



# Vademecum

## '1718

## **Table des matières**

Le profil du lycée .....	2
Les valeurs du lycée .....	3

### **A. Sportlycée & informations utiles**

01. Heures d'ouverture .....	4
02. Plans du lycée .....	4
03. Plans du site .....	5
04. Contacts & adresses .....	6
05. Transports .....	7
06. Parking/kiss & fly .....	7
07. Espaces de récréation .....	8
08. Restauration .....	8
09. Carte scolaire .....	9
10. Webuntis (livre de classe électronique) .....	9
11. Casiers .....	9
12. Copies .....	10
13. Ordinateurs .....	10
14. Déclarations d'accident .....	10
15. Admission & parcours au Sportlycée .....	11
16. Changement de lycée .....	11
17. Vacances scolaires du Sportlycée .....	12
18. Comité des enseignants, des élèves et des parents .....	12

### **B. Discipline**

01. Retards .....	13
02. Conduite lors des récréations .....	13
03. Propreté & respect des infrastructures .....	14
04. Téléphones mobiles & utilisation wi-fi .....	15
05. Inscriptions au livre de classe .....	15

### **C. Programme sportif**

01. Communication entre élèves, entraîneurs, enseignants et kinés .....	16
02. Discipline .....	16

### **D. Encadrement & soutien de l'élève**

01. Tutorat de l'élève .....	17
02. Gestion des absences .....	17
03. Rattrapage de devoirs en classe .....	20
04. Suivi scolaire .....	21
05. Foyer du jour .....	21
06. Internat .....	22
07. Cops .....	23
08. Suivi médical .....	24
09. Suivi paramédical .....	25
10. Suivi antidopage .....	26

## **Préface**

# **LE PROFIL DU LYCÉE**

Le Sportlycée met en place des conditions privilégiées pour les jeunes sportifs talentueux afin de les préparer à des performances de haut niveau tout en leur garantissant l'égalité des chances vis-à-vis de leur formation scolaire et professionnelle.

Le Sportlycée coordonne l'ensemble des opérations pédagogiques, sociales et administratives qui permettent aux athlètes talentueux de poursuivre leurs études. Pour conserver son statut d'athlète étudiant au Sportlycée, il est essentiel de maintenir son niveau sportif et d'avoir des résultats scolaires adéquats. La scolarité s'adapte au rythme du sportif. Un retour à une scolarité traditionnelle à n'importe quel moment du cursus doit être garanti.

La structure, centrée sur le sportif-élève, vise les 3 objectifs majeurs suivants:

la **réussite scolaire** par:

- un volume horaire hebdomadaire suffisant
- un projet pédagogique adapté et différencié
- des mesures de coordination, d'accompagnement et de remédiation scolaires

la **réussite sportive** par:

- le respect de l'évolution de la concurrence, du profil de la discipline et des principes fondamentaux de l'entraînement (LTAD : Long Term Athlete Development [www.ltad.ca](http://www.ltad.ca))
- le placement de l'athlète au centre de ses intérêts, guidé par les entraîneurs et soutenu par une structure de qualité

une **intégration sociale normale** par:

- des périodes de récupération
- un emploi du temps journalier et hebdomadaire soutenable à long terme.

C'est ainsi que le projet comprend les trois volets suivants :

- Volet pédagogique (former et évaluer l'élève)
- Volet sportif (former et évaluer le sportif)
- Volet accompagnement de l'enfant-élève-sportif

Depuis l'année scolaire 2013-2014, la collaboration entre les fédérations sportives et le Sportlycée est ancrée par des conventions.

## **LES VALEURS DU LYCÉE**

Le triple défi visé par le Sportlycée peut seulement être atteint si tous les membres de notre structure évoluent dans un climat de valeurs communes.


Une vision moderne et plutôt holistique du développement de la personne ne peut se contenter de l'unique résultat sportif ou scolaire, mais se doit de créer un cadre qui permet aux enfants de se préparer aux exigences de la vie scolaire et sportive, de même que professionnelle et personnelle.

La traduction du concept « be a champion in life » de la fondation de l'éducation olympique et sportive dans le contexte du Sportlycée pourra viser les valeurs et compétences suivantes :

- L'autonomie en respectant l'apport et l'importance des différents partenaires
- Le respect (d'autrui, de l'environnement, du matériel, des différentes cultures, des règles ...)
- La recherche de l'excellence par un engagement exemplaire et une identification avec le sujet
- L'esprit d'équipe et la volonté d'entraide

A vous, chers élèves, chers sportifs, de nous aider à développer un climat serein et un esprit marqué par le respect et la recherche de l'excellence.

Je vous souhaite de passer une bonne rentrée 2017/18 et vous assure que les responsables du Sportlycée feront de leur mieux pour créer un contexte de réussite.

