

Projet d'Enseignement optionnel d'EPS.

Classe de première

CONSTAT

- 1) Les élèves de l'établissement Anova présentent pour certains une surcharge pondérale due en partie à une pratique physique peu régulière mais aussi une alimentation riche.
- 2) La présence d'un fastfood, face à l'établissement, lieu où la plupart des ½ pensionnaires se retrouve à midi mais aussi fréquenté en fin de journée
- 3) La prise en compte de sa santé de son bien-être, de soi, semblent n'être faites qu'à l'âge adulte.

En effet les salles de remise en forme sont fréquentées en très grande partie par des actifs. Nous observons ces dernières années un développement des activités liées à l'entretien de soi, de son corps, telles le fitness le CrossFit, le yoga ou encore la pratique de la marche « santé » voir même de l'augmentation de pratiquant en raid.

- 4) L'intérêt que portent les élèves aux apprentissages, à l'acquisition de compétence est lié au fait du réinvestissement qu'il est possible d'en faire. Le sens aux apprentissages dans le fait de porter un projet est ici à la base de notre volonté de mettre en place ce projet. En effet ce projet investirait différents champs disciplinaire, SVT, mathématiques, français, éducation physique et sportive dans lesquels le développement de compétences où le réinvestissement de compétences, seraient nécessaires à sa réussite.

FINALITE

Former le citoyen de demain critique et soucieux de sa santé, de soi.

OBJECTIFS

- Sensibiliser les élèves à mener à bien un projet en investissant des compétences pluridisciplinaires.
- Le projet final est l'organisation d'un raid « type sport santé » de 5 à 8 km pour des élèves de 2nd ne pratiquant pas forcément l'activité en les amenant à une prise de conscience du bienfait de cette discipline sportive type « bien-être ». L'objectif, ici, n'étant pas la performance chronométrique.
- Faire prendre conscience de l'importance de l'investissement de soi pour réussir à arriver à ses fins.

Lien entre ce projet et les objectifs du projet d'établissement du lycée Anova

1. Viser l'épanouissement des élèves à travers leur réussite :

- Construire, développer ou Renforcer les compétences à l'écrit : réaliser différents courriers de demande pour l'organisation du raid (autorisation ...). Travailler sur le vocabulaire spécifique aux activités supports abordées dans le projet.
- Construire, développer ou Renforcer les compétences à l'oral : savoir se présenter, accepter d'être vu et jugé d'être filmé. Travail de l'élocution (capacité), de la présentation (attitude)

lors de rencontres ou de conversation téléphonique avec les différents interlocuteurs nécessaires à l'organisation d'un raid.

- Rechercher ou créer des supports informatifs pour la compréhension du fonctionnement des différentes fonctions du corps comme celle cardiaque ou musculaire.

2. Former l'élève pour devenir un futur citoyen porteur de projets

- La prise de conscience de sa capacité à porter un projet et à le finaliser. S'investir en collaborant pour réussir et mener à bien un projet. Connaitre les trois grands éléments étapes d'un projet (de la conception à la mise en œuvre pour finir par son évaluation)
- Préparer le jeune à devenir l'adulte de demain qui interviendra dans les associations ou autres organisations en charge du sport de manière générale.

3. Former un futur adulte responsable et soucieux de sa santé

- La prise en compte de ce qui est à mettre en œuvre ou connaître pour que demain, l'élève d'aujourd'hui réalise des choix éclairés dans ces pratiques, dans l'entretien de soi.

Lien entre ce projet et les objectifs du projet d'EPS

1. Développer les compétences, pour favoriser la réussite et l'accès à une culture sportive

- Compréhension et mise en pratique des activités en lien avec le champ d'apprentissage n°5 « réaliser une activité pour développer ses ressources et s'entretenir » et du champ d'apprentissage n°2 « adapter son déplacement à des environnements variés et/ou incertain »

2. Eduquer à la citoyenneté pour vivre ensemble dans le respect de soi, des autres et de l'environnement

- S'engager dans un projet collectif ou la connaissance de soi, le choix du mobil d'agir, l'autonomie sont nécessaires.
- S'engager dans un travail de collaboration pour arriver à une réalisation d'une manifestation tous ensemble (apprendre à accepter les idées des autres).

