grande.
 - Modifie le tracé, la forme des cases de la marelle.

T'es bien dépassé ! T'es pas à t'hydrater, ton corps a besoin d'eau !

Le sport scolaire de l'école publique



DES SITUATIONS
CONÇUES POUR UNE
TOTALE AUTONOMIE
DES ÉLÈVES

Ressource USEP nationale :

<https://www.usep.org/ressources/des-jeux-pour-bouger-au-quotidien/>





C'était le bulletin n°2...

A bientôt !

Le comité départemental
USEP14 vous souhaite
d'excellentes fêtes de fin
d'année !



En attendant le prochain bulletin,
rejoignez-nous sur les réseaux...



<https://calvados.usep.org/>



[https://www.instagram.com/
usepcalvados/](https://www.instagram.com/usepcalvados/)



[https://www.facebook.com/profile.php?
id=61578341013467](https://www.facebook.com/profile.php?id=61578341013467)



USEP Calvados
16, Rue de la Girage
14 078 CAEN
usep14@laliquenormandie.org
06 65 64 32 22