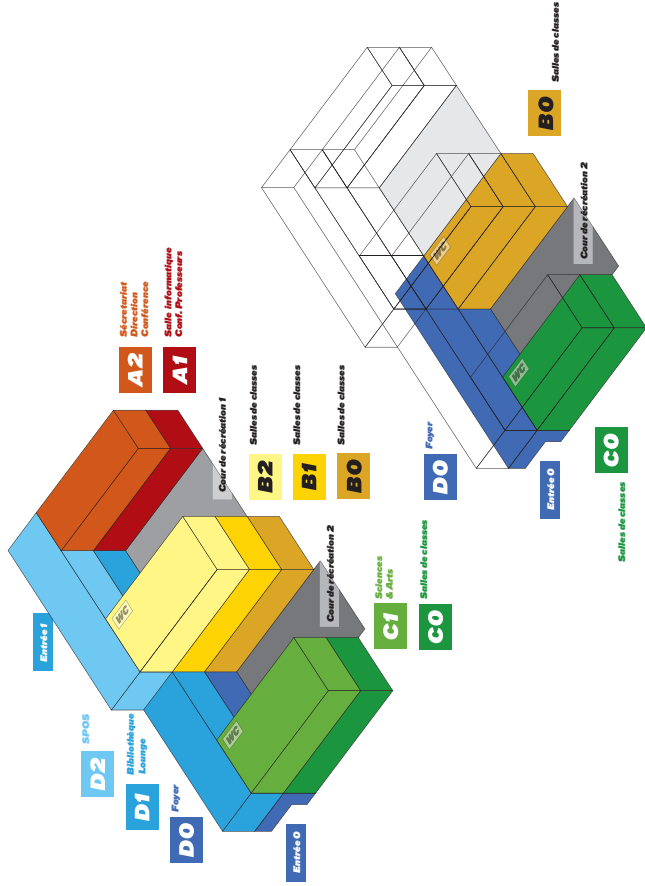
Raymond Conzemius  


# A. Sportlycée & informations utiles

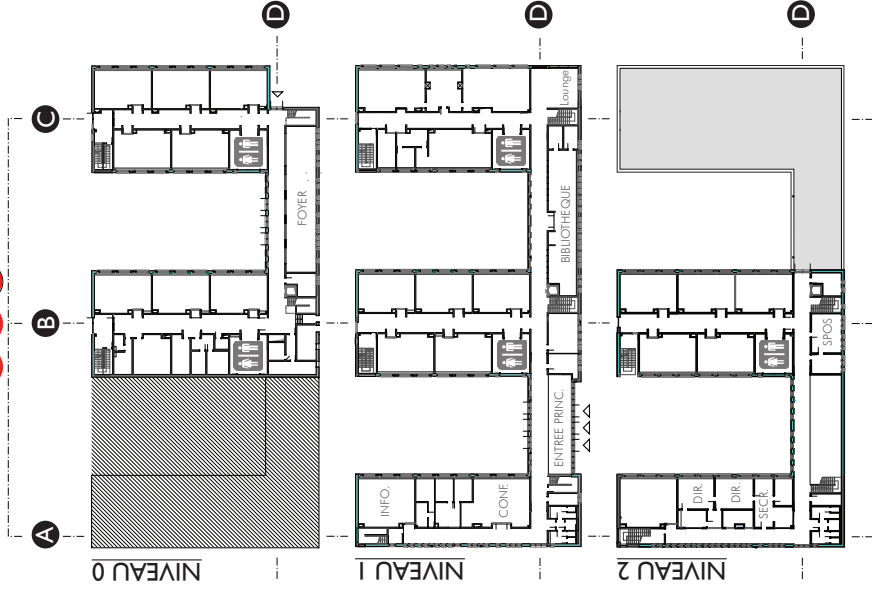
## 01. HEURES D'OUVERTURE

- Le lycée est ouvert de 7h00 à 17h30

## 02. PLANS DU LYCEE



INDISTANCE DE RECEPTION



## 03. PLANS DU SITE

Accès au site

Infrastructures du Sportlycée

- 1 Bâtiment principal
- 2 Salles des sports
- 3 Cafétéria
- 4 Restaurant scolaire
- 5 Future salle de sport

Espaces de récréation extérieurs

Passage cafétéria - restaurant scolaire

Arrêt bus

Stationnement vélo

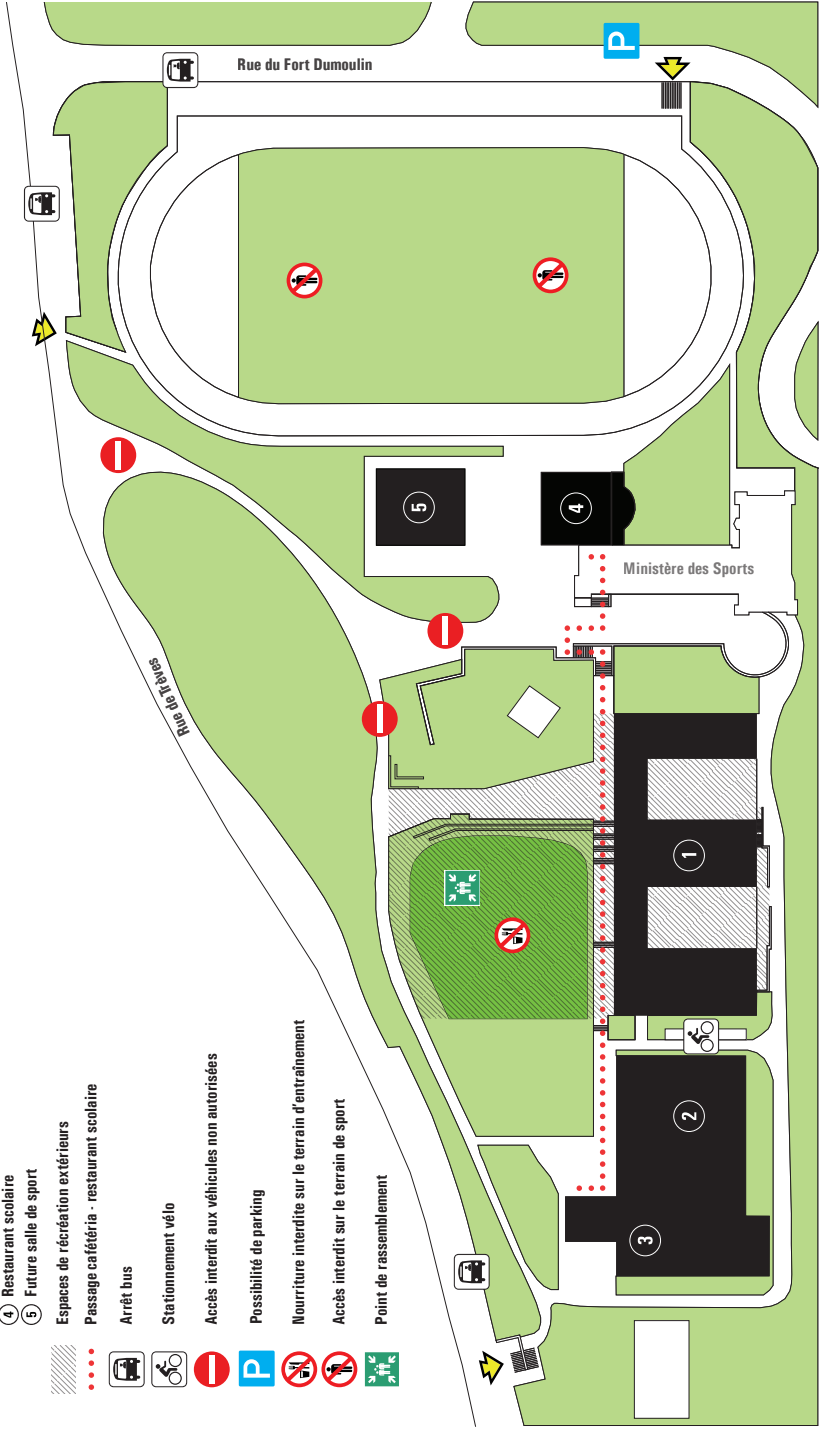
Accès interdit aux véhicules non autorisés

Possibilité de parking

Nourriture interdite sur le terrain d'entraînement

Accès interdit sur le terrain de sport

Point de rassemblement



## 04. CONTACTS & ADRESSES

**Sportlycée** Tél: 26 75 05 1 Fax: 26 75 05 90 secretariat@sportlycee.lu

<b>Direction</b>	26 75 05 1	direction@sportlycee.lu
Raymond Conzemius		
Pascal Schaul		
Serge Thilmany		

<b>Administration</b>	26 75 05 1	secretariat@sportlycee.lu
Schenten Cecile	26 75 05 34	
Weirig Caroline	26 75 05 32	
Noesen Claudine	26 75 05 31	

<b>Suivi des élèves</b>		
Hinger Stéphanie (ARS)	26 75 05 50	ars@sportlycee.lu
Richartz Chris (Kiné)	26 75 05 52	kine@sportlycee.lu
Vieillevoye Stéphanie (Kiné)	26 75 05 51	kine@sportlycee.lu
Diderich Tammy (Nutrition)	26 75 05 23	nutrition@sportlycee.lu
Professeurs EPS	26 75 05 51	sport@sportlycee.lu

