EPS et activité physique dans le projet d’école

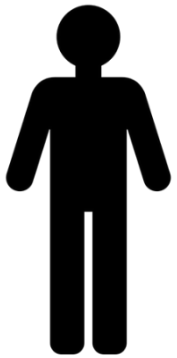
Sédentarité : des paroles aux actes

Constats et recommandations (OMS, FF cardiologie)

en 2020

5-17 ans

18 %



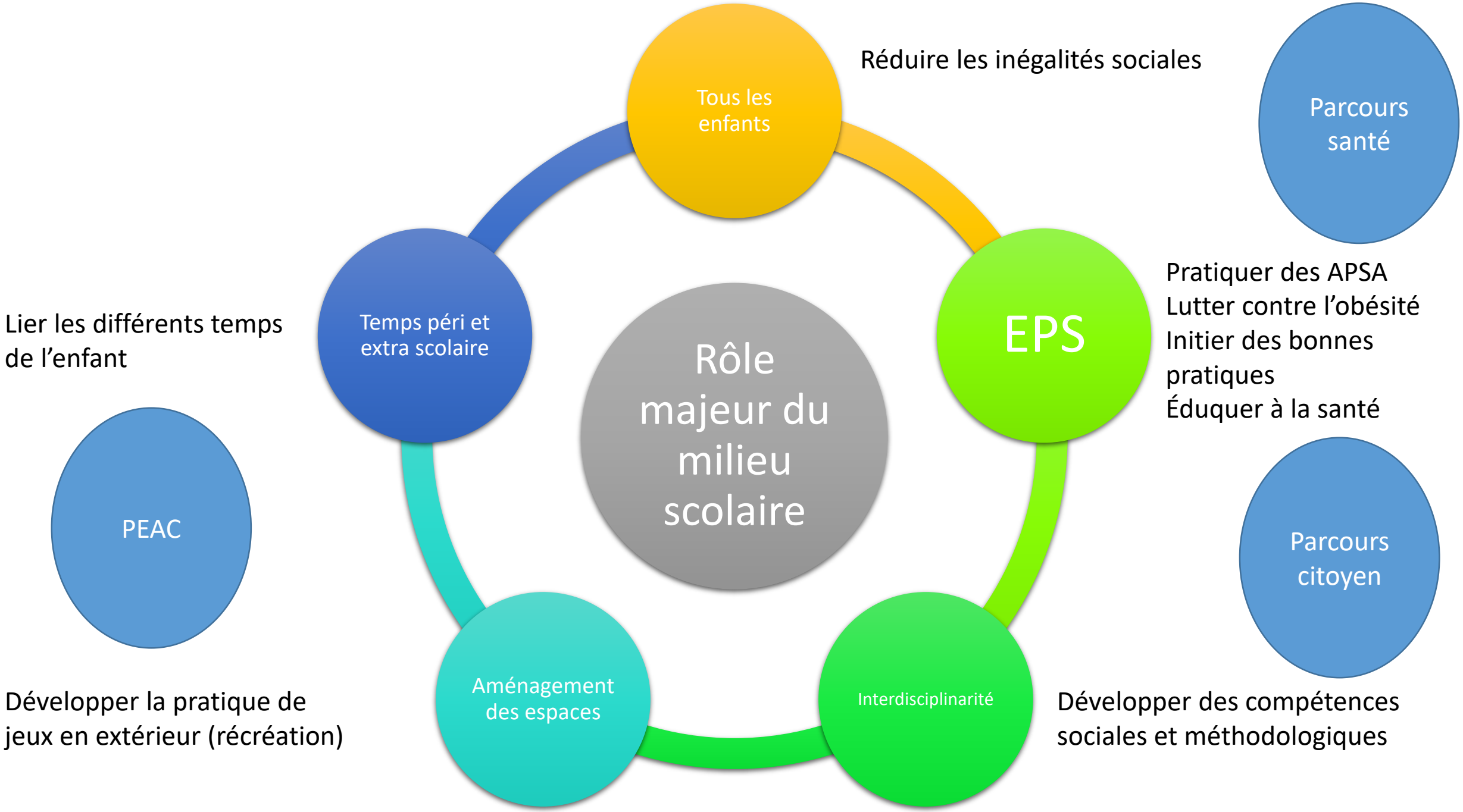
60 minutes par jour d'activité physique

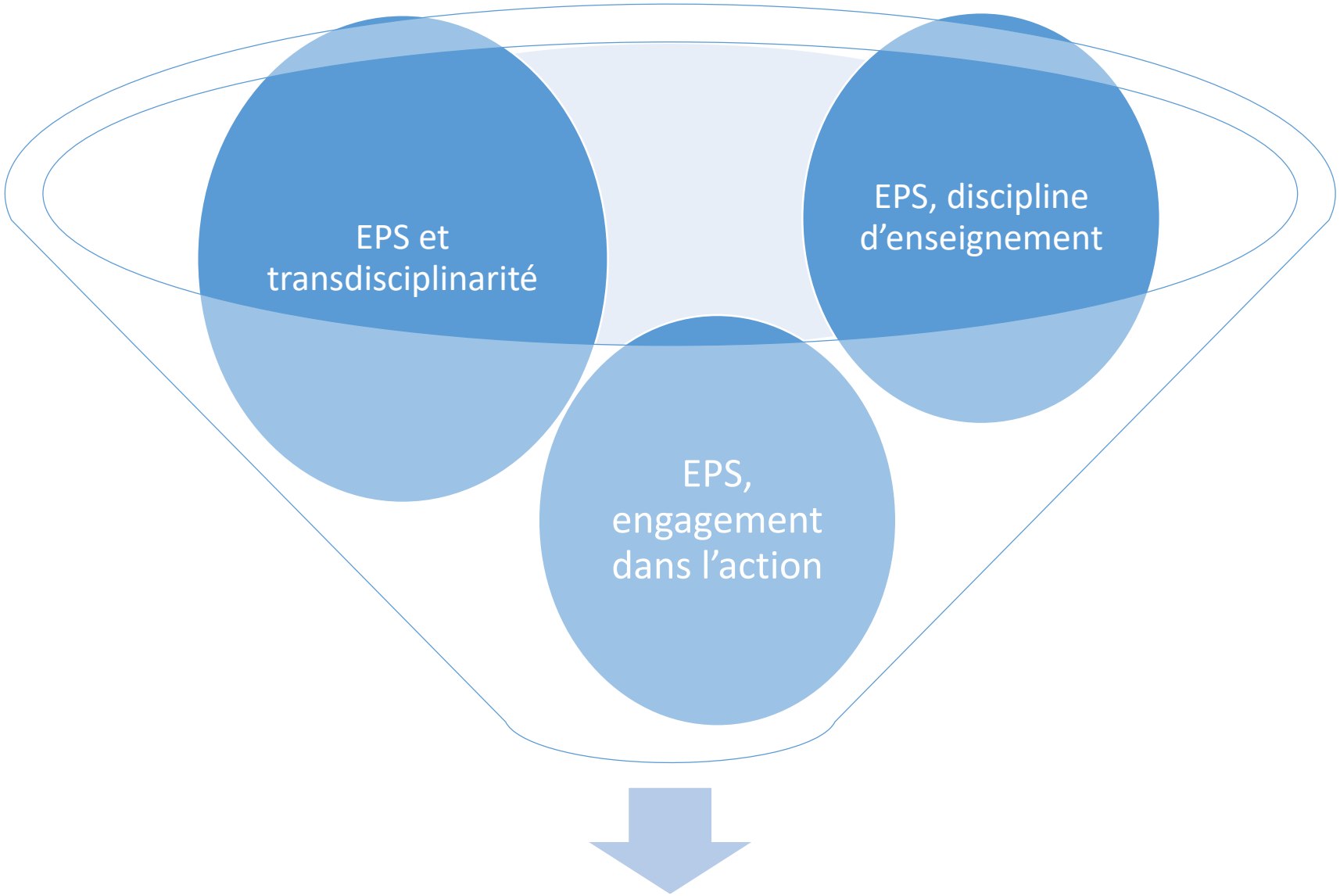
9 %

Depuis 40 ans, les enfants ont perdu près de 25% de leur capacité cardio-vasculaire !