3. Développer le plaisir d'apprendre et l'épanouissement personnel de l'élève

- Le sens accordé par les élèves dans l'acquisition de compétences et de leur réinvestissement au service d'un projet collectif, comme l'organisation de cette épreuve et les effets sur le développement et l'entretien de soi sont ici visés.

Thème et Programmation des APSA

Thème : APSA et santé

APSA Choisies :

- CA N°2 : Course d'orientation
- CA N°5 : Course de durée et CrossFit

Programmation annuelle des APSA :

Une répartition des heures sera faite selon le modèle 2h +1h. Sur les créneaux de 2h qui auront lieu au sein de l'établissement, seront pratiquées la CO et la course en durée. Sur le créneau de 1h, sera pratiqué le CrossFit « type entretien de soi » ainsi que les différentes recherches nécessaires pour la réalisation du projet.

Les élèves inscrits en option EPS feront également partis du groupe sport santé de l'UNSS.

La répartition pour les APSA de 2h sera faite de la manière suivante :

- Cycle 1 : Course d'orientation - 13 séances de travail + 1 pour l'évaluation finale.
- Cycle 2 : Course de durée – 15 séances + 1 pour évaluation APSA + 1 pour le raid et évaluation du projet.

Pour le créneau de 1 h, une programmation sera faite en fonction de l'avancée du projet collectif et des recherches nécessaires mais sur un planning de base de 1 semaine pratique de l'APSA et 1 semaine recherches et cours au CDI.

Nous nous appuierons également sur l'association sportive du lycée pour mettre en place l'activité finale et pour effectuer un travail de reconnaissance si besoin.

APSA Enseignées au sein du lycée A. ANOVA sur le cycle 2nd à Terminale :

	Champs d'apprentissage n°1	Champs d'apprentissage n°2	Champs d'apprentissage n°3	Champs d'apprentissage n°4	Champs d'apprentissage n°5
Seconde		Footgolf	Acrosport	Base-Ball Handball Rugby à Toucher	Musculation
Première	Demi-fond Vitesse-relai			Volley-ball Tennis de table	Musculation STEP
Terminale	Demi-fond Vitesse-relai Lancer du disque			Volley-ball Tennis de table	Musculation STEP
Option		Course d'orientation	Danse		Yoga Course de durée Musculation (type crossfit)

Différents attendus en fin de Lycée

En classe de première, par rapport à AFL 2 :

- Elaborer, mettre en œuvre et réguler un projet collectif relatif aux APSA.
- Le projet doit conduire les élèves à avoir une réflexion sur le fonctionnement de l'organisation d'un projet collectif et de la façon dont l'élève s'engage de manière individuelle dans ce projet.

L'EVALUATION

Plusieurs évaluations seront faites au cours de l'année afin que l'élève puisse avoir une moyenne à chaque trimestre.

Chaque APSA sera évaluée en tenant compte du référentiel de l'activité.

Pour la course d'orientation, l'évaluation finale se fera à la base navale de Nouméa. Un partenariat de travail a été mis en place avec les forces armées de la marine. Cela permettra aux jeunes de mettre en application les compétences acquises en classe sur un terrain inconnu.

Le projet final sera évalué en fonction des critères ci-dessous :

Qualité du travail :

- La conception le projet « raid »
- L'organisation du raid
- L'analyse du projet :
 - o Les points forts/faibles
 - o L'analyse de l'organisation (ce qu'il faudrait améliorer, les erreurs à éviter)

Qualité de l'engagement :

- Dans la réalisation du projet
- Dans la réflexion sur le thème en lien avec la santé

Qualité individuelle de coopération :

- Dans l'élaboration du projet.
- Dans le respect de l'autre dans le projet.
- Dans l'influence naturelle à porter un projet et à mobiliser les autres pour la réussite de celui-ci.

Il est à noter qu'en fonction du nombre d'élèves dans l'option, un ou deux projets finaux seront organisés par les jeunes afin que chacun puisse montrer ses compétences dans ce domaine.