<b>Concierge</b>	26 75 05 30	conciergerie@sportlycee.lu
------------------	-------------	----------------------------

<b>SePAS</b>		sepas@sportlycee.lu
Coutinho Arada Marcio	26 75 05 40	
Hut Pascale	26 75 05 40	
Pütz Anne-Marie	26 75 05 41	
Touré Alioune, psychologue	26 75 05 43	
Vagnarelli Jerry	26 75 05 42	

<b>Internat</b>	691 26 75 05	internat@sportlycee.lu
Fiedler Christine	26 75 05 44	
Hoeser Malou	26 75 05 44	
Klein Anne	26 75 05 44	

<b>Bibliothèque</b>		
Staus Yvan	26 75 05 60	bibliotheque@sportlycee.lu

## 05. TRANSPORTS

### • Transports quotidiens

La ligne 14 relie le Sportlycée au centre ville et à la gare et la ligne 20 relie le Sportlycée au centre ville et à la Coque.

L'Eurobus (lignes 16, 120, 125, 165, 192, 194) assure la liaison entre la Gare centrale et le centre sportif de la Coque via le centre Hamilius.

Toutes les informations concernant les transports publics peuvent être consultées sur [www.mobilite.lu](http://www.mobilite.lu).

968		Luxembg./Gare - Cents/I.N.S. - Luxembg./Gare						968	
(courses scolaires)									
N° des courses	185	187		424	500	546	548	596	598
Régime de circulation	Ⓐ	Ⓐ		■	Ⓓ	Ⓔ	Ⓔ	Ⓔ	Ⓔ
Remarques									
Exploitant	CFL	CFL		CFL	CFL	CFL	CFL	CFL	CFL
Luxembourg-Gare routière	7.40	7.45							
Luxembourg-Général Patton	7.46	7.51							
Cents-Halte CFL	7.50	7.55							
Cents-I.N.S.	7.54	7.59							
Cents-I.N.S.				12.30	14.00	14.55	14.55	15.55	15.55
Cents-Halte CFL				12.32	14.02	14.57	14.57	15.57	15.57
Luxembourg-Général Patton				12.36	14.06	15.01	15.01	16.01	16.01
Luxembourg-Gare routière				12.44	14.14	15.09	15.09	16.09	16.09

Ⓐ = lu - ve périodes scolaires

■ = ma, je périodes scolaires

Ⓓ = jeudi périodes scolaires

Ⓔ = lu, me, ve périodes scolaires

Ⓔ = mardi périodes scolaires

### • Transports spécifiques

Un système de navettes est mis en place afin d'assurer le transport entre le Sportlycée et les sites d'entraînement pendant et après l'horaire du Sportlycée. Une version actuelle des horaires peut être consultée sur le site [www.sportlycee.lu](http://www.sportlycee.lu).

Les trajets pour se rendre aux cours de natation dans le contexte du cours d'éducation physique sont assurés par le Sportlycée.

Des navettes spécifiques sont organisées pour les élèves du Lycée Technique de Bonnevoie.

## 06. PARKING/KISS & FLY

Les parents sont priés de déposer leurs enfants à la rue du Fort Dumoulin, car l'accès au site du Sportlycée doit rester dégagé. Les élèves sont priés d'utiliser les chemins pour piétons pour accéder au site. Le Sportlycée décline toute responsabilité en cas d'accident pour cause de non-respect de ces consignes. Les élèves n'ont pas le droit de traverser le terrain de football.

Différentes aires de stationnement publiques et payantes sont disponibles aux alentours du site du Sportlycée. Le stationnement n'est pas autorisé sur le site de l'INS.



## 07. ESPACES DE RÉCRÉATION

Avant 8h00, l'accès aux couloirs A, B et C du bâtiment principal est interdit. Dans le cas d'un changement de salle prévu dans l'horaire scolaire, les élèves sont priés de l'effectuer dans le calme, mais rapidement et sans détour.

Pendant la récréation de 9h45 à 10h00, les élèves n'ont pas le droit de quitter l'enceinte du lycée. Ils doivent cependant quitter leurs salles de classes, y compris les salles de sport. Seuls les élèves chargés par le régent de classe de services spéciaux (nettoyage du tableau noir, aération et rangement de la salle,...) sont autorisés de rester dans la salle tant que leurs fonctions l'exigent. Pendant les récréations et lors de la pause de midi, les couloirs, tout comme les escaliers doivent rester dégagés. Les élèves peuvent séjourner au foyer, au hall d'entrée, au lounge et dans la cour. L'accès aux toilettes est bien entendu admis. Le passage depuis le bâtiment principal vers la cafétéria / le restaurant est toléré.

5 minutes avant la fin de la récréation ainsi que de la pause de midi, il est néanmoins permis de se rendre dans les couloirs A, B et C pour accéder aux casiers.

Attention: Il est interdit d'utiliser le terrain d'athlétisme ainsi que le parking réservé au personnel en tant qu'espace de récréation. Il est interdit de s'asseoir sur les matelas des installations du saut en hauteur ainsi que du saut à la perche.

## 08. RESTAURATION

Les classes de 7<sup>e</sup>/6<sup>e</sup>/8<sup>TE</sup> doivent déjeuner au restaurant scolaire à l'heure indiquée sur leur emploi du temps. Les autres classes sont libres de manger à l'endroit de leur choix. Exploités par le service de la restauration scolaire Restopolis en collaboration avec l'INS, les services suivants sont proposés:

Heures	Cafétéria	Restaurant	Foyer
07.30 – 08.00	Accueil et petit-déjeuner (sandwichs, viennoiseries, boissons)	/	
09.45 – 10.00	Sandwichs, viennoiseries, boissons	Collation : Müsli pour tous les élèves	Sandwichs, viennoiseries, boissons, (distributeurs)
11.40 – 13.15	Petite restauration	Repas de midi (Menus disponibles sur restopolis.lu)	
14.50 – 16.30	Collations : Sandwichs, panini, salade de fruits, produits laitiers	/	

Pendant les cours, la consommation d'eau minérale est tolérée. La consommation de tout autre aliment (y compris les fruits frais mis à la disposition des élèves) est interdite dans les salles de classe et les couloirs.

## 09. CARTE SCOLAIRE

Chaque élève obtient une carte scolaire MyCard, qui servira en tant que carte-étudiant, titre de transport, carte-copies, carte-restauration et carte-bibliothèque. Elle représente la pièce d'identité de l'élève à l'intérieur de l'établissement scolaire du Sportlycée. À tout moment de sa présence dans l'enceinte de l'école, l'élève devra être en possession de sa carte d'élève et la présenter sur demande de chaque enseignant, surveillant et membre du personnel technique et administratif.

Pour le service restauration scolaire : La carte peut être chargée, soit à l'aide d'une carte de crédit par internet, soit à la caisse du restaurant scolaire ou de la cafétéria.