Lien étroit entre niveau d'activité physique et facultés intellectuelles

- Planification : capacité à organiser une série d'actions pour atteindre un but
- Flexibilité cognitive : capacité à s'adapter aux contraintes changeantes de l'environnement (résolution de problèmes, confronter son point de vue à un autre et argumenter)
- Mémoire de travail : capacité à établir des liens, effectuer un calcul, prioriser des tâches
- Inhibition : capacité à ignorer les distracteurs, stopper les réponses automatiques (maîtrise de soi, autodiscipline…)


Rôle majeur du milieu scolaire
Tous les enfants
Réduire les inégalités sociales
Parcours santé
EPS
Pratiquer des APSA
Lutter contre l'obésité
Initier des bonnes pratiques
Éduquer à la santé
Parcours citoyen
Interdisciplinarité
Développer des compétences sociales et méthodologiques
Aménagement des espaces
Développer la pratique de jeux en extérieur (récréation)
PEAC
Temps péri et extra scolaire
Lier les différents temps de l'enfant



Projet d'école

Les 4 axes départementaux

1. Améliorer les réussites et réduire les inégalités

Donner du sens aux apprentissages en liant EPS et autres disciplines

Maths

- EPS et mesures de longueur (proposition CollEPS)
- EPS et mesures de temps
- ……

Français

- Parler
- Lire
- Écrire

Sciences

- Besoins et fonctionnement du corps humain
- Devenir citoyen
- ……

……

Français : exemples

Objectifs

Parler : participer à l'élaboration d'un projet d'activité (discuter, débattre, décider, …).

- Enoncer des règles de jeux.
- Rapporter une observation, une information, …

Lire : coder et décoder une tâche, une consigne, des critères de réussite.

- Lire des règles de jeux, des fiches, …
- Comprendre les informations d'une fiche, d'un schéma.

Ecrire : formuler son projet d'apprentissage.

- Choisir son contrat et le justifier.
- Remplir sa fiche de résultat et/ou d'auto-évaluation.
- Renseigner et alimenter son cahier d'EPS en copiant par exemple, sans erreur, un texte de 3 ou 4 lignes.

Actions

- Création d'un fichier « jeux » avec et sans ballon.
- Recueil de jeux traditionnels.
- Création d'un cahier d'EPS, intra-cycle, inter-cycle dans le cadre du **parcours de l'élève**.
- Organisation d'un tournoi interne à l'école (élèves acteurs et organisateurs), de rencontres (athlétisme, jeux d'opposition, …).
- Participation à des rencontres USEP.
- Mise en forme d'un projet en danse et participation à une rencontre départementale.

2. Développer les parcours éducatifs et de l'élève

Donner du sens aux apprentissages en inscrivant l'EPS dans Génération 2024

Parcours d'Education Artistique et Culturel

- JOP (histoire, valeurs, architectures des stades, arts et corps en mouvement…)
- Activités artistiques : danse, cirque
- APSA

Parcours de santé

- Augmenter la pratique
- Lutter contre la sédentarité, l'obésité…

Parcours citoyen

- Vivre ensemble
- Devenir un citoyen responsable
- Apprendre à porter secours (sécurité domestique)

Parcours sportif

- Temps scolaire
- péri et extra scolaire

Exemples

Objectifs

- Se former en tant que citoyens actifs, coopérants et responsables.
- Apprendre à porter secours

