

Témoignage d'une action dans le cadre du parcours éducatif de santé

Académie de Créteil
Chevailler Nicolas

Contexte

lycée des métiers Jacques Prévert

- 12% élèves:
dispense supérieure
à 15 jours

Taux d'absentéisme
pour une classe de
Terminales CAP (TRPM)

- Nature des lésions =
82% traumatismes

=

23%

=

- Localisation = 60%
membres inférieurs

Décrochage scolaire

Interprétation

Arrêt des activités
physiques entre le
collège et le lycée

=

90% en TRPM ne font
pas de sport
régulièrement en
dehors du lycée

Public fragile
(problématiques
familiales, scolaires)

=

échec scolaire depuis
plusieurs années

=

Fuite d'un lieu vecteur
d'angoisse et d'échec

Axes de travail

Bien être physique

=

Améliorer sa condition physique pour préparer son corps à l'effort et réduire les blessures

=

Acquisition d'une motricité particulière

Bien être mental et social

=

Pédagogie de la mobilisation

=

Augmenter l'estime de soi

=

Faire confiance aux autres (entraide)

Projet:

Gravir ensemble un sommet

- ◉ La pointe de Bostan (2400 mètres) située au dessus de Samoëns en Haute Savoie.
- ◉ Deux nuits au refuge de Bostan
- ◉ Classe de terminale CAP = 16 élèves

Refuge de
Bostan

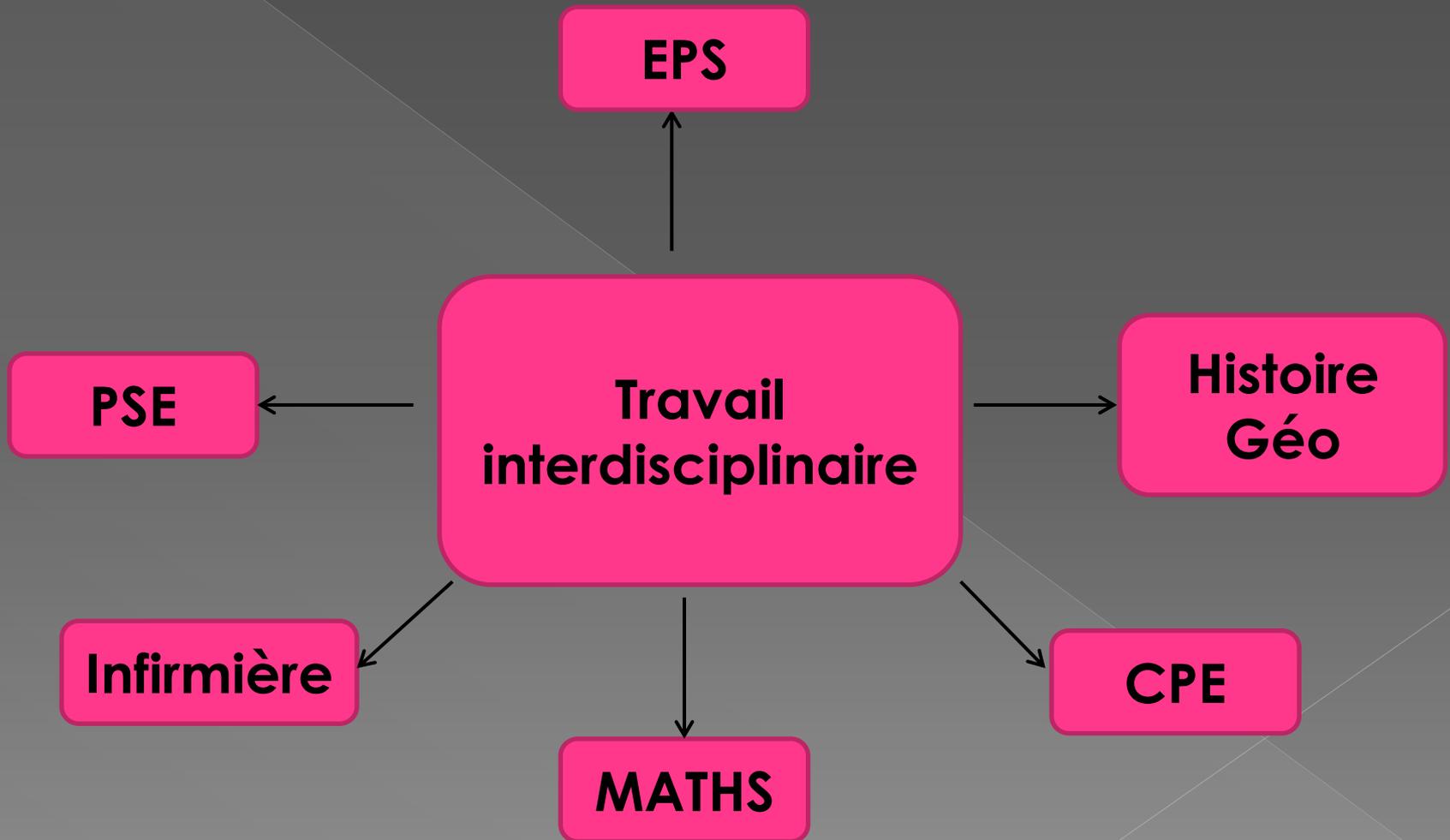


Col de Bostan



Tête de Bostan

Donner du sens à leur apprentissage



EPS

Course hors sentier (8
séances)