Pour le service photocopies : La carte doit être chargée au secrétariat.

En cas de perte ou de détérioration de la carte, l'élève doit payer 5 EUR pour le renouvellement de la carte au secrétariat.

Pour en savoir plus, veuillez visiter le site [www.restopolis.lu](http://www.restopolis.lu) et le site [www.mycard.lu](http://www.mycard.lu).

## 10. WEBUNTIS (Livre de classe électronique)

Le livre de classe électronique sera consultable dès le 18 septembre 2017. Les parents et les élèves y pourront consulter les horaires de cours, les inscriptions, les devoirs à domicile et les dates des devoirs en classe de leur enfant.

Le livre de classe électronique est accessible à travers les liens rapides qui se trouvent sur le site [www.sportlycee.lu](http://www.sportlycee.lu) et en utilisant le login IAM de l'élève.

## 11. CASIERS

Chaque élève loue obligatoirement un casier pour toute l'année scolaire. Une caution de 25 EUR devra être remise au concierge afin d'obtenir une clé. La caution sera restituée après vérification de l'état du casier et remise de la clé. Tout dégât du matériel ou toute perte de la clé est à charge de l'élève et doit être immédiatement signalé au concierge. Si une porte doit être remplacée suite à un acte de vandalisme de la part de l'élève, le coût de la porte s'élève à 125 EUR.

Chaque élève doit veiller à avoir le matériel nécessaire pour toutes les leçons consécutives avant le début des cours. À cette fin, les élèves ont le droit d'accéder aux casiers 5 minutes avant la fin de la récréation et de la pause de midi. Un élève, ayant oublié son matériel scolaire dans son casier, sera sanctionné d'une inscription «oubli matériel». Le cas échéant, l'enseignant pourra autoriser l'élève à quitter la salle de classe après le début du cours pour récupérer son matériel scolaire dans le casier. Si un élève a oublié ou perdu sa clé, il est accompagné par un membre de l'équipe technique pour ouvrir son casier. Les élèves ne recevront plus de clé de rechange.

## 12. COPIES

Un forfait annuel de 30 EUR par élève est remis au régent de classe au début de l'année scolaire. Ce forfait couvre toutes les photocopies distribuées au cours de l'année scolaire.

Les élèves peuvent faire des photocopies sur les machines installées au couloir D2 (en face du SePas) et sur celle installée à la bibliothèque. Pour pouvoir profiter de ce service, les élèves doivent au préalable charger leur « mycard » au secrétariat. Ils posent ensuite leur carte sur le plateau de la machine prévu à cet effet pour activer la machine.

## 13. ORDINATEURS

L'utilisation du poste sur le pupitre est strictement réservée à l'enseignant. Les élèves peuvent emprunter des ordinateurs portables lors des heures d'études. L'emprunt et la restitution se font à la bibliothèque.

Tout dégât matériel est assimilé à un acte de vandalisme.

Chaque élève possède un login IAM qu'il gardera tout au long de son cursus scolaire. Il est interdit de se connecter sur un ordinateur en utilisant une fausse identité. Chaque élève est tenu de connaître son mot de passe personnel. Sans identifiant ou code correct une utilisation est impossible.

En cas d'oubli, l'élève est tenu de demander un nouveau code d'activation auprès de iam.education.lu (préférez l'option guichet local : le code sera transmis par courriel au secrétariat où l'élève peut le récupérer).

Pour les enseignants, la réservation de tout matériel informatique et multimédia (beamer, radio, cd, haut-parleurs, etc.) se fait au secrétariat.

Lorsqu'une classe utilise des ordinateurs portables, les élèves peuvent imprimer des documents qui sortiront sur une imprimante à la bibliothèque.

L'identifiant IAM permet d'avoir accès à Office 365. Chaque élève peut installer une version Office 2016 et doit profiter du service OneDrive (cloud de stockage).

Ce service permet d'une part aux enseignants et aux différents services de partager des fichiers avec les élèves et d'autre part aux élèves de stocker leurs fichiers personnels et d'y avoir un accès transparent et sûr et ceci dans divers endroits ou sur différents appareils (portables, tablettes, smartphones etc.). A partir de la rentrée 17/18, le lycée et les enseignants utilisent l'adresse email [iam@school.lu](mailto:iam@school.lu) pour communiquer avec les élèves. Chaque élève doit donc activer cette adresse email et consulter son courriel régulièrement.

## 14 DÉCLARATION D'ACCIDENTS

Pour tout accident survenu en classe, pendant le trajet ou les activités para- et périscolaires où la visite d'un médecin était nécessaire, il est indispensable de remplir une déclaration d'accident. Les élèves doivent se rendre dans les

meilleurs délais au secrétariat pour remplir cette déclaration.

Une déclaration d'accident doit être remplie à chaque fois qu'un accident est survenu dans lequel un autre membre de la communauté scolaire (enseignant, élève, personnel technique et administratif) était directement impliqué. Par ailleurs, ni la perte, ni le vol ne sont pris en charge par l'assurance.

En aucun cas, un élève ne pourra emmener un autre élève en voiture lors des heures de cours, sauf si une autorisation écrite des parents a été remise à la direction. Les fédérations sportives sont responsables de tout accident qui se déroule lors des entraînements spécifiques.

## **15. ADMISSION & PARCOURS AU SPORTLYCÉE**

L'article 11 de la loi portant création du Sportlycée définit les critères d'admission et de maintien au Sportlycée.

« Art. 11. Pour être admissible au Sportlycée, l'élève doit respecter les critères d'admission tels qu'ils sont définis par la législation en vigueur pour les lycées et lycées techniques. Par ailleurs, il doit remplir des critères d'admission supplémentaires relatifs à son potentiel et ses performances sportives. Ces critères sont déterminés par le règlement grand-ducal du 11 mai 2013 déterminant les critères sportifs pour être admissible au Sportlycée et les modalités du fonctionnement du comité de coordination.

Les inscriptions se font sur base de propositions des fédérations sportives ayant signé une convention au sens de l'article 5. Elles sont acceptées par le comité de coordination qui peut, en outre et à leur demande, procéder à l'inscription de candidats individuels non proposés par une fédération, sur base des mêmes critères sportifs.

L'élève qui ne satisfait plus aux critères d'admission peut être obligé de quitter le Sportlycée à la fin de l'année scolaire. Le directeur et le Service psycho-social et d'accompagnement scolaires assistent l'élève afin qu'il puisse continuer sa scolarité dans un autre lycée. »

## **16. CHANGEMENT DE LYCÉE**

a. Si un élève désire quitter le Sportlycée, il doit demander une réunion de concertation regroupant la direction, le régent, la fédération, le tuteur, le SePAS, les parents et l'élève.

b. Une lettre de motivation devra être adressée à la direction.

c. Suite à l'accord de la direction, une fiche de départ sera remise à l'élève. Cette fiche permettra l'inscription à un autre lycée.