Actions

- Elaboration d'une charte du « bon sportif ».
- Responsabilisation des élèves : assumer différents rôles (acteur, observateur, arbitre, organisateur, évaluateur, …).
- Prise en charge de projets allant jusqu'à l'organisation de manifestations sportives au sein de l'école.
- Expositions autour de thèmes sur la santé.
- Intervention de personnels de santé.
- Apprentissage des gestes des premiers secours.
- Faire vivre son association USEP : enfants organisateurs de rencontres, vivre des rencontres…
- Semaine de la laïcité (Ressources USEP – Bouger / penser / créer)
- Organiser des temps de débat (égalité filles/garçons…)

3. Prendre en compte le climat scolaire et le bien-être de l'élève

30 minutes d'activité physique quotidienne

… en plus de l'EPS

Vivre ensemble :

Inclusion

Différenciation

Aménager et s'approprier les espaces

Se rencontrer

Exemples

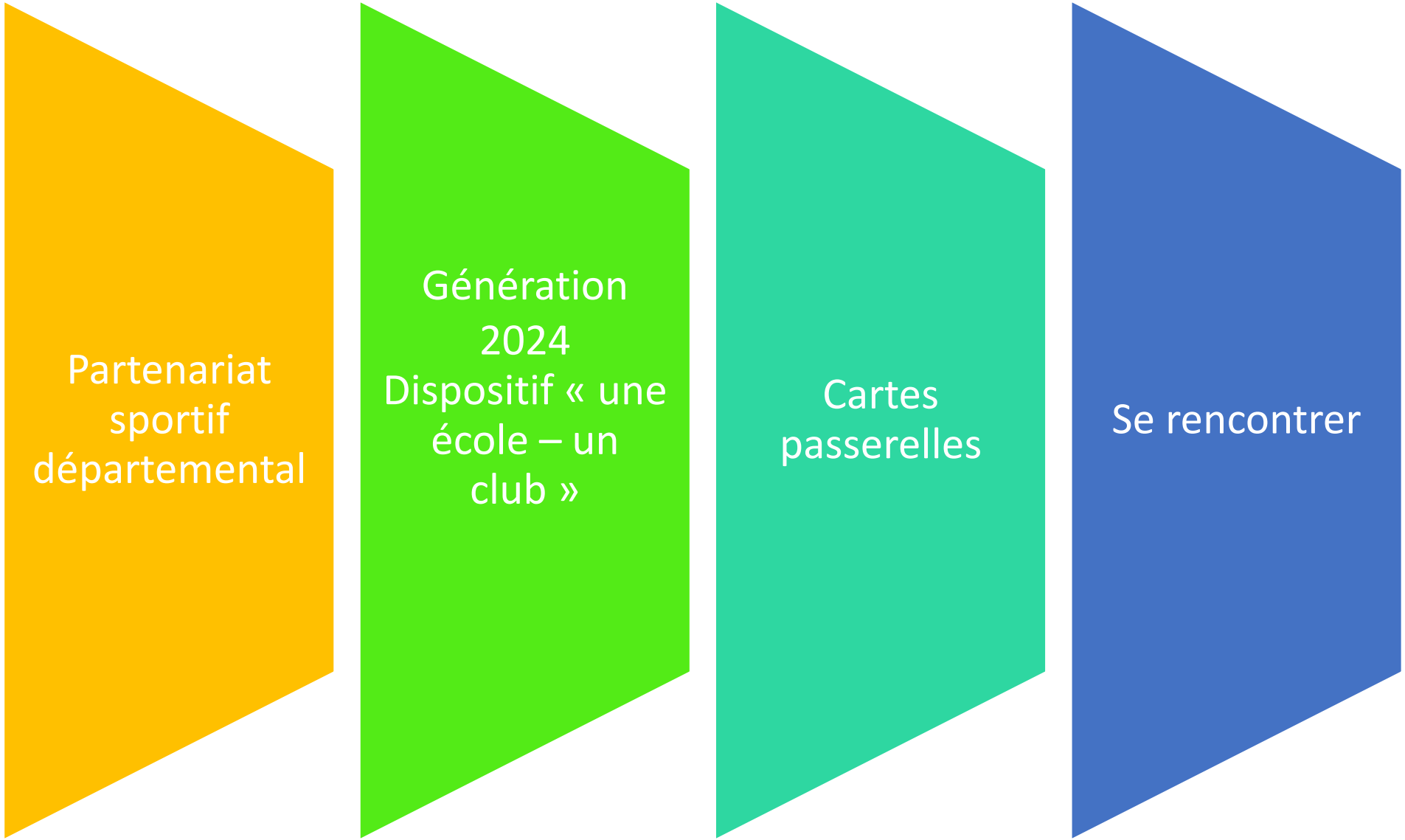
Objectifs

- Bouger pour aller bien
- Prendre en compte la différence
- Être bien
- S’approprier les lieux de vie

Actions

- Mise en place de pauses actives en classe, d’ateliers, espaces sportifs en récréation
- Généralisation des « défis coopétitifs » USEP (cycle 3)
- Organisation de manifestations sportives au sein de l’école.
- Aménagement de la cour de récréation
- Aménagement des couloirs
- Aménagement de la classe

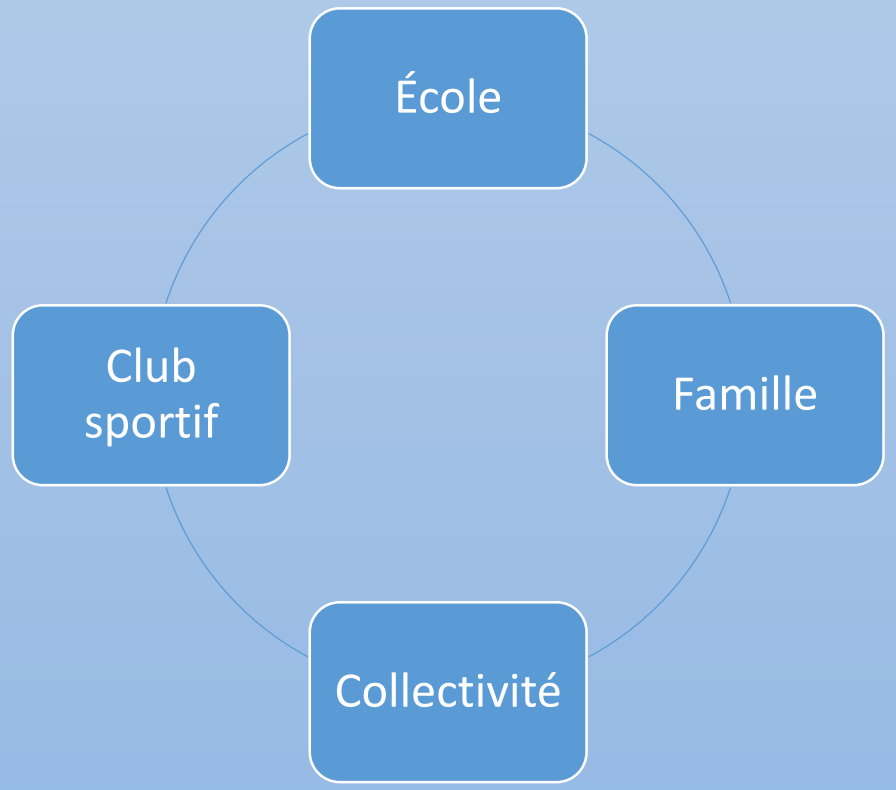
4. Développer les relations avec les partenaires et les familles



Exemples

Objectifs

- Créer du lien :



Actions

- G2024 :
  - Recours à un intervenant extérieur
  - Invitation d'athlètes de haut niveau à l'occasion de la SOP et/ou de la JOP
- Invitation des familles à participer aux rencontres : « sport en famille » (cross du cœur…)
- Aménagement de la cour de récréation