Deux événements

- **Diagnoform** (1^{ère} séance et dernière)
- **Randonnée à la journée** (15 jours avant l'ascension): circuit des 25 bosses à Fontainebleau
- Parcours en terrain varié chronométré de 150 à 200 mètres comprenant quatre sections délimitées (zones) où l'élève essaye, seul ou à deux, de franchir des obstacles naturels ou artificiels en ayant le moins possible de pénalités.
- obstacles: Montée raide, descente (slalom), obstacle vertical et obstacle horizontal

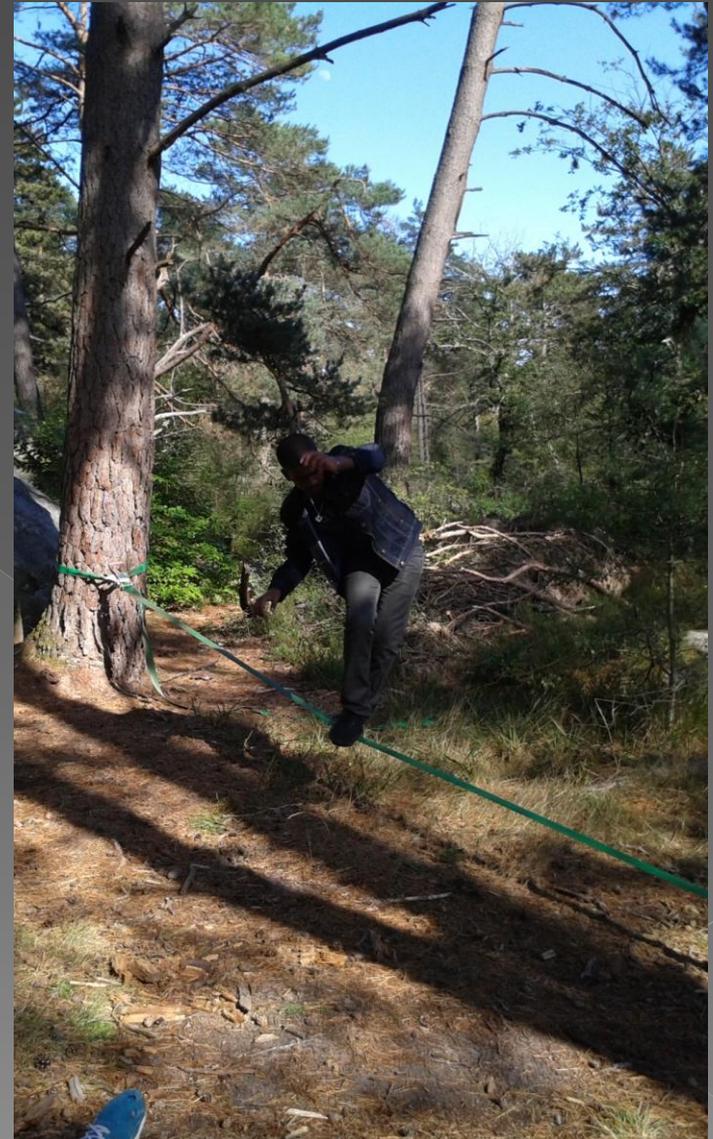
Diagnoform

- Evaluation des 5 grandes qualités physiques de l'élève:
 - Endurance,
 - Force
 - Vitesse,
 - Souplesse
 - Coordination
- 9 tests physiques réalisés en gymnase



Randonnée: 25 bosses à Fontainebleau

- ◉ 15 kilomètres et 900 mètres positives
- ◉ Préparation spécifique endurance
- ◉ Travail sur la cohésion du groupe
 - Aller au rythme du plus lent
 - Entraide pour venir à bout des difficultés
- ◉ Essayage sac à dos, textile et alimentation



Moments récréatifs

Course hors sentier

- Parcours en terrain varié chronométré de 150 à 200 mètres comprenant quatre sections délimitées (zones) où l'élève essaye, seul ou à deux, de franchir des obstacles naturels ou artificiels en ayant le moins possible de pénalités.
- 4 types d'obstacles: Montée raide, descente (slalom), obstacle vertical et obstacle horizontal



Lien avec les compétences du socle commun et des programmes

CA 2	Enrichir le répertoire de sa motricité en recherchant une dissociation segmentaire et une organisation posturale	Evaluer ses ressources disponibles et les exploiter au mieux au regard des contraintes du déplacement
Domaines du socle	Enjeux d'apprentissage	
Langages pour penser et communiquer	Acquérir et stabiliser des techniques adaptées permettant de créer des appuis efficaces et transmettre l'énergie de manière à générer une continuité dans le déplacement.	
Représentations du monde et activité humaine		Transformer ses appréhensions en des sensations de maîtrise et de plaisir

Géographie / Histoire

- Situer le lieu sur la carte et insister sur la proximité de la frontière suisse
- Réaliser l'itinéraire pour s'y rendre
- Travailler sur la contrebande en Haute Savoie.
- Le chemin emprunté pour l'ascension est un chemin de contrebande

Maths / PSE

- ◉ Interpréter une carte IGN
- ◉ Besoins nutritionnel pour un effort long
- ◉ Estimer le temps d'effort des différentes étapes: dénivelé
- ◉ Composition des repas
 - > Réflexion sur les collations
- ◉ Estimez les lieux de halte
- ◉ Vêtements adaptés

Trace conservée par l'élève

- Son profil physique au regard des 5 qualités physiques
- Un film qu'ils ont réalisé de l'ascension
 - > Montrer aux familles lors d'une soirée bilan
 - > Diffuser sur le site du lycée

Bilan du projet

- ◉ Diminution de l'absentéisme: 10%
 - > Amélioration du climat scolaire
 - Des apprentissages concrets tournés vers un objectif commun
 - Découverte de soi et des autres: apprendre à se faire confiance et à faire confiance aux autres
- ◉ Redonner le goût de l'effort