Un changement de lycée n'est possible qu'en fin d'année scolaire.

## **17. VACANCES SCOLAIRES du Sportlycée**

- L'année scolaire commence le vendredi 15 septembre 2017 et finit le vendredi 13 juillet 2018.
- Le congé de la Toussaint commence le samedi 28 octobre 2017 et finit le dimanche 5 novembre 2017.
- Les vacances de Noël commencent le samedi 16 décembre 2017 et finissent le lundi 1<sup>er</sup> janvier 2018.
- Le congé de Carnaval commence le samedi 3 février 2018 et finit le dimanche 18 février 2018.
- Les vacances de Pâques commencent le samedi 31 mars 2018 et finissent le dimanche 15 avril 2018.
- Jour férié légal: le mardi 1<sup>er</sup> mai 2018.
- Jour de congé pour l'Ascension: le jeudi 10 mai 2018.
- Le congé de la Pentecôte commence le samedi 19 mai 2018 et finit le dimanche 27 mai 2018.
- Jour de congé pour la célébration publique de l'anniversaire de S.A.R. le Grand-Duc: le samedi 23 juin 2018.
- Les vacances d'été commencent le samedi 14 juillet 2018 et finissent le dimanche 16 septembre 2018.

## **18. COMITE DES ENSEIGNANTS, DES ÉLÈVES ET DES PARENTS**

Les listes des membres sont publiées sur le site [www.sportlycee.lu](http://www.sportlycee.lu).

# **B. Discipline**

## **01. RETARDS**

En général, tout élève est tenu à utiliser un moyen de transport qui lui permet d'arriver à l'heure.

Tout retard sera inscrit au livre de classe. Quatre retards seront sanctionnés par un rattrapage forcé de 2 heures.

Les retards seront additionnés de façon continue, un total cumulé de 50 minutes est considéré comme une leçon non excusée, inscrite au bulletin. Les retards influencent la note de conduite.

Tout retard dû à des problèmes du transport public officiellement communiqués sera excusé.

## **02. CONDUITE LORS DES RÉCRÉATIONS**

Les élèves sont tenus à respecter l'utilisation des espaces de récréation, ainsi que de connaître le règlement d'ordre intérieur et de discipline. Nous insistons sur les articles suivants :

« Le passage dans les corridors, les dégagements et les escaliers s'effectue en bon ordre et selon les instructions des surveillants. Les jeux brutaux et les bousculades sont interdits, de même que le jet de projectiles et de boules de neige (Art. 8.) »

« Pendant la durée des cours, pendant les récréations et les intervalles entre les cours, aucun élève ne peut quitter l'enceinte de l'établissement sans autorisation du directeur ou du titulaire du cours (Art. 10.) »

« Chaque élève est tenu de respecter les décisions et de suivre les consignes des enseignants et du personnel administratif et technique. »

Le cas échéant, les enseignants ainsi que le personnel administratif et technique sont autorisés à retirer la carte scolaire de tout élève n'ayant pas respecté les règles de discipline. Ce non-respect des consignes sera alors signalé à la direction qui prendra les mesures disciplinaires qui s'imposent.

### 03. PROPRETÉ & RESPECT DES INFRASTRUCTURES

Tout membre de la communauté scolaire est responsable du maintien de la propreté et de l'état des infrastructures du site du Sportlycée:

« Tout élève qui endommage volontairement les aménagements, les installations ou les bâtiments du lycée est sanctionné et peut être obligé à supporter les frais de réparation. Le lycée peut refuser la délivrance des bulletins scolaires, de certificats d'études et de tout autre document en rapport avec la scolarisation de l'élève fautif jusqu'au remboursement des frais de réparation. (Art. 19) »

Les élèves sont tenus à respecter l'environnement et à participer au tri des déchets. À cette fin, des poubelles de couleurs différentes sont installées sur le site du Sportlycée pour recycler papier, plastique et autres déchets.

#### **En général:**

- tous les déchets sont à jeter dans les poubelles respectives:
  - Vertes/grises: déchets résiduels
  - Jaunes: déchets recyclables (bouteilles PET, canettes, (≠ gobelets café!))
  - Bleues: papier/carton.
- les élèves veillent à ne pas détériorer les infrastructures du lycée, notamment leur propre salle de classe. Il est ainsi défendu aux élèves de salir ou d'endommager les casiers, les bancs, le pupitre, les tableaux et, en général, tous les objets quelconques qui se trouvent dans les salles de classe. Il leur est interdit de griffonner et de graver quoi que ce soit sur les murs et sur les bancs. Les élèves sont responsables de toute dégradation faite par eux.
- tout matériel (livres, jeux, matériel de travaux pratiques, ...) mis à la disposition de l'élève par l'école est à remettre à la place prévue à cet effet.

Dans les salles de classe, les élèves sont responsabilisés à respecter les consignes suivantes :

- ils veillent à ce qu'il y ait de la craie et une éponge dans leur salle de classe (La craie et les éponges sont disponibles à la loge du concierge. Chaque classe a droit à deux éponges par semestre.)
- à la fin de chaque leçon, le tableau noir doit être effacé
- dans chaque salle de classe, les élèves doivent ranger leurs sacs de sport avec soin dans les étagères prévues à cet effet
- à la fin de la journée, les élèves remettent les bancs à leur place initiale; les chaises doivent être posées sur les bancs
- tout matériel scolaire personnel doit être soigneusement rangé à la fin de chaque cours

## **04. TÉLÉPHONES MOBILES & UTILISATION WI-FI**

L'utilisation des téléphones mobiles est strictement interdite dans l'enceinte de l'établissement, sauf dans le couloir D avant 08h00, lors de la récréation entre 09h45 et 10h00, lors de la pause de midi, en cas de libération des cours et à la fin de la journée scolaire. Durant ces périodes, un réseau Wi-Fi étudiant est accessible gratuitement au foyer, au lounge et dans les cours extérieures.

Le reste du temps, les téléphones mobiles doivent être éteints et rangés dans les poches des manteaux, les cartables etc. L'utilisation non autorisée d'un téléphone mobile entraîne une confiscation de l'appareil (avec carte SIM) pour la durée d'une semaine.

Ceci vaut également pour les heures de surveillance, d'appui et d'études.

L'utilisation du portable, même pour écouter de la musique, est interdite.

Attention: La prise de photos et de vidéos de toute personne n'ayant pas donné son accord formel est considérée comme une atteinte à la vie privée, délit pouvant être persécuté pénalement.

## **05. INSCRIPTIONS AU LIVRE DE CLASSE**

- Quatre inscriptions pour oubli (matériel scolaire, devoirs à domicile, etc.) seront également sanctionnées par un rattrapage d'une heure le vendredi de 15H00 à 16H00.
- Trois inscriptions au livre de classe pour manque de discipline par au moins deux enseignants différents entraînent une retenue de 2 heures, le vendredi de 15H00 à 17H00.
- A partir de la 2e retenue par semestre scolaire, l'élève pourra également être sanctionné par une retenue de 2 heures le samedi matin de 9H00 à 11H00.
- Les retenues et rattrapages ne seront en général pas reportés pour des raisons sportives, sauf si une demande d'ARS a déjà été accordée à l'avance.



# C. Programme sportif

## 01. COMMUNICATION ENTRE ÉLÈVES, ENTRAÎNEURS, ENSEIGNANTS ET KINÉS

- L'entraîneur fédéral est responsable pour la coordination du programme sportif.
- À la rentrée scolaire, les entraîneurs inscrivent leurs athlètes dans les modules pour toute la durée de l'année scolaire (PPG).
- L'élève ne peut changer de module (PPG) sans communication préalable entre l'entraîneur et l'enseignant.
- L'entraîneur est responsable d'informer les enseignants sur une éventuelle adaptation ponctuelle du programme sportif au Sportlycée en cas de compétitions, surcharge ou pour des raisons de périodisation de l'entraînement.
- Une communication entre les entraîneurs, les kinés et les professeurs d'éducation physique sur la présence d'athlètes en réathlétisation pendant les heures d'entraînement spécifiques est obligatoire.

## 02. DISCIPLINE

- Les élèves ne doivent laisser aucun objet de valeur dans les vestiaires. Chaque élève dispose d'un casier personnel au lycée. Le lycée n'assume aucune responsabilité en cas de vol ou d'endommagement des objets personnels des élèves.
- Les élèves doivent s'approvisionner en eau avant le début des cours.
- Il est interdit de manger et d'apporter des boissons sucrées dans les salles de sport ainsi que dans les vestiaires.
- Une visite au médico sportif ne dispense l'élève que pour le temps de visite.
- Les visites médicales ou chez un kinésithérapeute ne sont pas autorisées pendant les heures de cours sauf avec autorisation de la direction.
- L'élève n'a pas le droit de quitter l'enceinte du complexe sportif avant la fin des cours, sauf si l'élève est dispensé d'un cours ou si la classe a été libérée pour cause d'une absence d'un enseignant.

# **D. Encadrement & soutien de l'élève**

## **01. TUTORAT DE L'ÉLÈVE**

Pour le soutien des élèves-sportifs, un tutorat est mis en place.

En fonction du nombre d'élèves par fédération fréquentant le Sportlycée, il existe 1 à 2 tuteurs par fédération.

Le tuteur a comme mission d'être une personne de contact et de confiance pour les élèves et d'encourager une bonne communication entre les enseignants et les entraîneurs. Il suit le parcours scolaire des élèves et surveille la charge globale (école + sport). Le tuteur n'est pas en charge pour trouver des solutions face à d'éventuels problèmes, mais plutôt pour les diagnostiquer et les signaler aux services compétents qui se chargeront du suivi du problème.

## **02. GESTION DES ABSENCES**

Nous prions les parents ou la personne investie du droit de l'éducation de signaler toute absence en classe au secrétariat du lycée avant le début des cours.

Cela peut être fait par téléphone au 26 75 05 1

ou par email à l'adresse [secretariat@sportlycee.lu](mailto:secretariat@sportlycee.lu).

Chaque absence est inscrite au livre de classe électronique.

### **a. Maladies ou autres absences motivées**

L'information de l'absence sera transmise moyennant notre livre de classe électronique aux titulaires des cours concernés et au régent.

L'élève qui, pour cause d'indisposition ou cas de force majeure, se voit obligé de quitter le lycée au courant de la journée, est tenu d'avertir avant son départ l'enseignant et le secrétariat, qui s'efforcera d'informer immédiatement les parents ou la personne investie du droit d'éducation.

L'élève mineur ne pourra quitter l'enceinte du lycée sans autorisation préalable des parents.

Une excuse écrite et signée pour toute absence doit parvenir au régent dans les trois jours suivant l'absence. Une fiche à remplir peut être téléchargée du site WebUntis.

Un certificat médical est obligatoire en cas de toute absence pour cause de maladie s'étendant sur plus de trois jours de classe ou si le régent l'exige.

Comme les entraînements spécifiques se déroulent sous la responsabilité de la fédération concernée, toute absence à un entraînement fédéral doit être signalée à l'entraîneur.

## **b. Absences pour raisons sportives (ARS)**

Les absences pour raisons sportives (ARS) représentent l'une des spécificités du Sportlycée. Ce privilège qui présuppose une organisation et une autonomie accrue de la part de l'élève, est cependant lié à la condition d'un comportement et d'un engagement scolaire méritant.

Toutes les ARS (compétitions et stages) lors des périodes scolaires sont coordonnées par le lycée, en concertation étroite avec la fédération sportive et les parents. Les fédérations sont dans l'obligation de fournir leur programme sportif ainsi que toute absence prévisible au service ARS.

Il est nécessaire que le Sportlycée soit également informé à l'avance sur les déplacements sportifs lors d'un weekend ou de vacances scolaires, si ces déplacements influencent la préparation des cours ou des devoirs en classe.

Le suivi administratif et pédagogique en relation avec les déplacements des élèves sportifs est coordonné par Mme Stéphanie Hinger.

Contact : [ars@sportlycee.lu](mailto:ars@sportlycee.lu) 26 75 05 50

## **c. Statut ARS :**

Au début de chaque semestre, le conseil de classe attribue à chaque élève un statut ARS.

Selon l'opinion du conseil de classe qui prend en compte la conduite et l'application de l'élève au cours du semestre précédent, ce statut peut varier entre:

- **Vert** une ARS sera accordée
- **Orange** le comportement et (ou) l'application de l'élève n'était pas satisfaisant. Lors d'une demande ARS, le conseil de classe sera consulté afin de décider si l'élève peut participer au stage ou à la compétition.
- **Rouge** aucune ARS ne sera accordée pour une période définie

Ce statut doit permettre à l'élève d'évaluer clairement sa situation. En adaptant son comportement et son engagement scolaire, l'élève peut faire évoluer son statut initial au cours de l'année et ainsi éviter un éventuel refus d'ARS. Si le statut passe à «orange» respectivement «rouge», l'entraîneur fédéral, l'élève et les parents seront informés et pourront être invités à une réunion regroupant l'élève, les parents, le tuteur, le régent, la responsable ARS, la direction et l'entraîneur.

### **d. Procédure d'une ARS :**

A partir du moment où un déplacement en période scolaire est prévisible, le sportif doit lui-même s'investir dans une communication efficace avec les enseignants et le service ARS. Une préparation autonome de son absence permet à l'élève d'anticiper les conséquences de son déplacement sur le cursus scolaire.

L'élève sportif est responsable de rattraper ses matières. Pour chaque déplacement, un «study buddy» doit être défini par le service ARS et l'élève sportif afin d'avoir un camarade de classe qui l'informe sur les cours à rattraper. Le «study buddy» communiquera avec le service ARS pendant la durée de l'absence de son camarade.

- Pour une absence inférieure à 3 jours, le «study buddy» s'occupera de rassembler tout le matériel nécessaire afin que l'élève soit informé dès son retour et l'élève s'occupera d'effectuer les copies des cours manqués.
- Pour une absence égale ou supérieure à 3 jours, le «study buddy» s'occupera de rassembler tout le matériel nécessaire, et le service ARS s'occupera de la mise en ligne sur Office 365 des cours manqués. (Si l'élève a accès lors de son déplacement)

Les copies réalisées sont à charge du lycée.

Les heures d'absences dues aux stages et compétitions ne sont pas cumulées dans les absences ordinaires, mais seront inscrites comme remarque spécifique au bulletin.

### **Avant le départ :**

- Une demande ARS doit être complétée et transmise par la fédération au service ARS par email ([ars@sportlycee.lu](mailto:ars@sportlycee.lu)) au moins 7 jours avant la date du départ éventuel. Dans certains cas exceptionnels (comme par exemple lors d'une nomination de remplacement), une demande tardive pourra être introduite. Les demandes d'absence qui ne sont pas introduites dans les délais ne pourront pas être considérées.

### **Attention :**

Toute demande ARS doit impérativement passer par la fédération concernée. Ainsi les clubs doivent adresser leur demande à la fédération, qui, par la suite, décidera de remplir ou non une demande ARS qui sera envoyée au Sportlycée.

- Le statut de l'élève sera pris en considération. Si le statut est «orange», la direction et le conseil de classe peuvent à tout moment refuser l'accord pour une ARS si le comportement et/ou l'engagement de l'élève rendent cette mesure nécessaire.
- L'élève doit se présenter au service ARS au moins une semaine avant

le déplacement afin de récupérer une fiche qu'il devra présenter aux enseignants pour être informé des devoirs à faire lors de son déplacement.

### ***Pendant le déplacement:***

- L'élève doit effectuer les devoirs à réaliser inscrits sur sa fiche.
- Si l'élève est absent pendant plus de deux jours, un contact par email sera mis en place et les cours seront mis en ligne sur Office 365.

### ***Au retour:***

- Dès le retour du sportif, il doit se présenter au service ARS.
- Le service ARS contrôle la réalisation des devoirs imposés.  
En fonction des lacunes accumulées par le sportif, la ou les premières séances d'entraînement fédéral pourront être remplacées par des cours de rattrapage et/ou d'appui.

## **03. RATTRAPAGE DE DEVOIRS EN CLASSE**

Un élève n'ayant pas pu écrire un devoir en classe à sa date prévue, quelle qu'en soit la cause, est tenu de se concerter avec l'enseignant concerné dans les meilleurs délais, et de fixer une nouvelle date pour le devoir de rattrapage.

Les devoirs de rattrapage pourront avoir lieu les lundis, mercredis et vendredis de 15h à 17h ainsi que les jeudis de 13h00 à 15h00 et sont coordonnés par l'équipe éducative du SePAS.

En cas de rattrapage pour cause d'ARS, la flexibilité est accrue, par exemple pour faire un devoir au SePAS en cours de journée.

## 04. SUIVI SCOLAIRE

### **Cours de rattrapage ou d'appui individuel ou collectif**

Des cours d'appui en langues et en mathématiques sont proposés par des enseignants dès la rentrée scolaire.

Avant de se rendre au cours d'appui, l'élève doit clairement préparer ses questions et définir le type d'aide dont il a besoin. Au cas contraire, le titulaire du cours d'appui pourra décider d'expulser l'élève pour les séances à venir.

Dans ce même contexte le Sportlycée propose également le service "Schüler hëllef Schüler". L'idée consiste à ce que des élèves motivés du cycle moyen et supérieur, remplissant certains critères, donnent des cours d'appui à d'autres élèves ayant un besoin. Sur demande, une liste d'enseignants freelance externe, offrant du cours d'appui individuel, pourra également être distribuée. L'organisation de ces appuis se fera par le service SePAS.

Contact: [sepas@sportlycee.lu](mailto:sepas@sportlycee.lu) ou Tél.: 26750542

Après une absence pour raisons sportives, des cours de rattrapage individuels peuvent être organisés par le service ARS pour assurer la mise à niveau.

Contact: [ars@sportlycee.lu](mailto:ars@sportlycee.lu) ou Tél.: 26750550

## 05. FOYER

Le Sportlycée organise un «Foyer» qui fonctionne après les heures de cours jusqu'à 18 heures. L'idée consiste à offrir aux élèves un encadrement individuel qui se compose d'aides aux devoirs (études), possibilités de prendre une collation (à charge de l'élève), d'activités périscolaires et du transport aux entraînements.

Les parents doivent inscrire leur enfant au «Foyer du Jour» moyennant un formulaire qui est à renvoyer au SePAS.

Le service est assuré par l'équipe éducative du Sportlycée qui pourra fournir de plus amples explications.

Contact : [foyer@sportlycee.lu](mailto:foyer@sportlycee.lu) 26 75 05 42

## 06. INTERNAT

L'internat du Sportlycée est situé à côté du bâtiment scolaire à l'étage supérieur de l'INS. La capacité maximale d'accueil est limitée à 30 élèves, répartis sur 15 chambres.

Chaque chambre est équipée d'une salle de bains.

Une grande importance est attachée au respect mutuel et nous tenons à ce que les élèves se sentent à l'aise et puissent s'épanouir. Les élèves de l'internat forment une communauté et sont censés participer à la vie en groupe.

Pendant les études, les élèves révisent de manière autonome, assistés par les membres de l'équipe éducative. En plus, ils ont la possibilité de s'inscrire dans des cours d'appui, organisés par le Sportlycée.

L'internat dispose d'une place commune avec des jeux de société, console de jeux, etc.

L'équipe éducative offre diverses activités aux élèves. Le temps libre des élèves étant limité, en raison des nombreuses heures d'entraînement, ces activités sont adaptées en fonction des programmes individuels.

L'équipe éducative offre un service de transport aux entraînements de 16h00 à 20h30.

### **Frais de logement :**

Le Sportlycée propose plusieurs formules d'hébergement. En raison d'un nombre de chambres limité, la priorité sera accordée à ceux qui résident toute la semaine.

Pour une nuit par semaine, le forfait est de 180 EUR par an.

Les repas ne sont pas inclus dans ce prix, ils sont débités de la carte d'élève.

L'internat est ouvert de lundi 7h00 jusqu'au vendredi 12h00.

L'internat est coordonné par Mme Anne Klein, éducatrice diplômée au Sportlycée.

Contact : [internat@sportlycee.lu](mailto:internat@sportlycee.lu) 691 267 505

Le règlement interne de l'internat peut être consulté sur le site [www.sportlycee.lu](http://www.sportlycee.lu).

## 07. COPS

La Cellule pour l'Optimisation de la Performance Sportive (COPS) s'adresse aux entraîneurs fédéraux, aux élèves du Sportlycée ainsi qu'à tous les sportifs des centres de formation et des cadres fédéraux.

Cette cellule multidisciplinaire comprend 3 tronc principaux ayant pour objectifs l'évaluation de la performance sportive et le testing des progressions des aptitudes physiques, la préparation mentale et le suivi alimentaire du sportif.

**a.** L'évaluation et le testing sportifs se font sur demande de l'entraîneur fédéral et comprennent (liste non-exhaustive):

- Tests de terrain classiques
- Tests spécifiques par discipline sportive
- Tests de détente et de réactivité
- Screening et composition corporels
- Tests de force et puissance musculaire
- Tests de lactatémie
- Souplesse
- Analyse des échanges gazeux pendant différents tests maximaux et sous-maximaux

Un rapport détaillé et des recommandations pour l'entraînement sont transmis aux entraîneurs fédéraux après chaque batterie de tests. Sur demande explicite des entraîneurs, la cellule propose l'élaboration de programmes individuels en vue de l'amélioration de la performance.

Les rendez-vous sont fixés sur demande des fédérations et selon disponibilité. L'endroit des tests est à convenir entre la cellule et la fédération.

**b.** La préparation mentale du sportif:

- Evaluation des aptitudes et des stratégies des athlètes (Tests standardisés)
- Goal-Setting; Gestion des émotions
- Dynamique de groupe
- Techniques: Imagerie, monologue interne, concentration

**c.** Le suivi diététique

- Anamnèse alimentaire détaillée (historique, habitudes, goûts, aversions, croyances)
- Anamnèse des entraînements, compétitions, phase de repos, ...
- Etablir un plan alimentaire détaillé et personnalisé au quotidien, en phase de préparation de compétitions, pendant les compétitions, après les compétitions et au repos



- Tenant compte de la personnalité du sportif, de ses préférences et aversions, de ses croyances
- Education alimentaire
- Education et conseils par rapport aux compléments alimentaires

Les rendez-vous sont fixés sur demande des sportifs, des parents, des entraîneurs, des fédérations et selon les disponibilités. La nutritionniste est présente au lycée le mercredi de 8h00 à 13h00 ou sur rendez-vous.

**Equipe du COPS** Contact : [cops@sportlycee.lu](mailto:cops@sportlycee.lu)

- |                          |                     |             |
|--------------------------|---------------------|-------------|
| • Tammy Diderich :       | Nutritionniste      | 26 75 05 23 |
| • Stéphanie Veillevoye : | Kinésithérapeute    | 26 75 05 51 |
| • Chris Richartz :       | Kinésithérapeute    | 26 75 05 52 |
| • Alioune Touré :        | Psychologue sportif | 26 75 05 43 |

## 08. SUIVI MÉDICAL

Les contraintes imposées à l'organisme par le sport de haut niveau sont très importantes, d'où la nécessité d'examen médicaux préventifs réguliers.

A l'admission au Sportlycée, ainsi qu'à l'âge de 14, 16 et 18 ans, un examen médical obligatoire et adapté à la pratique sportive est réalisé et comprend:

- Examen orthopédique et général
- Contrôle de l'état actuel de vaccination
- Mesures anthropométriques (taille/poids)
- Tests de vue et auditif, analyse d'urine
- Électrocardiogramme de repos
- Prescription d'une analyse sanguine (à charge du sportif)
- Analyse du comportement alimentaire

Chaque élève recevra par courrier une convocation aux examens médicaux. Tout empêchement doit être communiqué à l'infirmière et doit être dûment motivé (Tél: 24 78 34 72).

Le suivi médical du Sportlycée comprend l'examen médico-sportif nécessaire à l'obtention de la licence sportive de club.

Pour toute question ou problème d'ordre médical, une infirmière est présente quotidiennement sur le site de l'INS. Un médecin est disponible 3 jours par semaine pour la prise en charge des urgences et des examens médicaux. Une collaboration avec la médecine sportive de la clinique d'Eich (CHL) a été mise en place afin de garantir une prise en charge rapide en cas de blessures/maladies aiguës.

Sauf en cas d'urgences ou avec l'autorisation de la direction, toute visite médicale lors des cours scolaires est interdite.

L'encadrement médical, assuré par le service médico-sportif du Département Ministériel des Sports, n'entend nullement remplacer les médecins traitant de l'élève sportif.

Les aspects spécifiques à la pratique sportive (aptitude/recommandations) sont communiqués régulièrement aux kinésithérapeutes du Sportlycée, sous respect du secret médical, afin de permettre l'élaboration de programmes de prévention.

## **09. SUIVI PARAMÉDICAL**

Le service paramédical du Sportlycée a pour première mission l'accompagnement des élèves blessés pendant les heures d'EPS, PMG, PPMG, PPG et des entraînements fédéraux matinaux.

En fonction du type de blessure et des besoins du sportif, l'équipe paramédicale propose un programme alternatif individualisé, une rééducation adaptée et/ou un travail des faiblesses et des déficits. Les objectifs de cette prise en charge sont le maintien de la condition physique de l'élève, la préparation et l'accompagnement vers une reprise sportive progressive et en toute sécurité, et la minimisation des risques de récurrences de blessures.

Des programmes de prévention des blessures sportives sont élaborés sur base de données récoltées par le médecin-orthopédiste pendant les consultations médico-sportives prévues par le Sportlycée. Ces programmes de prévention seront envoyés par courrier aux parents des élèves et par e-mail aux entraîneurs fédéraux responsables. Ils sont mis en place de sorte à ce qu'ils puissent être réalisés à domicile, ou en fin d'entraînement sans avoir recours à du matériel spécifique.

Une première prise en charge des sportifs de tous les centres de formation est possible sur demande tous les après-midis (LU-VE) en dehors des heures de cours au bureau du service paramédical (aile D1) et a pour but l'établissement d'un premier diagnostic, une prise en charge rapide et la coordination des soins avec les services médicaux.

L'encadrement, assuré par le service paramédical du Sportlycée, ne prévoit pas de traitement complet proprement-dit et n'entend nullement remplacer le kinésithérapeute traitant de l'élève sportif.

Contact : [kine@sportlycee.lu](mailto:kine@sportlycee.lu) 26 75 05 51/52

## 10. SUIVI ANTIDOPAGE

L'encadrement des jeunes élèves sportifs comporte la sensibilisation, l'information et l'éducation en matière de lutte antidopage.

Tous les nouveaux/elles athlètes doivent parcourir une formation via un outil „e-learning“.

Il est fortement conseillé aux élèves sportifs de consulter dès à présent le site internet de l'Agence Luxembourgeoise Antidopage ([www.alad.lu](http://www.alad.lu)) où des informations utiles peuvent être trouvées (p.ex. la liste des substances et méthodes interdites en vigueur, les procédures à suivre en cas de nécessité d'un traitement par une substance se trouvant sur la liste).

Pour toute question supplémentaire concernant la lutte antidopage, les élèves sportifs et leur entourage pourront également contacter l'ALAD.

Dans le cadre de la prévention, d'autres thèmes comme l'alcool, le tabac, les drogues, le SIDA, etc. seront abordés.